

## Beskrivelse av delytelse A

Delytelse: Rehabilitering av bekkenløsningsplager

<p><b>Målgruppe/ pasientgruppe</b></p>	<p>a) <i>Diagnosegruppe/tilstand</i> Tilbudet er retta til kvinner med langvarige bekkenleddsplager etter svangerskap.</p> <p>b) <i>Livsfase/aldersgruppe</i> Tilbudet vert gitt til vaksne pasientar.</p> <p>c) <i>Når i sykdoms-/rehabiliteringsforløpet</i> Henvisning via primær- eller spesialisthelsetenesta.</p> <p>d) <i>Hjelpebehov/funksjonsnivå</i> Barthel ADL-indeks ned mot 6 i avgrensa antal i planlagt forløp.</p>
<p><b>Ytelsen leveres som</b></p>	<p><i>Døgn/dag</i> Døgnopphald</p> <p><i>Gruppe/individuell</i> Gruppebasert tilbod med individuell tilrettelegging.</p>
<p><b>Kortfattet beskrivelse av ytelsen/tilbudet til målgruppen</b></p>	<p><b>Mål:</b> Målet er å auke kunnskap, bevisstgjerung og meistring rundt eigen situasjon fysisk, psykisk og sosialt. Testing av kapasitet, utforske ressursar og grenser i trygge omgjevningar. Likemannsarbeid. Tilbakeføring til, eller å oppretthalde arbeid/utdanning der dette er aktuelt.</p> <p><b>Tilbud:</b> a) <i>Delytelsens metode og struktur</i></p> <p>Muritunet brukar pedagogiske prinsipp og verktøy for å fremje læring, meistring og helse hos våre pasientar og deira pårørande. Fagpersonalet har grunnleggande helsepedagogisk kompetanse, som i pasientmøte kjem til uttrykk gjennom respekt, fagleg dyktigheit, god dialog og støtte.</p> <p>Ved ankomst blir det utført ei grundig anamnese og undersøking som tek utgangspunkt i dei europeiske retningslinjene for diagnostisering og behandling av bekkenleddsplager. Å utføre daglegdagse rørsler (gå, stå, reise/setje seg, sitje) på ein hensiktsmessig måte er sentralt i behandlinga. Tiltaka blir gitt gjennom funksjons- og meistringsfremjande aktivitetar som mellom anna trening i varmtvassbasseng, tilpassa variert trening inne og ute, avspenning og bevisstgjerung rundt utføring av aktivitetar i dagleglivet. I treningssamanheng brukar ein til dømes RedCord, MTT og</p>

	<p>frisktreningssapparat på treningssenter som verktøy for å fremje god og smertefri funksjon. Ein har fokus på at smertene ikkje skal auke verken under eller i etterkant av treninga. Kvalitet på utføring av øvingane og det å unngå kompensatoriske mønster er viktig for eit godt resultat.</p> <p>Undervisning har tema som anatomi og funksjon, smertemeistring, kognitiv metode, seksualitet, treningslære, sunt kosthald, stress, søvn, sjølvbilete, energiøkonomisering, arbeid og helse og kosthald. Ergoterapeut kan vurdere behov for hensiktsmessige hjelpemiddel og søkje på desse. Fysioterapeut legg til rette program for øvingar til bruk i heimen.</p> <p><i>b) Ernæring og kosthold</i> Undervisning i sunt kosthold, mulighet for individuell samtale med kostholdsrettleiar, og servering av sunn og god mat 4 gånger i døgnet etter statens råd for ernæring sine rettningslinjer.</p> <p>c) Resultat og brukererfaringer Effektmålingar i form av spørjeskjema, samt fysiske testar. Brukerevaluering utarbeidd av Kunnskapssenteret</p> <p><i>d) Bemanning for døgnopphold</i> Tilbodet blir gitt av eit tverrfagleg team som består 7 faggrupper; legespesialist i fysikalsk medisin og rehabilitering, fysioterapeutar med utvida kompetanse på bekkenleddsrelaterte plager, sjukepleiar med vidareutdanning i kognitiv terapi, ergoterapeut med vidareutdanning i veiledningspedagogikk og kognitiv terapi, bachelor i ernæring og arbeidskonsulent med vidareutdanning i veiledningspedagogikk og kognitiv terapi og psykolog etter individuell vurdering. Muritunet har sjukepleiar på vakt 24-timar i døgnet.</p> <p><i>e) Samarbeid/samhandling med andre aktører forut for inntak, under og etter forløpet samt ambulant virksomhet:</i> Samhandling med relevante aktørar som pårørande, primærhelsetenesta, fastlege, andre i spesialisthelsetenesta, arbeidsgjevar, BHT, NAV og arbeidslivssenter er sentralt i planlegging og tilrettelegging av eit heilskapleg pasientforløp.</p>
<p><b>Faglig fundament</b></p>	<p><i>Institusjonens samlede kompetanse i forhold til målgruppen</i> Muritunet brukar pedagogiske prinsipp og verktøy for å fremje læring, meistring og helse hos våre pasientar og deira pårørande. Fagpersonalet har grunnleggande helsepedagogisk kompetanse, som i pasientmøte kjem til uttrykk gjennom respekt, fagleg dyktigheit, god dialog og støtte.</p>

# MURITUNET

Lokasjon	Muritunet AS, Grandegata 58, 6210 Valldal. <a href="http://www.muritunet.no">www.muritunet.no</a> Muritunet er lokalisert i Valldal på indre Sunnmøre. Frå Ålesund eller Molde (E36/E39) køyrer ein til Sjøholt, og tek av (Fv650) austover mot Valldal. Næraste flyplass er Ålesund lufthavn på Vigra.
Varighet	<i>Anslagsvis forventet oppholdslengde for målgruppen</i> 4 vekers opphald