

## COVID-19 – hvad betyder det for dig som patient hos FysioDanmark Aarhus

OPDATERET 18.06.20 KL. 09.00

Opdateres løbende i takt med retningslinjerne fra SST og regeringen.

Kære patient,

Vi justerer løbende vores indsatser og funktion til anbefalingerne fra Sundhedsstyrelsen. Her kan du læse hvilke tiltag vi har sat i værk, og hvordan de påvirker dig.

ER KLINIKKEN ÅBEN? .....	1
KAN JEG RINGE TIL KLINIKKEN? .....	1
KAN JEG FÅ BEHANDLING UDEN AT MØDE OP PÅ KLINIKKEN?? .....	2
ER DET MULIGT AT FÅ BEHANDLING PÅ KLINIKKEN?? .....	2
KAN JEG FÅ HJEMMEBEHANDLING? .....	2
KAN JEG FÅ BEHANDLING HVIS JEG ER SYG ELLER HAR VÆRET DET? .....	2
HVORDAN SKAL JEG FORHOLDE MIG NÅR JEG ANKOMMER TIL EN BEHANDLING PÅ KLINIKKEN? .....	2
KAN JEG BETALE MED KONTANTER? .....	3
KAN JEG FÅ MASSAGE? .....	3
KAN JEG STADIG TRÆNE? .....	3
ER HOLDTRÆNING OG BASSINTRÆNING AFLYST? .....	3
HVORDAN MELDER JEG AFBUD OG HVAD KOSTER DET AT MELDE AFBUD .....	3
HVEM KAN JEG KONTAKTE HVIS JEG HAR SPØRGSMÅL .....	4
SØRG FOR AT HOLDE DIG I GANG! .....	4

### ER KLINIKKEN ÅBEN?

**Ja – klinikken holder åben alle hverdage.**

Se nærmere info på vores hjemmeside [her](#) under punktet "Om os". Vælg den klinik du ønsker info vedrørende.

### KAN JEG RINGE TIL KLINIKKEN?

Ja – du kan ringe mandag-torsdag fra 07.30 – 16.00 og fredag fra 07.30 -15.00. Telefonnummeret er 86 66 88 99 (alle tre klinikker har samme nummer).

### KAN JEG FÅ BEHANDLING UDEN AT MØDE OP PÅ KLINIKKEN??

Ja – Vi tilbyder [eKonsultation](#) enten via video eller telefon. Prisen på en eKonsultation er lidt lavere end en normalbehandling og du kan få tilskud fra sygesikringen hvis du har en henvisning fra din egen læge. De fleste forsikringselskaber samt kommunale genoptræningsplaner godkender også eKonsultationer. [Se vores introduktionsvideo om eKonsultation her.](#)

Det foregår på samme måde som normale behandlinger, men i stedet for at du møder op på klinikken, vil du modtage en mail med oplysninger om, hvordan du kommer i kontakt med fysioterapeuten via din telefon eller computer/smartphone/tablet. Vi er klar over, at det ikke er alle patienter, der kan få den hjælp de søger over eKonsultationer. Men vi kan give råd, vejledning og tilpasning af fx øvelsesprogram virtuelt, hvilket er det bedste vi kan tilbyde uden at risikere unødvendig smittespredning.

### ER DET MULIGT AT FÅ BEHANDLING PÅ KLINIKKEN??

Ja – men du må ikke være syg eller haft symptomer på sygdom inden for de sidste 48 timer. Desuden skal du være bekendt med retningslinjerne for forebyggelse af smitte.

Se mailadresserne her:

Fysioterapeuter på [Vesterbro Torv](#) (Aarhus C)

Fysioterapeuter på [Agerbæksvej](#) (Risskov)

Fysioterapeuter på [Brendstrupgårdsvej](#) (Skejby)

### KAN JEG FÅ HJEMMEBEHANDLING?

Ja – hvis du er henvist til hjemmebehandling og har behov for behandling for at bevare fx gangfunktion, arbejde el.lign. kan vi tilbyde hjemmebehandling.

### KAN JEG FÅ BEHANDLING HVIS JEG ER SYG ELLER HAR VÆRET DET?

Hvis du har feber eller andre tegn på influenza-lignende sygdom, kan du ikke få behandling. Hvis du har været symptomfri i 48 timer, er der ingen problem i at få behandling.

