



Oslo

Sykehjemsetaten

Velkommen til Solvang helsehus

I denne brosjyren finner du nyttig
informasjon om oss og våre tjenester



Foto: Magnus Ross

Innhold

1	Velkommen	4
2	Om helsehus.....	5
3	Hva tilbyr helsehuset?	5
3.1	Avklaring- og rehabiliteringsplasser	5
3.2	Avlastningsplasser	6
3.3	Trygghetsplasser	6
3.4	Lindrende enhet.....	6
4	Kontaktinformasjon.....	7
5	Adkomst og parkering.....	8
6	Nyttig å ha med	8
7	Kompetanse	8
8	Oppstartssamtale	8
9	Praktisk informasjon	9
10	Ernæring og måltider.....	10
11	Teknologi for trygghet og mestring.....	11
11	Kommunikasjon med pårørende.....	12
12	Aktiviteter	12
13	Tro og livssynstjeneste	12
14	Utreise.....	13
15	Dine erfaringer er viktige.....	13

16	Dine klagemuligheter.....	13
-----------	----------------------------------	-----------

Foto: Magnus Ross

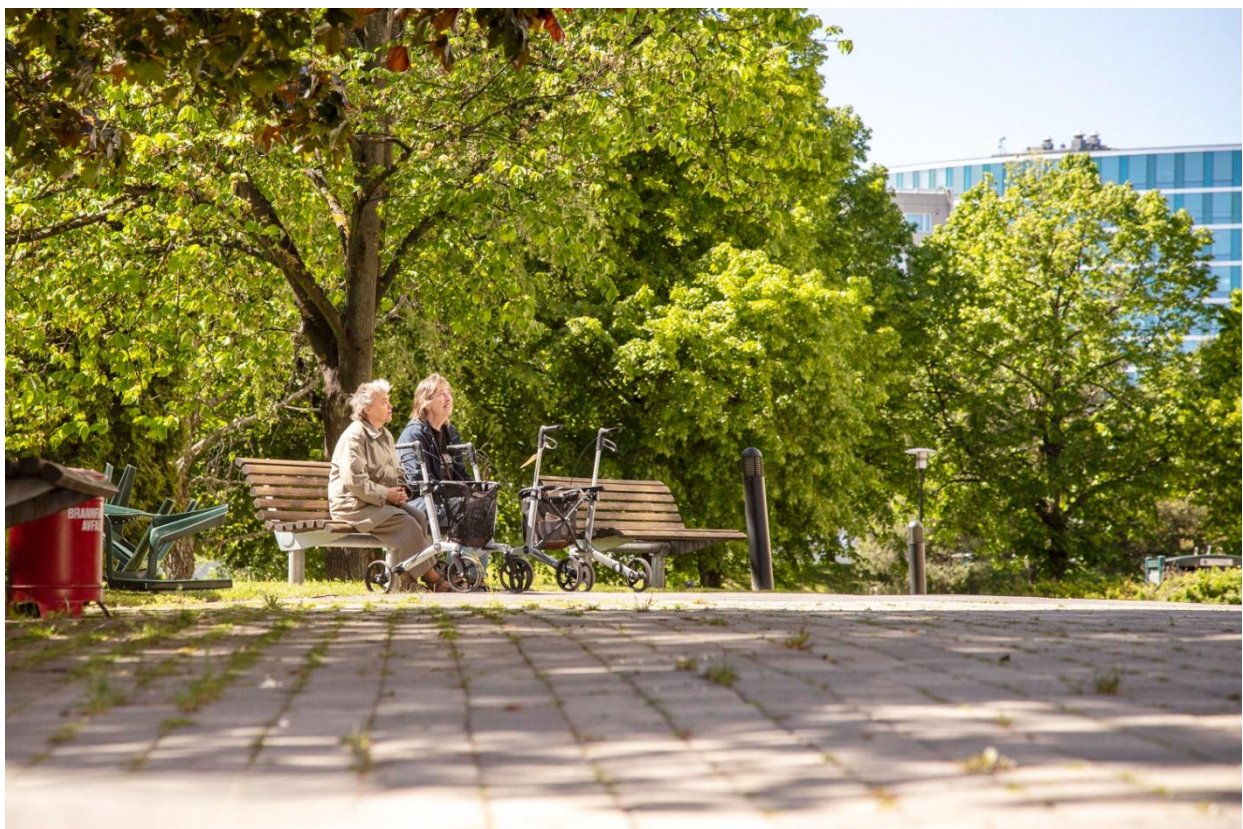
1 Velkommen

Velkommen til Solvang helsehus. Vår hovedoppgave er å hjelpe deg med et tilrettelagt individuelt tilbud med utgangspunkt i dine behov. Dette gjør vi i samarbeid med bydel og andre helsetjenester.

