



# Kan du greppa?

OM ARBETSTERAPI OCH RÖRELSEORGANENS SJUKDOMAR

# Rörelseorganens sjukdomar

Har du får svårt att klara av din vardag, ditt arbete eller dina fritidsaktiviteter? Rörelseorganens sjukdomar och skador kan leda till begränsad rörelseförmåga och smärta som i sin tur kan medföra att du inte kan utföra dina vardagliga aktiviteter. Med arbetsterapeutens stöd kan det förebyggas.

## Arbetsterapeuten

- utreder hur rörelsenedsättning, styrka och smärta påverkar din aktivitetsförmåga.
- ger förslag på nya sätt att utföra dina dagliga aktiviteter.
- visar hur du kan skona dina leder och förebygga en försämring.
- ger råd om förflyttningar och hjälpmedel inför och efter operation.
- provar ut tekniska hjälpmedel och ortoser, till exempel handledsstöd.
- ger råd och tips på bra produkter som du kan köpa själv.
- stödjer dig i arbetsträning och ger förslag på anpassning av din arbetsplats.
- ger råd om hur bostad och närmaste omgivning kan anpassas.
- skriver intyg om bostadsanpassning.

Du behöver ingen remiss för att träffa en arbetsterapeut. Kontakta din vård- eller hälsocentral eller din kommun. Du kan också vända dig till 1177 Vårdguiden för mer information genom att ringa 1177 eller besöka [www.1177.se](http://www.1177.se).