

# Cancerrehabilitering

**Vill du må bättre, bli starkare och orka mer genom att träna tillsammans med andra med cancersjukdom?**

**Vi på Centralsjukhuset erbjuder dig träning i bassäng, styrke- och konditionsträning i vår träningshall.**

Vi kan även hjälpa dig med individuellt träningsprogram som du kan använda hemma eller hänvisa dig för hjälp av sjukgymnast/fysioterapeut på hemorten.

Har du en pågående cancersjukdom eller har du nyligen avslutat din behandling och har kvarvarande besvär så är du välkommen till oss. Vi ses för en bedömning av dina behov, din hälsosituation och dina förutsättningar. Vi kan testa din kondition, muskelstyrka, rörlighet och balans och utifrån det lägger vi upp en plan för din rehabilitering.

Kontakta din sjuksköterska eller läkare för remiss. Du kan även ta kontakt med oss direkt via vår reception.

Vi ses först för en bedömning av dina behov och information om vår verksamhet.

Träningen sker anpassat till coronapandemin.

**Alla tränar utifrån sina förutsättningar!**

Välkommen!

Eva Eliasson, fysioterapeut  
Ylva Arnesson, sjukgymnast  
Linus, Svartvik, fysioterapeut  
*Fysioterapimottagning 1 CSK, Tfn 010-8315228*

