

Et godt liv med KOL

Frederikssund Kommune tilbyder et ni ugers forløb til KOL-patienter.

Formålet er, at du:

- får større viden om KOL (kronisk obstruktiv lungelidelse) og medicin
- forbedrer din kondition og bliver stærkere
- lærer at håndtere din åndenød
- bedre kan håndtere hverdagens gøremål.

Der er træning to gange om ugen og efterfølgende undervisning den ene af dagene.

Træningen tager udgangspunkt i din fysiske form, og underviserne er henholdsvis fysioterapeut, ergoterapeut, sygeplejerske og diætist.

Din læge skal henvise dig til dette tilbud.

Som en del af forløbet har du mulighed for at få hjælp til rygestop, ligesom kurserne "Lær at tackle..." og kan være en mulighed for at få hjælp til bedre at håndtere din livssituation.

Du kan få mere at vide

Hvis du vil vide mere om tilbuddet eller har andre spørgsmål, er du velkommen til at ringe til Henriette Lose på 40 49 06 26.

Du kan også læse Sundhedsstyrelsens pjece "Patientvejledning om KOL".