

Perifer arteriell sirkulasjonssvikt (PAS)

- ❖ 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

- Brukerhistorie
- Gruppenormer og handlingsplan
- Fysisk aktivitet
- Medisiner, risikofaktorer
- Røyk og røykeslutt
- Kosthold
- Motivasjon, mestring og livskvalitet
- Gåturer
- Røykesluttkurs

Kurset holdes på

Lærings- og mestringssenteret, Sørlandet sykehus HF Kristiansand

Henvising og påmelding

Henvising fra fastlege sendes til kardiologisk poliklinikk.

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

Du vil motta invitasjon før kursstart, og kan da melde deg på

Karkirurgisk poliklinikk tlf. 38 17 48 65

Pris

Deltakeravgift kr. 320,- (Spesialisttakst 2015)

Ingen egenandel ved frikort

Kurset arrangeres av

- Medisinsk poliklinikk, Sørlandet sykehus HF
- Brukerrepresentanter
- Lærings- og mestringssenteret, Sørlandet sykehus HF

Neste kurs: [følg med i kurskalenderen](#)