

# Kuntoutuskurssi sydän- sairauksia sairastaville aikuisille

Kurssien tavoitteena on tukea sairastunutta ja hänen läheistään elämäntilanteen hallinnassa sekä antaa keinoja, apua ja valmennusta sairaudesta aiheutuvien haasteiden ymmärtämiseen ja mahdollisten käytännön ongelmien selvittämiseen.



Sydänkuntoutuskurssi sopii sinulle, jos tilanteesi on jokin seuraavista

- sairastat sepelvaltimotautia ja sinulla on useita sepelvaltimotaudin riskitekijöitä tai toimintakykyä rajoittava angina pectoris -oire.
- sairastat sepelvaltimotautia ja sinulle on tehty ohitusleikkaus tai pallolaajennus
- sinulle on tehty läppäleikkaus
- sinulla on sydämen vajaatoimintaa, kardiomyopatia, sydänsarkoidoosi, harvinaisen tai synnynnäinen sydänsairaus.

Kurssille voivat hakea työelämässä olevat tai työelämästä poissa olevat. Yli 68-vuotiaat voivat hakea sydänkuntoutuskurssille, jos heillä on haasteita omahoidon ylläpitämisessä tai sairauden säännöllisessä seurannassa.

Kuntoutus järjestetään palveluntuottajan toimipisteessä. Kurssi kestää 15 vuorokautta, ja se toteutetaan 3 jaksossa. Aikuinen läheinen voi osallistua kuntoutukseen kanssasi 2 vuorokauden ajan. Voitte yöpyä kuntoutuspai- kassa tai käydä kuntoutuksessa päivittäin kotoa käsin.

## Kurssin tavoite

Kurssin tavoitteena on

- tukea sairauden aiheuttamassa muutostilanteessa
- antaa mahdollisuuden vertaistukeen
- antaa ohjausta ja keinoja jatkaa mahdollisimman täysipainoista elämää sairaudesta huolimatta
- antaa monipuolisesti tietoa sairaudesta
- vahvistaa voimavaroja ja elämänhallintaa
- valmentaa asiakasta toiminaan mahdollisimman itsenäisesti omassa arjessaan
- tukea asiakasta käyttämään keinoja, joilla hän voi itse vaikuttaa omaan toiminta- ja työkykyynsä ja hyvinvointiinsa.

---

## Kuntoutuksen hakeminen

Kuntoutuksen hakemista varten tarvitset lääkäriltä B-lääkärinlausunnon, jonka laatimisesta on kulunut korkeintaan vuosi ja joka sisältää suosituksen kuntoutukseen.

Toimita kuntoutushakemus (KU 132) tai (KU 104) ja lääkärinlausunto Kelaan.

Kuntoutushakemuksen saat verkosta osoitteesta [www.kela.fi/lomakkeet](http://www.kela.fi/lomakkeet)

Kuntoutus on maksutonta ja sille voi hakea ympäri vuoden. Sinulla voi olla kuntoutuksesi ajalta oikeus kuntoutusrahaan. Kela korvaa myös kuntoutuksesta aiheutuneita matkakustannuksia.

Sydänkuntoutuskurssi järjestään valtakunnallisesti, eli voit valita itsellesi sopivan palveluntuottajan mistä päin Suomea tahansa.

Lisätietoja kuntoutuskursseista: [www.kela.fi/kuntoutuskurssit](http://www.kela.fi/kuntoutuskurssit)