

Helse i Hardanger (HiH) kols tilbyr konsentrert 4 dagers rehabilitering for personer med kols.

Deltakelse krever følgende kriterier:

- Kols påvist med spirometri
- Være selvhjulpen i daglige aktiviteter
- Kunne gå i korridor og ha kapasitet til å gå en etasje med trapp
- Ikke ha tilleggsykdommer hvor fysisk aktivt ikke er anbefalt
- Være i stand til å delta på undervisning og trening i gruppe
- Ha tilgang til smarttelefon/nettbrett/PC og kunne betjene denne
- Ha bank-ID
- Ikke ha aktivt rusmisbruk eller psykiske lidelser som vanskeliggjør deltakelse
- Må være villig til oppfølging med app i 12 måneder
- Møte til fysiske tester i Øystese før oppstart av rehabilitering, samt 3, 6 og 12 måneder etter avsluttet rehabilitering

Henvising må inneholde:

Navn

Fødselsnummer

Diagnose

Evt spirometriverdier

Antall innleggelser siste 12 mnd

Andre sykdommer:

Tobakkseksponering?

Langtidsoksygen behandling?

Ganghjelpemidler

For mer informasjon og henvisningsrutine:

Web: www.helseihardanger.no

[Henvising3](#)