

Bezpłatna rehabilitacja dysfunkcji narządu ruchu dla mieszkańców Krakowa

Kraków od 14 listopada 2022 r. realizuje „Program profilaktyki i rehabilitacji dysfunkcji narządu ruchu dla mieszkańców Gminy Miejskiej Kraków” na lata 2022-2024. Program jest finansowany w całości przez Gminę Miejską Kraków i jest realizowany przez miejski podmiot leczniczy.

Uczestnictwo w Programie umożliwia bezpłatną rehabilitację osób z dysfunkcją narządu ruchu, bez konieczności posiadania skierowania. Program skierowany jest do dorosłych mieszkańców Krakowa, w tym z niepełnosprawnościami.

Celem Programu jest zwiększenie dostępności specjalistycznych usług fizjoterapeutycznych dla pacjentów potrzebujących rehabilitacji układu ruchu. Wymiernym rezultatem Programu będzie zmniejszenie dolegliwości bólowych pacjentów oraz poprawa stanu sprawności ruchowej w zakresie samodzielnego poruszania się i wykonywania codziennych czynności.

Miejsce realizacji Programu:

Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekłe Niepełnosprawnych oraz Niesamodzielnych w Krakowie SP ZOZ

ul. Wielicka 267 - Pawilon nr 3
30-663 Kraków

Miejskie Centrum Opieki zapewnia możliwość rejestracji telefonicznej oraz w punkcie, w którym będzie realizowany Program, a także zapewnia informację o Programie, co najmniej w punkcie, telefonicznie oraz na stronie internetowej.

Rejestracja:

tel. **12 44 67 527**

czynna:

poniedziałek: 10.00–18.00

wtorek: 7.30–15.30

środa: 7.30–15.30

czwartek: 10.00–18.00

piątek: 7.30–15.30

Osoby, które chcą skorzystać z bezpłatnej rehabilitacji, po rejestracji i przedłożeniu odpowiednich dokumentów (dostępnych w placówce realizującej Program oraz na stronie <https://mco.krakow.pl/dzienny-oddzial-rehabilitacji/>), przechodzą kwalifikację do Programu przeprowadzaną przez zespół złożony z lekarza specjalisty w dziedzinie rehabilitacji oraz fizjoterapeuty. Po pozytywnym rozpatrzeniu, osoba jest przyjmowana do udziału w Programie, w ramach którego przewidziane są porady lekarskie i fizjoterapeutyczne, świadczenia w zakresie kinezyterapii, fizykoterapii, masażu leczniczego oraz działania edukacyjne m.in. dotyczące profilaktyki dysfunkcji narządu ruchu.

Pacjenci będą przyjmowani od poniedziałku do piątku w następujących godzinach:

poniedziałek: 10:00–18.00

wtorek: 7.30–15.30

środa: 7.30–15.30

czwartek: 10.00–18.00

piątek: 7.30–15.30

Kryteria zakwalifikowania do Programu:

- 1) wiek powyżej 18 roku życia,
- 2) zamieszkanie na terenie Gminy Miejskiej Kraków,
- 3) dysfunkcja narządu ruchu dotycząca:
 - a. chorób przeciążeniowych narządu ruchu, zmian zwyrodnieniowych stawów, w tym po leczeniu operacyjnym (M00-M25, M60-M63, M72, M75, M76, M81, M84, M87, M89)lub
 - b. zespołów bólowych kręgosłupa, w tym po leczeniu operacyjnym (G55, M45-M54)lub
 - c. amputacji (S12, S22-S23, S32, S42, S52, S72, S82, S83, T90-T94),
- 4) posiadanie dokumentacji medycznej potwierdzającej dysfunkcję narządu ruchu,
- 5) stan funkcjonalny pozwalający na pionizację i przemieszczanie się,
- 6) pisemna zgoda na udział w programie.

Ważne!

Z Programu nie mogą skorzystać pacjenci, którzy na miesiąc przed kwalifikacją do Programu, w chwili przystąpienia do Programu lub w trakcie udziału w Programie korzystali / korzystają ze środków publicznych na świadczenia rehabilitacji leczniczej z powodu dysfunkcji narządu ruchu.

