

Mestringskurs om revmatisk sykdom

- revmatoid artritt/leddgikt, -psoriasisartritt og - ankyloserende spondylitt/bekhterev

17. - 18. desember 2024

Dag 1		
Tid	Tema	Ansvarlig
10.00- 10.30	Velkommen Presentasjon, praktiske opplysninger, forventninger	Kursleder/revmasykepleier
10.30- 10.45	<i>Benstrekk</i>	
10.45- 12.00	Revmatiske sykdommer - Og behandling av disse	Overlege i revmatologi
12.00-12.45	<i>Lunsj</i>	
12.45- 13.45	Medisiner v/revmatisk sykdom	Overlege i revmatologi og Kursleder/revmasykepleier
13.45-14.00	<i>Benstrekk</i>	
14.00-14.45	Kostens betydning	Klinisk ernæringsfysiolog
14.45-15.00	<i>Benstrekk</i>	
15.00- 15.15	Behandlingsreiser	Kursleder/revmasykepleier

Mestringskurs om revmatisk sykdom

- revmatoid artritt/leddgikt, -psoriasisartritt og - ankyloserende spondylitt/bekhterev

17. - 18. desember 2024

Dag 2		
<i>Tid</i>	<i>Tema</i>	<i>Ansvarlig</i>
09.30- 10.15	Å leve med revmatisk sykdom	Brukerrepresentant NRF
10.15-10.30	<i>Benstrekk</i>	
10.30-11.30	Hverdagsmestring - gruppedialog	Kursleder/revmasykepleier
11.30-12.15	<i>Lunsj</i>	
12.15-13.15	Hverdagsaktivitet	Ergoterapeut
13.15-13.30	<i>Benstrekk</i>	
13.30- 14.30	Smerter	Fysioterapeut
14.30- 14.45	<i>Benstrekk</i>	
14.45-15.15	Fysisk aktivitet	Fysioterapeut
15.15-15.30	Oppsummering - Vel hjem ☺	Alle