Du skal få den helsehjelpen du trenger, og bli møtt med respekt og mulighet for medbestemmelse. Vi ønsker at du trives mens du er hos oss, og at du vil nå dine mål. Spør oss gjerne om du lurer på noe!

Hilsen

Institusjonssjef Monika Vartdal



2 Om helsehus

Solvang helsehus er ett av fire helsehus i Oslo kommune, og har avklarings- og rehabiliteringsplasser, skjermede plasser, avlastningsplasser, lindrende plasser Trygghetsplasser og dagrehabilitering.

Helsehusenes primære oppgave er å bidra til at pasienter skal kunne bo lengst mulig i egne hjem. Helsehuset er opptatt av god fagkompetanse, samhandling og kvalitet i tjenestene.

Solvang helsehus har 141 pasientrom, alle med egne bad. Det er spisesaler og oppholdsrom per avdeling som kan brukes til ulike aktiviteter. Alle avdelinger har utgang til egen balkong. I tillegg har pasienter og pårørende tilgang til en flott hage med lysthus som kan benyttes til rekreasjonsområde og ulike aktiviteter.

Det er din bydel som fatter vedtak om opphold hos oss, og som bestemmer hvor lenge oppholdet skal vare.

3 Hva tilbyr helsehuset?

3.1 Avklaring- og rehabiliteringsplasser

Korttidsopphold i helsehus er et tilbud for personer med sammensatte helseutfordringer, og som er i behov av behandling og/-eller rehabilitering, avlastning til pårørende eller lindring.

Vi tilbyr:

- Medisinsk behandling, opptrening og rehabilitering i et avgrenset tidsrom, slik at pasienter kan fortsette å bo hjemme
- Medisinsk behandling, pleie og oppfølging etter opphold på sykehus
- Trygghet og motivasjon på vei tilbake til hjemmet
- Samarbeide med spesialisthelsetjenesten, fastlege og hjemmetjenesten i bydelen for et best mulig tilbud til den enkelte pasient
- Motivasjon og egenaktivitet er viktig for å få best mulig nytte av oppholdet.
- Samarbeid med pårørende er også viktig for å få til et godt opphold for pasientene.

Dersom man er innlagt for rehabilitering foregår treningen både individuelt, i grupper og ved egentrening. Treningen den enkelte får tilbud om, kan være gruppetrening og/eller individuell trening, både med og uten fysioterapeut.

Mengden trening er tilpasset den enkelte sitt funksjonsnivå og medisinske behov med bakgrunn i en tverrfaglig vurdering. Mestring av daglige aktiviteter som f.eks. personlig hygiene, påkledning, spisesituasjon og ved forflytning til og fra ulike gjøremål kan også være en viktig del av opptreningen som vi kan hjelpe med.

Det er viktig at man er så aktiv som man klarer i de daglige gjøremålene og tar ansvar for å følge anbefalinger og eventuelt egentreningsprogrammet man får av terapeutene.

Personalet tilstreber å gi pasientene muligheter til å utføre aktiviteter man gjør i dagliglivet. Bevegelse gir styrke.

3.2 Avlastningsplasser

På Solvang er det også lokalisert plasser for avlastning og rullerende avlastning. Avlastningsplasser og faste rullerende avlastningsopphold er et viktig tilbud for å gi avlastning for pårørende med omsorgsoppgaver, og bidrar til at omsorgstrengende kan bo hjemme. I dag er det 30 slike plasser på Solvang helsehus

3.3 Trygghetsplasser

Trygghetsplasser er et tilbud til eldre over 60 år, som har kommet i en vanskelig hjemmesituasjon, og som i en kortere periode har behov for hjelp og omsorg i trygge omgivelser. Den eldre tar selv kontakt med tjenesten og kan søke om opphold og få plass dersom kriteriene er oppfylt.

3.4 Lindrende enhet

Lindrende enhet er en spesialavdeling med 16 senger. Tilbudet er til alvorlig syke og dødene med behov for mer avansert medisinsk behandling, pleie og omsorg.



