

## KOLS (kronisk obstruktiv lungesykdom)

- ❖ Kurset er for pasienter og pårørende som ønsker å lære mer om det å leve med sykdommen.
- ❖ Målet er å gi deg kunnskap slik at du kan oppleve trygghet. Kunnskap er viktig for å kunne gjøre gode og riktige valg.
- ❖ På kurset møter du andre i samme situasjon som du kan dele dine erfaringer med.

### **Innhold i kurset**

- Årsaker til KOLS
- Sykdomslære (hva skjer i kroppen)
- Egenomsorg/å leve med KOLS
- Behandling – medisiner
- Pratisk gjennomgang av de ulike inhalasjonssystemene
- Fysisk aktivitet – anfallsmestring – slimmobilisering
- Å leve med KOLS – erfaringsutveksling
- Røyking
- Ernæring
- Sosiale rettigheter/trygderettigheter
- Eventuelle diverse hjelpemidler

### **Kurset holdes på**

Lærings- og mestringscenteret, Sørlandet sykehus Flekkefjord

### **Henvisning og påmelding**

Det må sendes henvisning fra fastlege eller lungelege til medisinsk poliklinikk, Sørlandet sykehus Flekkefjord.

Er du pasient kan du gi beskjed at du ønsker å gå kurs.

Medisinsk poliklinikk tlf. 38 32 73 41

### **Pris**

Deltakeravgift kr. 320,- (Spesialisttakst 2015)

Ingen egenandel ved frikort

Inkluderer enkel bevertning

### **Kurset arrangeres av**

- Medisinsk poliklinikk, Sørlandet sykehus
- Brukerrepresentanter
- Lærings- og mestringscenteret, Sørlandet sykehus