

Tjekliste over kontraindikationer for bassintræning

Navn: _____

Mobil tlf.: _____

Cpr.nr.: _____

Evt. aflysning sendes på sms

Dato: _____

Egen læge: _____

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Fod og neglesvamp, som ikke er i behandling | <input type="checkbox"/> Hvis man behandles med præparater, der indeholder cytostatika (f.eks. methotrexat), skal medicinen indtages umiddelbart – eller 1. dagen – efter bassintræningen. |
| <input type="checkbox"/> Fodvorter | <input type="checkbox"/> I medicinsk plasterbehandling. Plasteret skal tages af, inden man går i vandet og et nyt påsættes efter undervisningen. |
| <input type="checkbox"/> Udslæt | <input type="checkbox"/> Svær hjertelidelse |
| <input type="checkbox"/> Åbne sår (sårskorper og/eller større rifter) | <input type="checkbox"/> Dårlig reguleret/blodtryk forhøjet |
| <input type="checkbox"/> Fistler (bylder/betændelsestilstande) | <input type="checkbox"/> Dårligt reguleret epilepsi |
| <input type="checkbox"/> Forkølelse | <input type="checkbox"/> Dårligt reguleret sukkersyge |
| <input type="checkbox"/> Øjenbetændelse | <input type="checkbox"/> Klorallergi |
| <input type="checkbox"/> Herpes HSV1 og HSV2 | <input type="checkbox"/> Bind og bleer |
| <input type="checkbox"/> Halsbetændelse | <input type="checkbox"/> Diarré inden for 48 timer |
| <input type="checkbox"/> Mellemørebetændelse | <input type="checkbox"/> Stomi |
| <input type="checkbox"/> Feber | <input type="checkbox"/> Kateter |
| <input type="checkbox"/> Leverbetændelse | <input type="checkbox"/> Sonde |
| <input type="checkbox"/> Tarm- og urinvejsinfektioner | |
| <input type="checkbox"/> Urininkontinens | |
| <input type="checkbox"/> Udflåd | |
| <input type="checkbox"/> I kemobehandling – Først deltagelse 5 dage efter behandling | |

Desuden informeres om:

- Ved menstruation skal der benyttes tampon, som skal skiftes umiddelbart inden bassintræning.
- Smykker og armbåndsurre **skal** tages af, før du går i vandet.
- Al make-up skal fjernes, inden du går i vandet.
- Evt. plastre skal fjernes, inden du går i vandet.
- Gå aldrig i vandet, før der er en livredder/underviser til stede.
- Al form for udspring i bassinet er forbudt.
- Der må ikke medtages glas i bassinområdet.
- Brug badehætte eller vask håret grundigt, inden du går i vandet.
- Husk altid at vaske badetøjet, inden det bruges igen.
- Der må ikke tygges tyggegummi.
- Babyer og små børn skal anvende engangsbadebleer.