



KUNTOUTUKSEN TOTEUTTAA: KUNTOUTUSKESKUS RUISSALO

Yhteyshenkilö Kuntoutussihteeri Tiina Suro, p. (02) 445 4562 • kuntoutussihteeri@ruissalo.fi

RUISSALON KYLPLYLÄN TOIMIPISTE

Ruissalon puistotie 640, 20100 Turku

NAANTALIN KYLPLYLÄN TOIMIPISTE

Matkailijantie 2, 21100 Naantali

SYDÄN-KURSSI

Kuntoutuskurssi, avomuotoinen

Kurssikuvaus ja kurssin sisältö

Kurssi on aikuisille tarkoitettu kuntoutuskurssi, johon valitaan kuntoutujia Tyksin Erva-alueelta. Tyksin alueeseen kuuluvat Varsinais-Suomen, Satakunnan ja Vaasan alueen kunnat.

Kuntoutuskeskus Ruissalo toteuttaa sekä sepelvaltimotautia- että sydämen vajaatoimintaa sairastaville kohdistuneita kursseja. Kurssimäärät, ajat ja kohderyhmät löytyvät Kuntoutuskeskuksen internet-sivuilta.

Suurin osa kurssin toiminnasta tapahtuu ryhmissä. Ryhmätoiminnan

lisäksi ohjelmaan kuuluu myös yksilöllisiä haastatteluja ja tapaamisia. Kurssiohjelma sisältää lisäksi käytännön harjoitteita, vuorovaikutusta edistäviä keskusteluita ja tekemistä. Lisäksi kurssilla kannustetaan ryhmän tuella itsenäiseen työskentelyyn sekä hallinnantunteen ja muutosprosessin vahvistamiseen.

Kuntoutuksen tavoitteet

Kuntoutuksen tavoitteena on kuntoutujan työ- tai opiskelukyvyyn turvaaminen tai parantaminen sekä kuntoutujan osallisuuden ja aktiivisuuden lisääminen kuntoutujalle merkityksellisissä arjen toiminnoissa.

Lisäksi kurssilla on yleisiä tavoitteita:

- terveiden elämäntapojen ja itsehoito-ohjelmien omaksuminen
- kivun ja sydänsairauksiin liittyvien yleisten ongelmien hallinta
- kuntoutujan psyykinen tukeminen
- sydänsairaudesta annetun tiedon syventäminen
- arjessa ja työelämässä selviytymisen tukeminen
- kuntoutujan sosiaalisten verkostojen hyödyntämisen parantaminen

KUNTOOUTUKSEN TOTEUTTAA: KUNTOOUTUSKESKUS RUISSALO
Yhteyshenkilö Kuntoutussihteeri Tiina Suro, p. (02) 445 4562 • kuntoutussihteeri@ruissalo.fi

RUISSALON KYLPYLÄN TOIMIPISTE
Ruissalon puistotie 640, 20100 Turku

NAANTALIN KYLPYLÄN TOIMIPISTE
Matkailijantie 2, 21100 Naantali

**Tutustu myös muihin
Kuntoutuskeskuksen
kuntoutusmuotoihin ja
-palveluihin osoitteessa
kuntoutuskeskusruissalo.fi**



Yleisten tavoitteiden lisäksi kurssin alussa määritellään kunkin kurssin kurssikohtaiset tavoitteet sekä kurssilla olevien kuntoutujien yksilölliset tavoitteet. Kurssikohtaisesti määritellyt lisätavoitteet vaikuttavat myös kurssilla tapahtuvan kuntoutuksen toteutukseen.

Kohderyhmä

Kohdennetut kurssit on tarkoitettu aikuisille työssä oleville, työhön palaaville tai kuntoutustuella tai opiskelemissa oleville kuntoutujille, jotka sairastavat

1. Sepelvaltimotautia

- joilla on useita riskitekijöitä tai
- joilla on työ- ja toimintakykyä rajoittava angina pectoris-oire tai
- jotka ovat sairastaneet sydäninfarktin tai
- joille on tehty ohitusleikkaus tai pallolaajennus

2. Sydämen vajaatoimintaa (synnynnäinen sydänsairaus kardiomy-

opatia tai harvinainen sydänsairaus tai henkilöt, joille on tehty läppäleikkaus)

- joilla on useita riskitekijöitä tai
- joilla on työ- ja toimintakykyä rajoittava angina pectoris –oire tai
- jotka ovat sairastaneet sydäninfarktin tai
- joille on tehty ohitusleikkaus tai pallolaajennus

Sairaudesta aiheutuu kuntoutuksen tarve. Lisäksi edellytetään, että kurssille tulevilla kuntoutujilla on asianmukaisesti diagnosoitu sydänsairaus ja joille on tehty terveydenhuollossa tarpeelliset tutkimukset.

Kurssin henkilöstö

Kurssin toteuttaa moniammatillinen henkilöstö. Työryhmään kuuluvat erikoislääkäri, sairaanhoitaja, fysioterapeutti ja ravitsemusterapeutti sekä erityistyöntekijöinä mm. seksuaaliterapeutti ja sosionomi.

Kuntoutuksen kesto

Kokonaispituus on yhteensä 15 päivää 9 kuukauden aikana. Kurssin alussa on 3 peräkkäin toteutuvaa päivää. Tämän jälkeen kuntoutujilla on yhteensä 10 eri yhteistä käyntikertaa Kuntoutuskeskuksessa noin 2-3 viikon välien. Lopussa jaksoon kuuluu 2 peräkkäistä päivää. Yksi käyntikerta kestää 4 tuntia.

Osallistujamäärä

Kuntoutujia otetaan kurssille yhteensä 10. Kurssille ei osallistua omaisia.

Kuntoutukseen hakeutuminen

Kuntoutusta varten tarvitaan alle vuoden vanha B-lääkärinlausunto tai vastaavat tiedot sisältävä muu lääketieteellinen selvitys. Lisäksi täytetään Kelan kurssilomake KU132. Hakemukset vastaanottaa Kela.