

Behandlingsplan

Genom dialog har följande gemensamma överenskommelse gjorts:

Patienten ansvarar själv för att gå ned 10 kg i vikt för att minska belastning på leder samt att genomföra digital artrosskola med start den DD/MM.

Patienten bokar tid på träningscenter för att få träningsprogram. Följer givna kostråd.

Vården ansvarar för att skriva fysisk aktivitet på recept.

Detta kan patienten göra vid försämring av ökad smärta övergå att ta T.

Naproxen regelbundet enligt aktuell dosering i två veckor. Om detta inte hjälper boka tid för ny bedömning hos vårdcentralens fysioterapeut.

Fortsatt planering: Efter genomförd artrosskola bokar patienten själv tid för återbesök till fysioterapeuten.

Patientens fasta vårdkontakt är: Katarina Andersson **telefonnummer:** 010-10 00 00

Patienten kan kontakta vården via: meddelandefunktionen på vårdcentralen via 1177.

Mer information

Detta är en fördjupning till [Höftledsartros](#).

Uppdaterad: 2021-02-24

Åsa Pettersson, Bra Liv Hälsan 2 vårdcentral, Vårdcentralerna Bra Liv

fakta@rjl.se