4 Kontaktinformasjon

Besøksadresse:
Regnbueveien 2A
0664 OSLO

Telefon: 23 43 51 00

For å sikre best mulig oppfølging, ber vi pårørende om å ringe avdelingen i tidsrommet kl. 10:00-14:00 på hverdager, med mindre det gjelder noe som ikke kan vente.

E-post: postmottak.solvanghelsehus@sye.oslo.kommune.no

Resepsjonen er åpen fra mandag til fredag i tidsrommet 08:00 til 20.00.
Lørdager og søndager er den åpen mellom kl 11.30-17.30.

Besøktider:

- Hverdager mellom kl. 14:00 – 19:00
- Lørdag, søndag og helligdager kl. 12:00 – 17:00

5 Adkomst og parkering

Vi har mange parkeringsplasser på fremsiden av helsehuset og langs alleen som leder opp til Solvang. Besøkende må registrere bilnummer på terminal i resepsjonsområdet ved hovedinngangen vår for å ha gyldig parkeringstillatelse.

[Se ruter for mer informasjon](#)

6 Nyttig å ha med

Det er viktig å ha med følgende når du kommer til oss:

- Klær, gode sko og toalettsaker
- TT-kort dersom du har dette

7 Kompetanse

Helsehuset har bred faglig- og tverrfaglig kompetanse. Behandlingsteamet består av leger, sykepleiere, helsefagarbeidere, ergoterapeuter, fysioterapeuter og vernepleiere. I tillegg har helsehuset tilgjengelighet til både klinisk ernæringsfysiolog, farmasøyt, logoped og prest. Flere av våre ansatte har gjennomført videreutdanninger innenfor sitt fagområde.

Helsehuset tar imot studenter i praksis fra høyskoler, universitet og fagskoler. Alle som jobber på helsehuset, inkludert studenter og elever, har taushetsplikt.

8 Oppstartssamtale

Det vil bli avtalt en oppstartssamtale kort tid etter din ankomst med en koordinator som skal legge planen for oppholdet sammen med deg. Ta gjerne med pårørende i dette møtet dersom du ønsker det. Din saksbehandler fra bydelen blir også invitert. Dine ønsker og mål for oppholdet er viktig informasjon

for oss. Vi vil være i tett dialog med deg og dine pårørende dersom det er ønskelig.

9 Praktisk informasjon

Kantine

Vi har en kantine som er åpen mandag til fredag 11-12.30. Den er stengt lørdag og søndag.

Klær og vask av tøy

Det er viktig å ta med rikelig med tøy til oppholdet og gode inne/utesko. Vi kan ikke vaske privat tøy, og henstiller de pårørende til å ta med skittent tøy hjem for vask.

Verdisaker

Helsehuset er ikke ansvarlig og erstatningspliktig for private eiendeler og verdisaker som oppbevares på pasientens rom eller i helsehusets fellesarealer. Dette gjelder verdisaker som smykker, briller, høreapparat, mobiltelefon, klær med mer.

Frisør og fotterapeut

Helsehuset har frisør og fotterapeut. Dette er tjenester du betaler for selv.

Frisør: Ewa Sommer, 90 53 29 17

Fotterapeut: Maria-Louisa Viola Petterson, telefon 45 28 79 20

Gjestenett

Dersom du eller dine pårørende ønsker å koble dere til internett, kan du bruke vårt gjestenett på følgende måte:

1. Åpne nettverket = Oslo-guest
2. Klikk for å legge inn ny bruker, du må fylle inn navn og mobiltelefon.
3. Du får et passord sendt til din mobil. Brukernavnet er ditt mobiltelefonnummer og passord er det du får tilsendt. Dette er gyldig i syv dager.
Prosessen må gjentas etter denne perioden

Røyking

Det er kun lov å røyke på angitte plasser.

10 Ernæring og måltider

Helsehuset får middagen levert fra Sykehjemsetaten sitt sentralkjøkken. Alle andre måltider lages her. Vi serverer følgende måltider:

Kl. 09:00	Frokost
Kl. 11.00	Mellommåltidukt
Kl. 13.00:	Lunsj
Kl. 17.00:	Middag
Kl. 19:30:	Kveldsmat



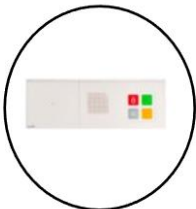
Utover de faste måltidene kan det serveres mat etter ønske og behov gjennom hele døgnet. Vi tilrettelegger for gluten- og laktosefritt kosthold og tilpasser for ulike preferanser som for eksempel vegetar og halal.

