

Behandling for voksne

- Alle råd om tiltak må ta utgangspunkt i hver enkelt pasient og de ressurser som finnes tilgjengelig der pasienten er.
- Fokus på Lindring av symptomer, mestring av hverdagen, bedring av funksjon og livskvalitet.

Aktuelle tilbud i førstelinjetjenesten

- Jevnlig kontakt med fastlegen er viktig.
- Fastlegen henviser til aktuelle tilbud.

- Fysioterapeut.
- Ergoterapeut.
- Psykomotoriker.
- Psykolog.
- Psykiatrisk sykepleier.
- Hjelp i hjemmet?

Rehabilitering ved CFS/ME

- Flere aktører i landet har tilbud for voksne med CFS/ME.
- Nasjonale Informasjonstelefonen for ReHabilitering - 800 300 61, har oversikt over og kontakt med habilitering- og rehabiliteringstilbud og tjenester i alle kommunene i landet. Tjenesten er beregnet for pasienter, pårørende og helsepersonell.

Rehabilitering ved CFS/ME

- Helse Midt-Norge har avtale med Hysnes Unicare om rehabiliteringsopphold for pasienter med CFS/ME.
- Coperio Senteret tilbyr dagrehabilitering for pasienter med utmattelse, (ikke kun CFS/ME).
- Fastlegen henviser til rehabilitering.

Nyttige lenker til informasjon om CFS/ME

- **Oppdatert informasjon på norsk:**
<https://helsedirektoratet.no/cfs/me>
- **Norsk Helsekompetanse**, utviklet i samarbeid med Nasjonal Kompetansetjeneste.
<http://cfsme.helsekompetanse.no/>
- **Engelsk helsevesen om CFS/ME:**
<http://www.nhs.uk/Conditions/Chronic-fatigue-syndrome/Pages/Introduction.aspx>
- **Amerikansk helsevesen om CFS/ME:**
<https://www.nlm.nih.gov/medlineplus/chronicfatiguesyndrome.html>