

# KOL patientskole



**Et tilbud til borgere med KOL  
i Middelfart Kommune**



**Middelfart**  
KOMMUNE

## Tilbud til borgere med Kronisk Obstruktiv Lungesygdom (KOL)

Middelfart Kommune tilbyder patientskole til borgere med diagnosen KOL (i let til moderat grad), som er motiveret for at blive sundere! KOL er en kronisk sygdom forstået på den måde, at lungefunktionen er permanent nedsat og ikke kan blive normal igen. KOL er som regel forårsaget af rygning og kaldes derfor også rygerlunger.

### **Kan du sige ja til ét eller flere af følgende spørgsmål, er KOL-skolen måske noget for dig?**

- Vil du gerne vide mere om sygdommen KOL generelt?
- Vil du gerne forbedre din fysiske formåen og udholdenhed?
- Vil du gerne mindske eventuel angst og tristhed?
- Vil du gerne lære at leve bedst muligt med din sygdom?
- Vil du gerne vide, hvad du selv kan gøre for at modvirke sygdomsforværring?
- Vil du gerne vide, hvordan du kan arbejde bedre med din vejrtrækning og åndenød?
- Vil du gerne vide noget om medicin, sund kost, motion og rygning i forhold til det at have KOL?
- Vil du gerne have hjælp til at træne og spise mere hensigtsmæssigt?
- Vil du gerne have hjælp til at holde op med at ryge?
- Vil du vil gerne møde andre i lignende situation?

### **Hvem kan deltage?**

Der er visse betingelser, du skal opfylde for at deltage:

- En læge skal have stillet din diagnose KOL, i graden let-moderat
- Du skal være motiveret for at ændre på din livsstil, f.eks. øge din fysiske aktivitet, ændre dine kostvaner, stoppe med at ryge
- Du skal selv sørge for transporten til patientskolen (se adresse bagest)

### **Hvornår?**

Undervisningen i KOL-skolen kommer primært til at foregå på hold, men der vil også være individuelle tiltag efter behov. KOL-skolen tilrettelægges af et tværfagligt team bestående af ergo- og fysioterapeuter, klinisk diætist, sygeplejersker og rygestoprådgivere.

KOL-skolen forløber over 6 mandage fra kl. 14.00 – 16.00.

Derudover skal du påregne tid til de individuelle tiltag, der aftales med dig, samt tid til hjemmetræning.

Der kan være max. 10 deltagere på holdet.

### **Hvor?**

Holdundervisningen i KOL-skolen kommer til at foregå i

**Sundhedsafdelingen**

**Teglårdsparken 17 st.**

**5500 Middelfart**

### **Hvordan kommer jeg i gang?**

Du skal henvises til KOL-skolen af din praktiserende læge eller af lægen på lungemedicinsk afdeling på sygehuset.

### **Hvis du har spørgsmål, er du velkommen til at kontakte KOL-kontaktperson**

Fysioterapeut Line Honoré

Telefon: 8888 4652

Mail: [line.honore@middelfart.dk](mailto:line.honore@middelfart.dk)



**September 2010**