Etter forskrift fra Mattilsynet er det kun personalet som kan benytte kjøkkenet.

11 Teknologi for trygghet og mestring

Om velferdsteknologien

Vi bruker velferdsteknologi på vårt helsehus for å gi best mulig helsehjelp.

	Dette er ditt pasientsmykke. Ved å trykke på knappen her, varsler du oss. Vi kommer så raskt vi kan. Det er viktig at du har smykket med deg der du går, slik at du kan tilkalle hjelp uansett hvor du er på helsehuset.
	Dette er et rompanel hvor man også kan varsle om hjelp. Panelet kan fungere som to-veis kommunikasjon der vi kan kommunisere med deg, dersom vi ikke har mulighet til å komme med en gang.
	Dette er digitalt tilsyn. Det har vi for å kunne se til deg på natten på faste tidspunkt uten å måtte vekke deg. Det varsler og ved et fall på rommet på natt og når du ellers varsler om hjelp ved å trykke på alarmsmykket.
	Alle utgangsdører og dører til pasientrom er utstyrt med en døralarm. Disse settes kun på ved behov.
	Alle medarbeidere bruker telefoner som arbeidsverktøy. Det er her vi får alarmer fra pasienter.

Lokaliseringsteknologi

Etter en helsefaglig vurdering kan vi koble pasientsmykkene til lokaliseringsteknologi. Denne teknologien kan være aktuelt for pasienter med kognitiv svikt.

11 Kommunikasjon med pårørende

Dine pårørende kjenner ofte deg og dine behov godt. Det er derfor viktig for oss med et godt samarbeid og god dialog med dem.

Vi ønsker at du informerer oss om hvem som skal være din hovedpårørende. Som regel avklares dette i oppstartssamtalen. Den hovedpårørende tar ansvar for å informere andre pårørende i tråd med dine ønsker.

12 Aktiviteter

Helsehuset har fokus på trening og rehabilitering gjennom felles og individuelle aktiviteter som skal bidra til at pasientene klarer mer selv under oppholdet på helsehuset

Tidvis arrangeres det felles konserter og arrangementer. Dette blir det informert om i oppslag i avdelingen.

Servicemedarbeidere er tilknyttet avdelingene for å skape trivsel og gode måltidsopplevelser.

13 Tro og livssynstjeneste

Vi ønsker å legge til rette for at pasientene får utøvet sin tro eller livssyn. Fortell oss derfor om det er særskilte hensyn vi skal ta, eller om det er et ønske om noen å samtale med.

Som pasient kan en ofte kjenne på de store spørsmålene eller et større behov for noen å prate med.

14 Utreise

Utreise planlegges i samarbeid med deg, helsepersonell på avdelingen og din bydel. Utreisen planlegges normalt til formiddagen før klokken 11.00 på utreisedagen. Når du reiser blir du og din hovedpårørende spurt om å svare på en undersøkelse om dine opplevelser av oppholdet. Både du som pasient og din hovedpårørende vil bli kontaktet via SMS, etter endt opphold. Via SMS vil dere få tilbud og lenke for å svare på en pasient- og pårørendeundersøkelse.

15 Dine erfaringer er viktige

Vi ønsker å utvikle og forbedre våre tjenester. Ta kontakt med leder på avdelingen eller institusjonssjef dersom du erfarer at noe bør endres, eller du har gode erfaringer du ønsker å dele.

Tilbakemeldingene fra pasient- og pårørendeundersøkelsen, samt tilbakemelding direkte fra deg/ dere brukes av helsehuset til å forbedre tilbudet til pasienter og pårørende. Vi setter stor pris på tilbakemeldinger og at du/ dere svarer på pasient- og pårørendeundersøkelsen etter endt opphold.

16 Dine klagemuligheter

Dersom du opplever at du ikke får den tjenesten du har krav på, er det flere muligheter for å klage. Her finner du informasjon om Statsforvalteren, Pasientombudet i Oslo og Viken og andre som kan bistå deg:

<https://www.oslo.kommune.no/helse-og-omsorg/sok-helse-og-omsorgstjenester/klag-pa-helse-og-omsorgstjenester/#gref>

