



## Genoptræning af fod/ankel

Ydelsesområde	Sundhedsloven § 140		
Målgruppe	Borgere med fod/ankel problematikker	Omfang	Vurderes individuelt
<b>Kriterier for at deltage</b>	Borger skal: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Være henvist under ovenstående diagnoser med en genoptræningsplan.</li> <li>• Kunne forstå og følge en instruktion.</li> <li>• Være motiveret og tage ansvar for egen træning.</li> </ul>		
<b>Kontakt</b>	Ved modtagelse af genoptræningsplan kontaktes borger, og genoptræningen starter indenfor 7 dage.		
<b>Mødested</b>	Afd. Genoptræning, Nørremøllecentret, Paradisvej 68, 3730 Nexø eller Afd. Genoptræning, Lunden, Paradisvej 83, 3700 Rønne.		
<b>Genoptræning</b>	<p>Ved det første møde foretages en fysioterapeutisk undersøgelse og der følges op på evt. udleveret øvelsesprogram samt anvises gode råd for dagligdagen.</p> <p>Der gives individuel træning ved fysioterapeut. Behov for træning vurderes løbende og der aftales tider derefter.</p> <p>Træningen er altid tilrettelagt ud fra borgerens behov, men indeholder oftest bevægeligheds- og styrketræning specifikt for ankel/fod. Træningen gives med henblik på, at genvinde så optimalt bevægemønster og funktion som muligt.</p> <p>Øvelserne vil kunne udføres siddende, stående, gående, liggende eller i maskiner – tilpasset den enkelte. Træningen vil løbende blive justeret i det tempo ankel/fod tillader.</p> <p>I det omfang det vurderes relevant for borgerens træning kan der tages kontakt til læge, hjemmepleje og andre samarbejdspartnere.</p>		
<b>Ønsket virkning og virkning</b>	Genoptræningen ønsker, at borgeren bliver tryk ved at bruge sin fod/ankel igen, får færrest mulige gener samt opnår færdigheder og indsigt i vigtigheden af at træne videre på egen hånd.		