

Välkommen på tematräffar!

Parkinsonsdagar på Centrum för neurologi

Du som har Parkinsons sjukdom och hör till Centrum för neurologi är välkommen att delta i våra olika tematräffar, du får gärna ta med dig en anhörig om du vill.

Parkinsonsjuksköterska Pia Rousu leder träffarna och det finns 16 platser vid varje tillfälle. Anmälan görs via 1177 Vårdguidens e-tjänster. Logga in och välj Centrum för neurologi, och sedan Parkinson – Tematräffar. Du kan också meddela deltagande via telefon, 08-123 673 00.

Program: Vardag med Parkinsons sjukdom

Datum 7/3 kl 09.00-11.15 och 14/3 kl 09.00-11.15

Vi talar om stress, strategier, kommunikation, planering och att leva i balans.

- | | |
|-------------------|--|
| Kl. 09.00 - 09.40 | Vad förvärrar symtom och hur påverkas omgivningen? |
| Kl. 09.40 - 10.00 | Fikapaus |
| Kl. 10.00 - 11.00 | Vad kan jag som patient och jag som anhörig göra för att förbättra vardagen? |
| Kl. 11.00 - 11.15 | Sammanfattning och reflektion |

Program: Läkemedel och Parkinsons sjukdom

Datum 21/3 kl 09.00-11.15 och 4/4 kl 09.00-11.15

Vi talar om hur olika läkemedel verkar, hur de tas och biverkningar.

- | | |
|-------------------|---|
| Kl. 09.00 - 09.40 | Vilka läkemedel finns att tillgå? Varför får inte alla samma? |
| Kl. 09.40 - 10.00 | Fikapaus |
| Kl. 10.00 - 10.45 | Hur ska man ta läkemedel? Vilka biverkningar kan de ha? |
| Kl. 10.45 - 11.15 | Sammanfattning och reflektion |



Program: Mat och Parkinsons sjukdom

Datum 11/4 kl 13.00- 15.00 och 2/5 kl 09.00-11.00

Vi talar om vad, hur och när man ska äta. Vi tar upp sväljsvårigheter.

Kl. 09.00 - 09.40	Vad ska man äta och varför?
Kl. 13:00 - 13:40	
Kl. 09.40 - 10.00	Fikapaus
Kl. 13:40 - 14:00	
Kl. 10.00 - 10.45	När och hur ska man äta, vad ska man tänka på? Sväljsvårigheter, vad ska man tänka på?
Kl. 14:00 - 14:45	
Kl. 10.45 - 11.00	Sammanfattning och reflektion
Kl. 14:45 - 15:00	

Program: Blåsa och tarm relaterat till Parkinsons sjukdom

Datum 9/5 kl 09.00-11.00

Vi talar om förstoppning, täta trängningar, vad man kan tänka på och göra för att motverka besvär.

Kl. 09.00 - 09.40	Vi pratar om tarmen, framförallt förstoppning och trög mage.
Kl. 09.40 - 10.00	Fikapaus
Kl. 10.00 - 10.45	Vi pratar om täta trängningar, urinläckage
Kl. 10.45 - 11.00	Sammanfattning och reflektion

Program: Samliv och Parkinsons sjukdom

Datum 16/5 kl 09.00- 11.00 och 23/5 kl 09.00-11.00

Vi talar om förutsättningar och förväntningar, vad kan man göra?

Kl. 09.00 - 09.40	Förutsättningar för samliv, vad kan man göra?
Kl. 09.40 - 10.00	Fikapaus
Kl. 10.00 - 10.45	Förväntningar utifrån hur livet är med kronisk sjukdom, livet är nu, inte som förr.
Kl. 10.45 - 11.00	Sammanfattning och reflektion

Hjärtligt välkomna!

