

HELSE I HARDANGER POST COVID-19

Helse i Hardanger (HiH) tilbyr korte og intensive ukesopphold i Øystese etterfulgt av oppfølging via mobilapplikasjon (app) i ett år. For deltakelse kreves god motivasjon og aktiv deltakelse gjennom lange kursdager og stor grad av egeninnsats etter avsluttet ukesopphold. Målet er varig livsstilsendring.

HiH Post Covid-19 er et rehabiliteringsprogram for personer som fyller følgende kriterier:

- Vedvarende plager etter gjennomgått covid-19 med
 - Tungpust og/eller fatigue
 - Signifikant redusert funksjonsnivå
- Alder 18-67
- Kunne gå i korridor og trapp uten bevegelseshjelpemidler
- Kunne delta i undervisning og trening i grupper
- Motivert for endringer i egen livstil og sette egne mål
- Ha tilgang til smarttelefon/nettbrett og mestre bruk av denne
- Innforstått med konseptet:
 - 3 dagers intensiv rehabilitering
 - Påfølgende egentrening og oppfølging med app i 12 måneder.

Navn:

Adresse: **Telefon:**

Pasientens mål med oppholdet:

Symptombilde:

Tungpust Ja Nei

Fatigue Ja Nei

Vekttap Ja Nei

Endret lukt/smakssans Ja Nei

Tidspunkt for Covid-19-sykdom:

Vært innlagt med Covid-19: Ja Nei

Vært på respirator: Ja Nei

Arbeid og utdanning: I arbeid Under utdanning Sykemeldt
 AAP Uføretrygdet Pensjonert

Røyking: Røyker Eksrøyker Aldri røykt

Andre sykdommer

Hjerte/kar:

Lungesykdom:

Artrose eller andre muskel-skjelettplager som begrenser gangfunksjon Ja Nei

Smerter/plager Ja Nei

Angst, depresjon Ja Nei

Rusproblem (alkohol, narkotika, piller) Ja Nei

Andre tilleggsfaktorer/risikofaktorer som nødvendiggjør rehabilitering (over-/undervekt mm.)

Henvisende lege: **Dato, underskrift**

Sendast til Lungeavdelinga på Haukeland universitetssjukehus, merka med «Helse i Hardanger». Kopi av andre spesialistutredninger bes vedlagt.