

## SEPELVALTIMOTAUTIPOTILAIDEN ENSITIEPÄIVÄT (SINFO) 2023

<b>AIKA:</b>	<b>KEVÄT:</b>	30.01.2023	<b>SYKSY:</b>	14.08.2023
		13.02.2023		11.09.2023
		13.03.2023		09.10.2023
		17.04.2023		06.11.2023
		15.05.2023		11.12.2023

**PAIKKA:** OYS: Vatsakeskuksen neuvotteluhuone, sisäänkäynti SN, OYS:n kartta liitteenä

Kaikista tilaisuuksista on etäyhteyshmahdollisuus. Etäyhteydestä tulee sopia etukäteen.

**KOHDERYHMÄ:** Sydäninfarktin sairastaneet, potilaat joilla on todettu sepelvaltimotauti, pallolaajennus- ja ohitusleikkauspotilaat omaisineen.

Päivän aikana on mahdollisuus tavata muita samaa sairautta sairastavia henkilöitä. Mukana on myös sydänyhdistyksen vertaistukihenkilö.

<b>OHJELMA:</b>	09.00 - 10.00	<i>Sepelvaltimotaudin riskitekijät, hoitomuodot ja kuntoutus Vertaistuki</i>
	10.00 - 10.15	<i>Tauko</i>
	10.15 - 11.00	<i>Sepelvaltimotauti ja liikunta</i>
	11.00 - 11.45	<i>Sydänystävällinen ruokavalio</i>
	11.45 - 12.30	<i>Kahvit ja välipala</i>
	12.30 - 13.15	<i>Sairauden vaikutus mielialaan</i>
	13.15 - 13.30	<i>Tauko</i>
	13.30 - 14.30	<i>Sepelvaltimotaudin lääkehoito</i>
	14.30 - 15.00	<i>Arkielämän kysymyksiä, keskustelua</i>

**KUSTANNUKSET:** Osallistuminen on maksutonta. Puoliso/omainen voi myös osallistua ohjaukseen. Päivän aikana tarjotaan pieni välipala. Mahdollisuus ruokailla omakustanteisesti OYS:n ravintoloissa. Matkakustannukset korvataan Kelan korvausperusteiden mukaisesti.

**ILMOITTAUTUMINEN:** Ilmoittautumiset viimeistään viikkoa ennen ensitietopäivää vuodeosastojen tai poliklinikan osastosihteerille tai sairaanhoitajalle tai

Sydänpoliklinikan osastonsihteerille  
puh. (08) 315 3550 ma-pe klo 9.00-11.00 ja 13.00-15.00

johanna.t.keranen@ppshp.fi (sähköpostitse ei ilmoittautumista, vain tiedustelut)

Mikäli olet estynyt osallistumaan, muistathan perua ilmoittautumisesi.



- Saapuminen**  
**OYS:aan**
- Ajoreitti
  - Sisäänkäynti
  - Käytävä
  - Bussipysäkki
  - Pysäköintialue
  - Pysäköintihalli
  - Rakennustyömaa
- Käyntiositteet**
- Sisäänkäynnit K, NK, N, SN, S  
Kajaanintie 50
  - Sisäänkäynnit LA, LB, LC, LD, LE, LF  
Kajaanintie 50
  - Sisäänkäynnit TA, TB, TC  
Kajaanintie 50
  - Sisäänkäynti G, avohoitotalo  
Kiviharjuntie 9
  - Sisäänkäynti H  
Kiviharjuntie 9
  - Sisäänkäynti M, Medipolis  
Kiviharjuntie 11
  - Sisäänkäynti N, Medipolis  
Kajaanintie 48 C
  - Fysiatrian ja kuntoutuksen  
poliklinikat, kivunhoitoyksikkö  
Aapistie 7
  - Apuvälinekeskus  
Kiviharjuntienkatu 4
  - Pottilaskoti  
Sairaalanrinne 4 A  
Sairaalanrinne 4 G F

