



GENOPTRÆNINGSFORLØB

Covid-19 Senfølger

For borgere med komplekse og vedvarende senfølger

Både borgere med og uden indlæggelser, kan opleve komplekse og vedvarende senfølger efter COVID-19. Særligt de kognitive og fatigue-baserede senfølger rammer bredt, og kan i enkelte tilfælde ramme borgere med et ellers symptomfrit COVID-19 forløb.

Samtidigt er de relativt diffuse diagnoser som fatigue og kognitive problemer ofte i praksis de mest invaliderende i forhold til arbejdsevnen.

Mens mange godt kan arbejde, og få dagligdagen til at hænge sammen med let nedsat lungefunktion, oplever vi månedslange fatigue-baserede sygdomsmeldinger med komorbiditeter som angst, stress og PTSD.

Derfor tilbyder vi et genoptræningsforløb for borgere med komplekse og vedvarende senfølger.

"Forløbet lærte mig at håndtere min energibalance, så jeg med små pauser kunne holde længere og længere hver dag, og stille og roligt fik bygget min normale hverdag med børn og arbejde op igen"

Forløbet består af udredning og rehabilitering

Rehabiliteringen vil adressere funktionsnedsættelser fundet under udredningen, og er dermed gradueret i forhold til borgerens ressourcer.

Elementer i forløbet

- Gradueret fysisk genoptræning
- Søvnvejledning mhp at forebygge insomni
- Energiforvaltning bl.a. ved hjælp af ressourcehåndteringsværktøjer samt introduktion til energibesparende metoder

- Psykoedukation i forhold til at leve med en eller flere funktionsnedsættelser samt forebygge yderligere psykiske følgevirkninger
- Smertehåndtering
- Vejledning omkring ændret/tab af perception (smag, lugt, hørelse, syn)
- Undervisning i overbelastningsreaktioner
- Vejledning omkring synkebesvær, herunder relevant kostvejledning.
- Håndtering af svimmelhed
- Vejledning og rådgivning i forhold til tilbagevenden til arbejdsmarkedet. Herunder vejledning i skånehensyn.
- Undervisning i og afprøvning af kompenserende hjælpemidler

OM KURSET

- Længde: 10 undervisningsgange af 2-3 timer
- Tidspunkt: Ugentligt

MÅLGRUPPE

Borgere med primært fatigue- og kognitivt relaterede senfølger efter Covid-19

PRIS

14.900 kr. – dog mulighed for GRATIS pladser

STED

Center for Kommunikation og Velfærdsteknologi, Heden 11, 5000 Odense C – mulighed for virtuelt.

KONTAKTPERSON

Tine Eltang

Audiologopæd

E-mail: Tine.Eltang@rsyd.dk

Senfølgehotline tlf nr. 99443400