



Kontakt oss

Rehabilitering for deg med kreft tilbys ved:

Unicare Jeløy

Bråtengata 94
1515 Moss
Tlf: 69 24 58 00
jeloy@unicare.no
unicare.no/jeloy

Unicare Landaasen

Landåsvegen 747
2861 Landåsbygda
Tlf: 61 12 41 00
landaasen@unicare.no
unicare.no/landaasen

Unicare Steffensrud

Vestre Toten veg 1530
2846 Bøverbru
Tlf: 61 19 91 00
steffensrud@unicare.no
unicare.no/steffensrud

Les mer på våre hjemmesider unicare.no/rehabilitering.



Kreft rehabilitering

Tverrfaglig spesialisert
rehabilitering ved Unicare

Med mot til å mestre!





Dag og døgntilbud

Tilbudet passer for deg som

- Trenger rehabilitering under kreftbehandlingen, for eksempel i forkant av en ny operasjon/strålebehandling/cellegiftbehandling
- Har behov for rehabilitering etter nylig eller tidligere kreftbehandling
- Sliter med senfølger i etterkant av kreftsykdom og behandling
- Ønsker å øke livskvaliteten i palliativ fase
- Kan delta aktivt i et tilpasset rehabiliteringsprogram

Henvising og inntak

Du kan henvises direkte fra sykehus ved at sykehuset henviser deg til et av våre rehabiliteringssentre.

Henvising fra fastlege og privatpraktiserende avtalespesialister skal sendes elektronisk til Regional koordinerende enheten (RKE) ved Sunnaas sykehus HF for vurdering.

Hvorfor velge Unicare?

Unicare tilbyr rehabilitering for kreft-

rammede ved flere av våre sentere, og hvert senter har sin egen identitet og et tverrfaglig kompetent helsepersonell. Vi sikter mot å gjøre din tid underveis i, eller etter, kreftbehandlingen så god som mulig. Vårt ønske er å fungere som en støttende faktor for deg i en tid med mange nye inntrykk og større endringer både fysisk og psykisk. Alle våre sentre ligger i naturskjønne og fredelige omgivelser og gir muligheten for aktivitet, økt kunnskap og livskvalitet enten du ønsker et individuelt opphold eller opphold i gruppe.

Målsetting

- Bedre funksjonsnivå og mestringsvevne
- Økt aktivitet og deltakelse
- Økt kunnskap om diagnose, kosthold, fysisk aktivitet og energioptimalisering
- Redusere smerter og fatigue
- Sikre kontinuitet/kommunikasjon i videre rehabiliteringsforløp
- Øke livskvaliteten i palliativ fase.



Hva møter deg?

Individuelt opphold:

- Oppfølging av et tverrfaglig kreftteam
- Inn- og utskrivning hos legespesialist pluss legetimer ved behov under oppholdet. Individuell oppfølging av fysioterapeut, ergoterapeut, kreftsykepleier, legespesialist, ernæringsveileder, psykologspesialist og sosionom etter behov
- Gruppetreninger (inne, ute, i basseng etc.) med intensitetsnivå tilpasset ditt behov
- Avspenning og kroppsbevissthet
- Egentrening etter individuelt, tilrettelagt plan
- Lymfødembehandling (ved behov)
- Tilrettelagt kost (ved behov)
- Tilbud om mestringskole med undervisninger og samtalegrupper
- Planlegging av veien videre etter utskrivelse med evt. nødvendige henvisninger

Gruppeopphold:

- Oppfølging av fysioterapeut, ergoterapeut, kreftsykepleier, lege, ernæringsveileder og sosionom etter behov
- Gruppetreninger med ulike intensitetsnivåer
- Samtaler i gruppe og undervisning om aktuelle temaer
- Gruppeaktiviteter ute og inne
- Avspenning og kroppsbevissthet
- Egentrening etter individuelt, tilrettelagt treningsprogram
- Lymfødembehandling (ved behov)

Arbeid som mål

For deg som har som mål å komme tilbake i arbeid, vil vi veilede deg i arbeidsrettede tiltak og forankre en plan for videre arbeidsdeltagelse.

Egenandel

Egenandel for oppholdet regnes inn under egenandelstak 2.

Egenandel for godkjente reiseutgifter regnes inn under egenandelstak 1.