

Revalidatie bij kanker

Revalidatie bij kanker

2

Het team

4

Kosten en vergoeding

6

Revalidatie bij kanker

De ziekte kanker is ingrijpend en kan uw leven flink overhoop halen. Tijdens en na de behandeling kunt u allerlei klachten krijgen. Soms gaat uw conditie achteruit. Misschien bent u moe, angstig of onzeker. Sommige mensen hebben pijn of kunnen zich minder goed concentreren. Dit maakt het dagelijks leven er niet makkelijker op.

Waarom revalidatie?

Uit onderzoek blijkt dat mensen die een revalidatieprogramma volgen, sneller herstellen na een behandeling tegen kanker, zich fitter voelen, een betere conditie hebben en minder moe zijn. Zij hebben geleerd om te gaan met de gevolgen van hun ziekte. Ze hebben minder last van angst, zijn opgewekter en kunnen werk, huishouden en hobby's beter uitvoeren.

Beter herstel door vroegtijdige revalidatie

Revalideren kan voor, tijdens en na de behandeling. De ervaring leert dat mensen met kanker door vroegtijdige revalidatie sneller herstellen. We streven er dan ook naar om mensen zo snel mogelijk nadat de diagnose kanker is gesteld, te laten beginnen met een revalidatieprogramma. Door regelmatig te bewegen, blijft u beter in conditie en heeft u minder last van vermoeidheid. Daarnaast is het belangrijk om aandacht te hebben voor voeding, zingeving en de psychische en sociale gevolgen van kanker. Dit beïnvloedt uw herstel in positieve zin.

Na de behandeling kunt u in een revalidatieprogramma verder werken aan uw herstel.

Ook als u niet meer kunt genezen, is revalidatie zinvol. In deze fase, ook wel de palliatieve fase genoemd, is revalidatie erop gericht om klachten te voorkomen of te verminderen. Zo kunt u zoveel mogelijk blijven doen wat u gewend bent.

Programma op maat

Nij Smellinghe biedt u een revalidatieprogramma op maat. Vanaf het moment dat de diagnose kanker gesteld wordt, krijgt u in ons ziekenhuis begeleiding van een verpleegkundig consulent oncologie.

Met behulp van de Lastmeter, een vragenlijst die u zelf kunt invullen, en de gesprekken met de verpleegkundige streven we naar vroegtijdige herkenning van problemen. Als deze zich voordoen, kunnen we ondersteuning bieden op psychosociaal en lichamelijk gebied (bijvoorbeeld rond fitheid en voeding).

Op basis van uw medische gegevens, de resultaten van lichamelijke onderzoeken, de Lastmeter en de gesprekken, verwijst de verpleegkundige u door.

Deze doorverwijzing kan zijn voor enkelvoudige of meervoudige revalidatie. Bij enkelvoudige revalidatie heeft u één probleem, bijvoorbeeld conditieverlies. In dat geval komt u in aanmerking voor een beweegprogramma, waarbij u wordt ondersteund door een fysiotherapeut. Andere behandelaars kunnen zijn de diëtist, de medisch maatschappelijk werker of de psycholoog.

Als er sprake is van meerdere problemen en u dus meerdere behandelaars nodig heeft, noemen we dat meervoudige revalidatie. Hiervoor wordt u verwezen naar de revalidatiearts. Meervoudige revalidatie wordt in Nij Smellinghe aangeboden in samenwerking met Revalidatie Friesland.

Het team

Verpleegkundig consulent oncologie

De verpleegkundig consulenten oncologie, van de afdelingen Chirurgie, Urologie en Interne Geneeskunde, zijn gespecialiseerd in de verpleegkundige zorg aan mensen met kanker. Zij zijn het aanspreekpunt en bieden informatie, advies en ondersteuning tijdens de behandeling en erna. U kunt hierbij denken aan informatie over de ziekte zelf, de behandeling ervan met bijvoorbeeld chemotherapie en de gevolgen en mogelijke bijwerkingen van de behandelingen.

Verder adviseren zij u hoe om te gaan met symptomen van uw ziekte, zoals pijn, vermoeidheid, geheugen- en concentratiestoornissen en een verminderde eetlust.

