

Er du henvist til ganganalyse og/eller indlægssåler, beder vi dig nærlæse følgende:

Booking

Du kan booke tid ved at ringe på 7592 3433 eller ved skrive til ak@vasegaardensklinikker.dk. For at gennemføre din booking skal vi bruge dit fulde navn, cpr, mobilnr., og vide om du er medlem af Sygeforsikringen "danmark". (Vær opmærksom på persondataforordningen, så du kan sende din fødselsdato i en mail og de sidste 4 cifre af dit cpr som en sms til 7195 9790.)

Vil du have mest mulig udbytte af din ganganalyse, så send en mail til cm@vasegaardensklinikker.dk, hvor du kort beskriver de skader/smerter, du har eller har haft fra fod til lænd, og hvilke/n behandling, du måske allerede har modtaget. Bare meget kort i punktform. Medsend gerne kopi af din journal fra sygehuset/egen læge.

Sådan sender du din journal fra Sundhed.dk :

- På sundhed.dk kan du med dit nem-id logge på og hente din journal
- Herefter klikkes på "sundhedsjournalen". I næste billede skal du klikke på "journal fra sygehus"
- Nederst på siden, klikkes på "udskriv", herefter ændres "destination" ved at klikke "skift" + "gem som PDF".
- Journalen/filen gemmes under "overførsler" og hentes herfra, når du skal vedhæfte den i din mail til os.

Medbring følgende til ganganalyse:

- Dit sundhedskort/sygesikringskort
- Al det fodtøj du anvender i hverdagen (sports-, vandre-, arbejds-, hjemmesko m.m.) - medbring hellere for mange sko end for få
- Eventuelle hjælpemidler som indlægssåler, skinner m.m.
- Løbetights/korte shorts og sportsbh/top, så terapeuten kan vurdere fra fod til ryg

Medbring følgende til fremstilling af indlægssåler:

- Al det fodtøj vi har aftalt, du skal bruge sålerne i.
- Har du fået lavet såler før, så medbring gerne de gamle, da vi altid prøver at forbedre hvis muligt.

Tidsforbrug

- En ganganalyse tager op til 2 timer, og terapeuten bruger efterfølgende 1 time på journalskrivning.
- Fremstilling af indlægssåler tager op til 2 timer. Sålerne er først færdige, når fodterapeut Charlotte Midtgaard har fået dine tilbagemeldinger og har haft mulighed for at lave tilføjelser, hvis der er behov for dette. **Skal du til kontrol på sygehuset, skal du derfor være sikker på, at sålerne er helt færdige, da din tid på sygehuset ellers kan være spildt.**

Har du fået fremstillet indlægssåler, så vær opmærksom på:

- at sålerne gerne må føles anderledes, men de ikke må medføre smerter. Ved smerter ring straks 7592 3433
- at du skal skrive status på cm@vasegaardensklinikker.dk efter 14 dage, men STRAKS ved gentagne gener
- at der kan være behov for at lave tilføjelser/tilrettelser på sålerne. **Dette arbejde bør være helt færdigt INDEN du skal møde til kontrol på sygehuset**

I øvrigt:

- at følge op på den øvrige vejledning/behandling, du har fået anbefalet – se din plan fra ganganalysen
- at du anvender det godkendte fodtøj og såler som aftalt
- at sålerne "arbejder sammen" med dit fodtøj, så flytter du dem til fodtøj med andre egenskaber, så ændres effekten
- at de kan genere, hvis du flytter dem til en sko med anden læst – book tid til tilretning
- at deres effekt påvirkes, hvis dit fodtøj er slidt
- at de har begrænset levetid afhængig af aktivitetsniveau og belastning (ca. et år)

Indlægssåler er ikke alene om at fjerne dine gener og smerter. Det er din viden og din bevidsthed omkring dit fodtøjs egenskaber, dine daglige vaner, din teknik, din opvarmning, dine styrke-, stræk- og mobilitetsøvelser, der samlet gør hele forskellen. Helheden er altafgørende for dit resultat. Dine gener og smerter kan også kræve lokalbehandling, før de forsvinder helt.