



## Stöd till dig som genomgått fetmakirurgi

Att genomgå fetmakirurgi kan innebära en stor omställning i det fortsatta livet. När det har gått en tid efter operationen kan motivationen minska och det kan kännas svårt att behålla de nya levnadsvanorna. Därför erbjuder vi en gruppbehandling för dig som önskar stöd att behålla hälsosamma levnadsvanor.

### Gruppbehandlingen vänder sig till dig som

- önskar stöd för att behålla hälsosamma levnadsvanor.
- genomgått fetmakirurgi för mer än 6 månader sen, det kan ha gått flera år sen operationen.

### Om gruppbehandlingen

Behandlingen består av tio träffar där du tillsammans med andra som genomgått fetmakirurgi träffar fysioterapeut och dietist. Behandlingen innehåller teman som motivation, levnadsvanor, fysisk aktivitet, hälsosamma matvanor för opererade och samtal om psykosociala förändringar.

Du får möjlighet att utbyta erfarenheter, diskutera glädjeämnen och svårigheter kring livet efter operationen.

## Så här gör du om du vill delta i gruppbehandling

Kontakta din läkare/sjuksköterska alternativt de primärvårdsrehab som erbjuder behandlingen. Tillsammans gör ni en bedömning om det här är en behandling som passar dig.

### Primärvårdsrehab som erbjuder behandlingen

- Medfit Flemingsberg  
Telefon: 010-551 69 30
- Aleris Rehab Flemingsberg  
Telefon: 08-409 150 70
- Tallhöjden Rehab  
Telefon: 08-123 671 00
- Haninge FysioCenter  
Telefon: 010-551 69 20
- Haninge Rehab  
Telefon: 08-123 368 80
- Rudans Rehab  
Telefon: 08-606 41 80

