

Augusti 2016



Träning i terapibassäng syftar till att hjälpa dig stärka din egen hälsa och stimulera dig till självständig träning.

För att träna i ÅHS bassäng behövs ALLTID en remiss till fysioterapin och att du har en behandlande fysioterapeut som du träffat.

Följande riktlinjer gäller för träning i bassäng:

- Efter en höft- eller knäprotes operation kan du delta i gruppträningstillfällen 7 ggr (måndag eller onsdag)
- Om du ska genomgå en ortopedisk operation och operationsbeställning finns.
- Efter en ortopedisk operation under en begränsad tid (3 månader)
- Om du varit gipsad och får börja träna avlastat (under en begränsad tid).
- Om din behandlande fysioterapeut anser att behov av bassängträning i ÅHS bassäng föreligger.

Vi rekommenderar att du efter rehabiliteringen här hos oss fortsätter din träning i någon form ute i samhället.