

Lærings- og mestringssenteret i samarbeid med medisinsk avdeling

DAG 1

TID	TEMA	ANSVARLIG
08.45 – 09.00	Frammøte, registrering.	
09.00 – 09.50	Introduksjon. Målsetting for kurset. Presentasjon av kursdeltagerne, fagpersoner og likeperson.	Alle
09.50 – 10.00	Pause	
10.00 – 10.50	Hva er kransåresykdom? Årsaker, symptomer og behandling.	Lege
10.50 – 11.00	Pause	
11.00 – 11.45	Årsaker, symptomer og behandling ved kransåresykdom.	Lege
11.45 – 12.15	Lunsj	
12.15 – 13.15	Kosthold ved kransåresykdom.	Klinisk ernæringsfysiolog
13.15 – 13.30	Pause	
13.30 – 14.30	Kosthold ved kransåresykdom.	Klinisk ernæringsfysiolog

DAG 2

TID	TEMA	ANSVARLIG
08.45 – 09.00	Fremmøte	
09.00 – 10.00	Fysisk aktivitet og trening.	Fysioterapeut
10.00 – 10.10	Pause	
10.10 – 11.00	Fysisk aktivitet. Seksualitet og samliv.	Fysioterapeut
11.00 – 11.10	Pause	
11.10 – 12.15	Lev godt med hjertesykdom.	Psykolog
12.15 – 12.45	Lunsj	
12.45 – 13.50	Legemidler og legemiddelbruk ved kransåresykdom.	Farmasøyt
13.50 – 14.10	Oppsummering og evaluering av kurset.	

Kurset arrangeres som gruppeundervisning med 8 til 12 deltakere. Opplæringen er lagt opp som en kombinasjon av undervisning, spørsmål og samtale, og er utarbeidet i samarbeid med en likeperson, det vil si en som selv har kransåresykdom.

Vi tar forbehold om eventuell endring av programmet.

Kurssted: LMS, 4.etg i DBL-bygget, Diakonveien 18 (vis-a-vis sykehusets hovedinngang).

Parkering: Sykehuset har avgiftsbelagte parkeringsplasser for pasienter og besøkende.

T-bane: Linje 1 til Frøen stasjon eller Linje 2/3 til Borge stasjon

Ta med matpakke ved behov. Varm drikke kan kjøpes på automat.