



En hjärthändelse sker och patienten hamnar på sjukhuset. Efter behandling erbjuder hjärtsköterskan patienten att delta i Hjärtskolan. Sjukdom och livsstilsinformation för dig som genomgått Hjärtinfarkt, Ballongvidgning eller är Hjärtopererad.

<b>Tid</b>	Kursen inkluderar två träffar, tisdagar kl 13.00 – 16.00
<b>Var</b>	Konferensrum Tärnan på Höjdpunkten Ö-viks sjukhus
<b>Kostnad</b>	200 kr per gång, frikortsgrundande – betala i kassan i sjukhusets huvudentré Anhöriga deltar kostnadsfritt Om du får förhinder vänligen avboka till 0660-879 43

#### **Innehåll i kursen**

<b>Kranskärllssköterska</b>	Kranskärllssjukdom – utredning, behandling, mediciner, riskfaktorer – vad kan man själv påverka
<b>Dietist</b>	Kostens betydelse vid hjärt-kärllsjukdom. Information om hur mat kan påverka blodfetter, blodtryck och vikt.
<b>Kurator</b>	Att vara ledsen/orolig är en naturlig reaktion efter en Hjärthändelse, Kuratorns roll
<b>Sjukgymnast</b>	Motion/träning efter en hjärthändelse. Varför träna? Hur träna? Speciellt att tänka på. Hjärtrehabilitering i Ö-vik Information om stress, vad är stress? Samband stress – kranskärllssjukdom Stresshantering, stresstest
<b>HjärtLungföreningen</b>	Föreningens verksamhet, Hjärt- och lungskolans cirklar och aktiviteter, övrig verksamhet

*All information som ges,  
ger individen kunskap för att själv påverka sin sjukdom och  
därmed minska risken att återinsjukna*