### HVORDAN SKAL JEG FORHOLDE MIG NÅR JEG ANKOMMER TIL EN BEHANDLING PÅ KLINIKKEN?

I princippet som du plejer, blot med mere fokus på at holde afstand til andre på klinikken. Vi har indrettet klinikkerne og venteværelserne således at der er ekstra afstand, ekstra håndsprit m.m. og vi anbefaler ligeledes ikke at komme i for god tid til din aftale med fysioterapeuten eller til holdtræning fx

For at beskytte vores sekretærer vil vi gerne at al unødig kontakt i receptionerne undgås og generelt begrænses. Brug i stedet vores online booking og vores nye automatiske betalingsautomat (GoAppified).

### KAN JEG BETALE MED KONTANTER?

Som udgangspunkt tager vi ikke imod kontanter. Snak med din fysioterapeut eller en sekretær hvis du ikke har andre muligheder.

### KAN JEG FÅ MASSAGE?

Ja, massage er åben igen. Ring blot ind og book en tid.

### KAN JEG STADIG TRÆNE?

Ja – vi følger retningslinjerne som kan læses til fulde [her](#). Nedenfor er en opsummering af retningslinjerne.

- Antallet af aktive i fitnesslokalerne begrænses, så de generelle regler om afstand kan overholdes. Det sikres, at antallet af aktive i lokalerne reguleres således, at der maksimalt er en udøver pr 4 m<sup>2</sup>.
- Begrænsning og regulering af antal i fitnesslokaler skal ske ved både indgang til fitnesslokalerne og i de enkelte fitnesslokaler.
- Der skal være afstandsafmærkninger på gulve de steder, hvor det er hensigtsmæssigt.
- Der bør sikres en meters afstand mellem borde og stole i caféområder.
- Svedabsorberende udstyr: Yoga- og træningsmåtter, sandsække og boksehandsker mv. bør ikke være tilgængeligt. Brugere opfordres til at medbringe eget udstyr, hvis dette skal anvendes til træning.
- Ekstra rengøring: Der bør foretages ekstra udluftning og rengøring som en del af den daglige drift med hyppig desinficering af berøringsflader som dørhåndtag, kortlæsere, vandhaner og træningsudstyr og -maskiner.
- Desinfektion mellem aktiviteter: Ved redskaber og maskiner bør kontaktflader desinficeres mellem hver benyttelse.

Derudover skal du være obs. på at vi har justeret en smule i vores åbningstider i Fitness. Det betyder bl.a. at der er lukket for træning i weekenden som det ser ud lige nu. Se åbningstiderne her:

[Vesterbro Torv](#) (Aarhus C)

[Agerbæksvej](#) (Risskov)

[Brendstrupgårdsvej](#) (Skejby)

### ER HOLDTRÆNING OG BASSINTRÆNING AFLYST?

Holdtræning kører på normalvis igen men bassintræning er i øjeblikket aflyst. Der arbejdes dog kraftigt på at få bassintræning opstartet igen snarest. Dem der er berørte af dette vil blive kontaktet personligt på mail.

### HVORDAN MELDER JEG AFBUD OG HVAD KOSTER DET AT MELDE AFBUD

Det er helt gratis at melde afbud, hvis du gør det senest samme dag som din behandling inden kl. 07.00. Afbud efter kl. 07.00 samme dag som du har bestilt en behandling koster det samme som

den behandling du har bestilt. *Bemærk, at der ikke gives tilskud til afbudsgebyret, så det vil ofte være dyrere at melde afbud end at komme til behandlingen.*

Du melder afbud ved at ringe på 86 66 88 99 og lægge en besked på telefonsvaren, eller ved at sende en e-mail til [klinikken](#) eller direkte til din fysioterapeut:

Fysioterapeuter på [Vesterbro Torv](#) (Aarhus C)

Fysioterapeuter på [Agerbæksvej](#) (Risskov)

Fysioterapeuter på [Brendstrupgårdsvej](#) (Skejby)

Når du melder afbud må du meget gerne fortælle / skrive om du ønsker, at vi skal ringe dig op så du kan bestille en ny tid.

#### HVEM KAN JEG KONTAKTE HVIS JEG HAR SPØRGSMÅL

Send os en e-mail på [coronavirus@fysiomail.dk](mailto:coronavirus@fysiomail.dk) eller ring på 86 66 88 99. Vi sidder klar til at svare på spørgsmål så hurtigt som muligt og senest indenfor 24 timer.

#### SØRG FOR AT HOLDE DIG I GANG!

På vores [Facebook-side](#) holder vi dig opdateret med ideer og forslag til hvordan du kan klare dig gennem krisen. Du kan også se alle vores videoer med forslag til aktiviteter, træningsøvelser etc. på vores [YouTube kanal](#). Vi har endda lavet et indslag for [DR Nyheder om arbejdspladsindretning](#).