



## Kenelle

Onko sinulla todettu äskettäin sydänsairaus: sepelvaltimotauti, sydämen vajaatoiminta, kardiomyopatia, sydänsarkoidoosi, harvinainen sydänsairaus tai synnynnäinen sydänsairaus tai olet ollut läppäleikkauksessa. Voit saada tilanteeseesi tukea Kelan sydänkuntoutuskursseilta. Kurssi on aikuisille tarkoitettu kuntoutuskurssi, johon voi hakeutua mistä päin Suomea tahansa. Kuntoutuskurssille voi osan aikaa osallistua myös kuntoutujan omainen tai läheinen.

## Tavoite

Aikuisten sydänkuntoutuskurssilta saat tukea elämäntilanteesi hallintaan sekä keinoja sairaudesta aiheutuvien haasteiden ymmärtämiseen ja käytännön ongelmien ratkaisemiseen. Kurssille osallistuminen edellyttää, että olet motivoitunut ryhmässä

toteutettavaan kuntoutukseen. Kuntoutuskursseilla saat tietoa sydänsairauksista ja apua elämäntilanteeseen, toipumiseen ja sairauden itsehoitoon. Voit hakea kursseille, kun tila sairastumisen jälkeen on vakiintunut (noin 6 kk sairastumisesta). Kurssija järjestetään avo- ja laitosmuotoisina.

## Toteutus

Kuntoutus kestää yhteensä 15 vuorokautta, joka jakautuu kolmeen viiden päivän mittaiseen jaksoon. Kurssi toteutuu yhteensä noin yhdeksän kuukauden aikana. Omainen voi osallistua kuntoutukseen yhteensä kaksi vuorokautta viimeisen jakson lopussa. Suurin osa kurssiohjelmasta toteutuu ryhmässä, joka mahdollistaa vertaistuen toteutumisen sekä kuntoutujien aktiivisen osallistumisen kuntoutusohjelmaan. Kuntoutuksen

aikana käsiteltävät teemat liittyvät fyysisen aktivoimisen ohjaukseen, ravitsemukseen sekä terveyteen ja sen edistämiseen. Kuntoutuskurssin ajalta voit saada joko palkkaa tai Kelan kuntoutusrahaa.

## Hakeminen

Kuntoutukseen haetaan Kelan lomakkeella KU 132. Hakemukseen liitetään alle vuoden vanha B-lääkärintlausunto tai vastaavat tiedot sisältävä muu lääketieteellinen selvitys, josta käy ilmi kuntoutuksen tarve sekä tavoite. Lomakkeet palautetaan täytettynä Kelaan ja Kela tekee hakemuksen perusteella kuntoutuspäätöksen. Kelan kuntoutus on kuntoutukseen osallistuvilla henkilöillä täysin maksutonta.

Lisätiedot: [kela.fi/lomakkeet](http://kela.fi/lomakkeet)

KUNTOUTUKSEN TOTEUTTAA: KUNTOUTUSKESKUS RUISSALO

Yhteyshenkilö Palveluvastaava (02) 445 4562 • [palveluvastaava@ruissalo.fi](mailto:palveluvastaava@ruissalo.fi)

RUISSALON KYLPYLÄN TOIMIPISTE  
Ruissalon puistotie 640, 20100 Turku

NAANTALIN KYLPYLÄN TOIMIPISTE  
Matkailijantie 2, 21100 Naantali