Na potwierdzenie spełnienia powyższych kryteriów uczestnik zobowiązany jest przedstawić:

- 1) wniosek o udział w Programie,
- 2) zaświadczenie lekarskie potwierdzające jednostkę chorobową dotyczącą narządu ruchu,
- 3) pisemną zgodę na udział w Programie,
- 4) oświadczenie o nie korzystaniu z innych świadczeń rehabilitacji leczniczej finansowanych ze środków publicznych,
- 5) dokumentację medyczną potwierdzającą rozpoznanie dysfunkcji narządu ruchu (np. wyniki badań obrazowych i neurofizjologicznych, opisy leczenia ambulatoryjnego lub karty informacyjne leczenia szpitalnego).

Powyższe dokumenty w zakresie pkt 1-4 dostępne są w placówce realizującej Program oraz na stronie internetowej Miejskiego Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niezależnych w Krakowie SP ZOZ pod linkiem <https://mco.krakow.pl/dzienny-oddzial-rehabilitacji/>

Program obejmuje rehabilitację - fizjoterapię:

- indywidualną i grupową na oddziale dziennej rehabilitacji,
- pod opieką zespołu rehabilitacyjnego,
- zgodnie z indywidualnym programem postępowania rehabilitacyjnego,

w wymiarze:

- przez okres 4 tygodni (z możliwością przedłużenia do 8 tygodni),
- 4 dni w tygodniu,
- min. 120 minut dziennie,
- od 5 do 7 procedur dziennie, w tym nie mniej niż 4 z zakresu kinezyterapii (min. 60 minut dziennie).

W uzasadnionych przypadkach w trakcie trwania programu lekarz może zmodyfikować program postępowania rehabilitacyjnego i/lub przedłużyć czas udzielania świadczeń.

Katalog dostępnych zabiegów fizjoterapeutycznych:

- kinezyterapia (m.in. indywidualna praca z pacjentem, ćwiczenia wspomagane, pionizacja, ćwiczenia czynne w odciążeniu i w odciążeniu z oporem, ćwiczenia czynne wolne i czynne z oporem, ćwiczenia izometryczne, nauka czynności lokomocji, wyciągi, ćwiczenia prowadzone, ćwiczenia grupowe ogólnousprawniające i inne formy usprawniania),
- fizykoterapia (m.in. elektrolecznictwo, leczenie polem elektromagnetycznym, światłolecznictwo, termoterapia, hydroterapia, krioterapia miejscowa, balneoterapia),
- masaż leczniczy.

Program edukacyjny dla uczestników programu

Pacjenci korzystający z rehabilitacji, dodatkowo będą mogli wziąć udział w prozdrowotnym programie edukacyjnym, tj. w dwóch prelekcjach z instruktazem na temat profilaktyki dysfunkcji narządu ruchu, zalecanej aktywności fizycznej, zasad zdrowego żywienia, sposobów radzenia sobie ze stresem itp.

Osoby z nadwagą lub otyłością zostaną objęte programem edukacyjnym rozszerzonym o minimum jedno spotkanie indywidualne, dopasowane do potrzeb pacjenta (dot. utrzymywania prawidłowej masy ciała).

Przed i po spotkaniach edukacyjnych uczestnicy zostaną poproszeni o wypełnienie ankiety nt. zdrowia. Dodatkowo, otrzymają materiały edukacyjne w formie pisemnej obejmujące tematy poruszane w trakcie spotkań oraz zalecenia co do dalszego postępowania.

Zakończenie udziału w programie

Na zakończenie udziału w Programie pacjenci mogą liczyć na porady końcowe, podczas których lekarz prowadzący i fizjoterapeuta oceni skuteczność rehabilitacji, zmianę poziomu dolegliwości bólowych oraz stopień sprawności funkcjonalnej.

Uczestnicy programu otrzymają wypis z oddziału rehabilitacji dziennej z zaleceniami dalszego postępowania.

Ważne!

Uczestnik może zrezygnować z udziału w programie na każdym etapie jego realizacji.

Osoby korzystające z programu zostaną objęte anonimowym badaniem ankietowym oceniającym jakość usług i poziom satysfakcji z udziału w programie, w tym ewentualnych przyczyn rezygnacji.

Program profilaktyki i rehabilitacji dysfunkcji narządu ruchu jest w całości finansowany ze środków budżetu Gminy Miejskiej Kraków. Potrwa do końca 2024 roku, z możliwością kontynuacji w następnych latach. W ramach Programu na lata 2022-2024 planuje się objąć wsparciem rehabilitacyjnym co najmniej 600 pacjentów.

Schemat organizacji „Programu profilaktyki i rehabilitacji dysfunkcji narządu ruchu dla mieszkańców Gminy Miejskiej Kraków”:

