

## Smärtrehabteamet i Sandviken

I smärtrehabteamet arbetar följande yrkesgrupper: Arbetsterapeut, fysioterapeut, idrottsledare, koordinator/sjuksköterska, kurator, läkare, psykolog och rehabkoordinator.

Alla patienter som går smärtrehabprogram har innan programstart träffat läkare, psykolog och fysioterapeut under nybesök/utredning samt rehabkoordinator, arbetsterapeut och kurator för kartläggning under den förberedande perioden. De flesta patienter har även haft förberedande kontakter med både fysioterapeut och psykolog innan programmet börjar.

Smärtrehabprogrammet består av 19 dagvårdsdagar fördelat på fem veckor bestående av både lektioner, gruppträningar och individuella tider med de olika teammedlemmarna.

Under programveckorna har arbetsterapeut 3 lektioner med patienterna, fysioterapeut 8-10 lektioner, idrottsledare 2 lektioner och 7 träningstillfällen i grupp, koordinator 2 grupptillfällen, läkare 2 lektioner och psykolog har 6 lektioner. Dessutom erbjuds patienterna 4 tillfällen i bassäng som leds av idrottsledare. **Totalt antal ledarledda lektioner och gruppaktiviteter är 34-36.**

Patienterna har även tid då de utför egen fysisk träning och egen medveten närvaro. Vid 3 tillfällen är fysioterapeut och idrottsledare med då patienterna genomför fysisk träning.

Under inskrivningsveckan träffar alla i teamet varje patient vid ett tillfälle vardera förutom psykolog som har två träffar med varje patient. Koordinator har i regel inga individuella träffar med patient under programmet. Varje patient har dessutom en utsedd kontaktperson som har två träffar med patienten under de två första programveckorna.

Under programvecka 2-4 träffar de flesta teammedlemmarna varje patienten vid ett tillfälle per vecka, förutom läkare och koordinator som i regel har en individuell träff med patient under dessa veckor. Alla patienter erbjuds närståendeträff och rehabmöte som sker mot slutet av programmet.

Alla i teamet har en egen utskrivningsträff med varje patient under den sista programveckan förutom rehabkoordinator som har sin utskrivningsträff i samband med rehabmöte.

Under smärtrehabprogrammets fem veckor kan en patient ha **34 individuella träffar** inklusive kontaktpersonsamtal, rehabmöte och närståendeträff med teamet.

Uppföljning består dels av en telefonuppföljning, i regel av kontaktperson, cirka 4-6 veckor efter programslut och ett återbesök under 2 dagar 3-4 månader efter programslut. Uppföljningen med återbesök består av två lektioner och ett flertal individuella träffar med de i teamet som patienten har haft mål med fram till uppföljningen. I regel deltar inte läkare vid uppföljning.

Smärtrehabteamet erbjuder även individuell rehabilitering till de patienter som av olika anledningar inte kan delta i ordinarie program. Den individuella rehabiliteringen utgår från patientens förutsättningar, behov och mål och kan pågå cirka 6 månader. Merparten av insatserna är helt individuella och utgår till stor del från smärtrehabprogrammets innehåll.