

Les mer om tilbudet på vår nettside.

Spesifikasjoner:



Varighet

3 uker (+1 uke oppfølging for gruppeopphold).



Behandlingsform

Gruppe- eller individuelt opphold.



Døgn eller dagopphold

Tilbudet er et døgnopphold på rehabiliteringssykehus.



Oppfølgingsopphold

1 ukes oppfølging ca. 6 måneder etter hovedoppholdet.

Våre fasiliteter

- ✓ Basseng, terapibasseng og boblebad
- ✓ Treningssal, apparater og utstyr
- ✓ Middelhavsinspirert, vegetarisk kosthold
- ✓ Gode friluftsmuligheter

Om oss

ViGØR er en av Norges største rehabiliteringsinstitusjoner og den eldste i Nord-Norge. I dag har vi status som rehabiliteringssykehus, og vi tar i mot pasienter fra hele landet.

Vi tilbyr spesialisert rehabilitering for nevrologiske lidelser, muskel- og skjelettlidelser, revmatologiske lidelser, kronisk smerteproblematikk, hjertesykdommer, kreft, amputasjoner, brudd og rehabilitering etter operasjon. Vi har utviklet spesialkompetanse innen intensiv motorisk gangtrening etter ryggmargsskade og hjerneslag.

Sykehuset har egen avdeling for pasienter med hjelpebehov og døgnkontinuerlig tilstedeværende sykepleier om natten.

Sertifisering:

ViGØR er CARF-akkreditert. CARF er en internasjonal organisasjon som vurderer kvaliteten på rehabiliteringstjenester.

ViGØR er akkreditert innen generell rehabilitering, slag, kreft og smerte rehabilitering.

Akkrediteringen bekrefter at vi oppfyller internasjonale krav til faglig innhold, struktur og kvalitet.



ViGØR
Rehabiliteringssykehus



**Individuelt tilpasset
rehabilitering**

Hjerterehabilitering

**Tilbud for deg over 18 år med alvorlig
hjertesykdom eller etter hjerte-
karkirurgi.**

www.vigor.no



Målgruppe: For deg som har gjennomgått hjerte-karkirurgi eller har alvorlig hjertesykdom, med risikofaktorer eller angstproblematikk i forhold til trening/aktivitet etter gjennomgått hjertesykdom.

Rehabiliteringsplanen: Utformes i samarbeid med deg og vårt tverrfaglige team. Ved behov gjennomføres belastnings-EKG. Tilbudet inkluderer gruppetrening, undervisning, samtalegrupper, kostholdsveiledning og individuell trening. Vi legger til rette for trygg fysisk aktivitet og mestring i hverdagen.

Vårt tverrfaglige team: Inkluderer lege, fysioterapeut, ergoterapeut, logoped, treningsinstruktør, ernæringsfysiolog, sosionom, psykolog, sykepleiere og hjelpepleiere vil være tilgjengelig under oppholdet.

Kontakt oss



Adresse

Conrad Holmboesvei 95,
9011 Tromsø



Sentralbord

77 66 88 00



Epost

firmapost@vigor.no



Hjemmeside

www.vigor.no

Snakk med din fastlege om tilbudet

Hvordan søker man om opphold?

For å søke om opphold, kontakt din fastlege eller sykehuslege for henvisning til ViGØR Rehabiliteringssykehus.

Søknaden vurderes av den regionale vurderingsenheten (RVE) i ditt helseforetak. Les mer om henvisning på www.helse-nord.no og vår hjemmeside.

Alle under 18 år må ha med ledsager under hele oppholdet.

Om tilbudet: Oppholdet tilpasses individuelt og bygger på dine mål og behov.

Du deltar i mestringskurs som tar opp vanlige utfordringer etter hjertesykdom, som frykt for aktivitet og tilbakevending til arbeid. Psykolog og veileder tilbyr oppfølging med kognitiv tilnærming, og ernæringsfysiolog tilbyr praktisk veiledning i hjertevennlig mat.

Det faglige innholdet er basert på tverrfaglig kunnskap og erfaringsutveksling i gruppe. Mange opplever det sosiale fellesskapet som verdifullt, og noen tar med seg et nettverk videre etter oppholdet.

Pårørende involvering: Pårørende kan delta i rehabiliteringsprosessen, både fysisk og digitalt. De kan være med på samtaler, treningsøkter og aktiviteter.

Digital oppfølging: Koordinator følger opp fremgang og hjemmeøvelser etter oppholdet. Vi samarbeider med kommunale tjenester ved behov.

Et digitalt kartleggingsverktøy benyttes for å sikre kvalitet i behandlingstilbudet.