

## HVORDAN SØKE PLASS?

Ved henvisning direkte fra sykehus, som har avtale med Helse Sør-Øst, sendes henvisning direkte til Bakke SMR.

Ved henvisning fra fastlege/allmennlege / manuell terapeut/kiropraktor eller legespesialist/avtalespesialist sendes søknaden om rehabiliteringsopphold på Bakke til: Regional Koordinerende Enhet (RKE) Postboks 174, 1451 Nesoddtangen Tlf: 80030061, e-post: [RKE@Sunnaas.no](mailto:RKE@Sunnaas.no), [www.rehabinfo.no](http://www.rehabinfo.no)

## MER INFORMASJON?

- Se gjerne på vår hjemmeside : [www.bakke-rehabilitering.no](http://www.bakke-rehabilitering.no) for mer informasjon
- Postadresse: Bakke, 1765 Halden
- Er du noe du ikke finner svar på ønsker vi at du kontakter oss på tlf. 69 17 26 00 eller på e-post: [bakke@bakke-o.no](mailto:bakke@bakke-o.no) .



Senter for Mestring og Rehabilitering AS



REHABILITERING  
ETTER  
BENAMPUTASJON





## MÅLGRUPPEN

Rehabilitering til denne gruppen retter seg mot:

- Nyamputerte som trenger grunnleggende rehabilitering og tett oppfølging
- Tidligere amputerte som har behov for mer trening og oppfølging for å opprettholde en aktiv hverdag.

Bakke SMR – en rehabiliteringsinstitusjon i spesialisthelsetjenesten  
Vi tilbyr spesialisert rehabilitering.  
Vi har bred rehabiliteringskompetanse.  
Bakke fikk Momentum prisen 2010 for beste rehabilitering til amputerte.

## VARIGHET OG ORGANISERING

Varigheten av oppholdet varierer avhengig av din diagnose og funksjonsnivå. Nyamputerte pasienter får et opphold på 8-11 uker. For tidligere amputerte er et opphold på 4 uker mest vanlig. Ved ankomst etableres det et tverrfaglig team rundt deg bestående av sykepleier og fysioterapeut. Ergoterapeut, lege og ortopediingeniør knyttes til teamet for de nyamputerte. Denne kompetansen er også tilgjengelig for tidligere amputerte ved behov. Teamet har tverrfaglige målsettings-/evalueringsmøter underveis. De samarbeider med pårørende, kommunehelsetjeneste og andre fagpersoner.

## INNHOOLD OG MULIGHETER

Vi har fokus på pasientens almenntilstand og psykiske helse. Det er tett medisinsk oppfølging, sårbehandling og protesetilpasning for nyamputerte. Det er tilpasset trening til den enkelte, 2-4 økter om dagen. Du trener og er i gruppe med andre i samme situasjon. Vi vil fokusere på dine mål og muligheter fremfor begrensninger.



Bakke ligger idyllisk til like ved Iddefjorden, 15 km sør for Halden i Østfold. Rundt Bakke finnes praktfullt turterreng og en stor deilig hage.



## VARIERTE AKTIVITETER UTE OG INNE

- Gangtrening
- Funksjonsfremmende trening tilpasset ditt nivå
- Fellestrim
- Benketrening
- Balanse og styrketrening
- Rullestolteknikk
- Undervisning
- Avspenning
- Tai chi
- Basseng



## KOST

Kostholdet er en viktig del av den helhetlige rehabiliteringen. Kjøkkenet har en variert meny. Maten er næringsrik og godt tilberedt, slik at den dekker de fleste behov. Vi serverer 4 måltider daglig. Vi tilbereder dietter og spesialkost som er medisinsk begrunnet (beskrives i søknad). Kostholdsveiledning gis ut fra individuelle behov og til grupper.