De verpleegkundig consulenten oncologie begeleiden u bij het maken van keuzes als het gaat om verschillende behandelingen en revalidatietrajecten. Er is veel aandacht voor het omgaan met de veranderde situatie. Maar ook voor de emoties die dit oproept en de invloed die dit heeft op u, uw partner, uw gezin en anderen in uw omgeving. Verder adviseren en informeren zij u over praktische zaken, zoals het inschakelen van thuiszorg en het regelen van hulpmiddelen.

Fysiotherapeut

Mensen met kanker hebben vaak last van vermoeidheid, conditieverlies, gewrichtsklachten en spierzwakte. De fysiotherapeut begeleidt en adviseert u bij het verdelen van uw energie, het stellen van grenzen en het opbouwen van uw kracht en conditie. De duur, intensiteit en aard van de behandeling zijn afhankelijk van uw doel en/of vragen. Ook heeft de fysiotherapeut aandacht voor de mogelijke ontwikkeling van lymfoedeem en de behandeling daarvan.

Medisch maatschappelijk werker

U kunt bij de medisch maatschappelijk werkers van Nij Smellinghe terecht met vragen en problemen die de diagnose kanker met zich meebrengen.

Onderwerpen die u bespreekt, kunnen van emotionele en praktische aard zijn.

Denk aan vragen of moeilijkheden die te maken hebben met de verwerking (angst en onzekerheid), acceptatie, relatie, gezin (kinderen), werk en financiën.

De medisch maatschappelijk werker bekijkt ook samen met u wat er in de thuissituatie nodig is. Kan de omgeving u bieden wat u nodig heeft? U kunt op ieder moment begeleiding van een medisch maatschappelijk werker krijgen; direct nadat de diagnose is gesteld, maar ook tijdens of na de behandeling.

Omdat kanker ook degenen raakt die u dierbaar zijn, kunnen uw naasten ook een beroep doen op het Medisch Maatschappelijk Werk.

Medisch psycholoog

Na of tijdens de behandeling van kanker kan het zijn dat het u moeite kost om de ziekte, de behandeling en de gevolgen ervan te verwerken. Dit kan tot uiting komen in psychische klachten, zoals piekeren, stemmings- of angstklachten en problemen in de omgang met anderen. De medisch psycholoog kan samen met u die problemen in kaart brengen en u hulp bieden om de klachten te verminderen.

Diëtist

Tijdens de behandeling van kanker, maar ook na de behandeling, kan het voorkomen dat u problemen krijgt met eten. Eten is niet altijd meer vanzelfsprekend, lekker en leuk. Er kan bijvoorbeeld ongewenst gewichtsverlies optreden. Anderen kunnen juist last hebben van ongewilde gewichtstoename. De voedingsproblemen door kanker en/of de behandeling ervan verschillen van persoon tot persoon. De diëtist kan u in alle fasen van de behandeling begeleiden en adviseren.

Kosten en vergoeding

De kosten

De kosten van het revalidatieprogramma zijn afhankelijk van het plan dat met u wordt opgesteld. De vergoedingsmogelijkheden zijn verschillend en afhankelijk van de wijze waarop u bent verzekerd.

In alle gevallen is het verstandig om navraag te doen bij uw zorgverzekeraar.

Meer informatie

Wilt u meer informatie over het revalidatietraject bij kanker in Nij Smellinghe?

Dan kunt u contact opnemen met:

- De verpleegkundig consulenten oncologie van de polikliniek Chirurgie, telefoonnummer (0512) 588 521
- Ad Hendrickx (fysiotherapeut, projectleider Oncologische Revalidatie) of Duncan Leistra (fysiotherapeut), telefoonnummer (0512) 588 245 of e-mail fysiotherapie@nijsmellinghe.nl

Lotgenoten

Wilt u graag eens praten met lotgenoten over wat u bezighoudt? Patiëntenorganisaties voor de verschillende soorten kanker organiseren regelmatig bijeenkomsten. U vindt een

overzicht van patiëntenorganisaties op de website van de Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenorganisaties, NFK: www.nfk.nl.



U kunt voor algemene vragen over kanker en de behandeling ervan bellen met de gratis KWF Kanker Infolijn: (0800) 022 66 22 of kijk op www.kwfkankerbestrijding.nl.

