Ondersteunende zorg bij kanker

U heeft kanker. Tijdens of na uw ziekte kunt u te maken krijgen met situaties waar u geen raad mee weet, ook wanneer de behandeling al langer geleden is. In deze folder vindt u informatie over de hulpverleners en organisaties die u naast uw behandelende arts in of via dit ziekenhuis kunt raadplegen.

Rijnstate

Neem altijd uw verzekeringsgegevens en identiteitsbewijs mee!

Tijdens of na uw ziekte kunt u problemen ondervinden op lichamelijk, emotioneel, sociaal of spiritueel gebied. Veel van uw vragen en problemen kunt u bespreken met uw arts of de verpleegkundige die u begeleidt. Wat de verpleegkundige (of een andere hulpverlener) voor u kan doen, staat in deze folder beschreven. De arts of de verpleegkundige kunnen u vragen om een lastmeter in te vullen. Dit is een vragenlijst die duidelijk maakt welke klachten u precies heeft. De antwoorden die u aangeeft in de lijst, worden met u besproken en kunnen aanleiding zijn om u door te verwijzen naar een andere hulpverlener.

Verder vindt u in deze folder informatie over een aantal van de vele programma's, gericht op patiënten met kanker, die aangeboden worden door het ziekenhuis zelf of door instellingen buiten het ziekenhuis. Meestal zijn er geen kosten aan verbonden of er is sprake van vergoeding door de zorgverzekeraar. Een aantal instanties buiten het ziekenhuis waarnaar u doorverwezen kunt worden, kan wel een eigen bijdrage vragen.

Verpleegkundigen

Oncologieverpleegkundige
De oncologieverpleegkundige geeft u mondelinge en schriftelijke informatie over de chemotherapiebehandeling. Zij vertelt u hoeveel behandelingen u krijgt en wat de bijwerkingen zijn van de behandeling. De oncologieverpleegkundige geeft ondersteuning en begeleiding over alle onderwerpen die met uw ziekte en/of behandeling te maken hebben. Zij ziet u ook tijdens de chemotherapiebehandelingen. Voor het bespreken van veranderingen in uw leven, zowel op lichamelijk, emotioneel en sociaal gebied kunt u ook terecht bij de oncologieverpleegkundige. Hierbij besteedt zij ook aandacht aan uw partner/gezin.

Longoncologieverpleegkundige
De gevolgen van longkanker, het ondergaan van onderzoeken en behandelingen en de onzekerheid over prognose en verloop, hebben invloed op uw lichamelijk, psychisch en sociaal functioneren. Voor informatie en begeleiding rond deze onderwerpen kunt u terecht op de polikliniek Longgeneeskunde. Hier ziet u de longarts en de longoncologieverpleegkundige. De longoncologieverpleegkundige bespreekt de psychosociale en verpleegkundige onderwerpen met u, zowel voor, tijdens als na de behandeling. De longoncologieverpleegkundige werkt nauw samen met de longarts om u en uw familie te begeleiden tijdens de diagnose, de behandeling en in het vervolgtraject.

GIO-poli
De GIO-poli is gespecialiseerd in de zorg voor patiënten, die (vermoedelijk) een kwaadaardige aandoening in het spijsverteringskanaal hebben. Gespecialiseerde verpleegkundigen, maag-, darm- leverartsen, chirurgen en andere disciplines werken hier nauw samen. De GIO-verpleegkundigen en de zorgketencoördinator zijn het aanspreekpunt voor de patiënt, maar ook voor de partner, familieleden en betrokken hulpverleners.

Mammacareverpleegkundige
De mammacareverpleegkundige geeft mondelinge en schriftelijke informatie over borstkanker, bijvoorbeeld over de behandeling, de operatie, problemen na de operatie, borstprothese, borstreconstructie, lymfoedeem en erfelijkheidsonderzoek. Zij heeft aandacht voor uw vragen en emotionele problemen in dit hele proces. Hierbij wordt ook aandacht geschonken aan uw partner/gezin.

Andere hulpverleners

Medisch Maatschappelijk Werker
Zowel tijdens als na uw opname in het ziekenhuis, kunt u bij de medisch maatschappelijk werker terecht. In een of meerdere gesprekken helpt de medisch maatschappelijk werker u bij het verwerken van en het leren omgaan met uw ziekte. Maar ook praktische problemen kunt u bespreken.

De medisch maatschappelijk werker zoekt samen met u naar de balans tussen de draaglast (de ziekte en de gevolgen hiervan) en uw draagkracht (uw mogelijkheden). De vragen waarmee u bij de medisch maatschappelijk werker terecht kunt zijn bijvoorbeeld vragen die te maken hebben met het verwerkingsproces van uw ziekte zoals gevoelens van angst, boosheid, moeheid, spanning en onzekerheid over de toekomst. Maar ook vragen die betrekking hebben op de relatie met de mensen in uw omgeving kunt u bespreken, zoals de gevolgen van de ziekte voor uzelf en uw omgeving. Tevens kunnen praktische vragen die betrekking hebben op uw dagelijkse leven besproken worden.

Medisch psycholoog
Misschien is er een samenhang tussen uw lichamelijke en psychische klachten. Dan kan de medische psycholoog ingeschakeld worden. Het is mogelijk dat het u moeite kost de behandeling en de eventuele gevolgen van uw ziekte te verwerken. Dat kan gevolgen hebben voor uw stemming, uw zelfbeeld, seksualiteit, uw lichamelijke prestaties en uw (veranderde) uiterlijk. Ook besteedt de medisch psycholoog aandacht aan de omgang met uw naasten of het hervatten van uw werk en taken. In een intakegesprek bekijkt u samen met de psycholoog wat uw problemen zijn. Mogelijk kan een kortdurende psychologische behandeling u helpen bij uw klachten.

Geestelijk verzorger
De diagnose kanker kan zeer ingrijpend zijn in uw leven. Gedachten over het eigen leven, relaties met anderen, het ouder worden, ziek zijn en de eindigheid van het leven hangen daarmee samen. Vragen die aan de orde kunnen komen gaan over angst, verdriet en verlies. Vragen over de zin en betekenis van alles en waarom het u moet overkomen maar ook over hoe nu verder en over keuzes en beslissingen die gemaakt moeten worden. De geestelijk verzorger begeleidt u en steunt u op deze momenten ongeacht uw geloofs- of levensopvatting.

Fysiotherapeut
Als u problemen heeft met bewegen, kunt u terecht bij de fysiotherapeut. Misschien heeft u last van vermoeidheid, een slechte conditie, bewegingsbeperking of oedeem. De fysiotherapeut adviseert u over het vaststellen van uw grenzen en het opbouwen van uw conditie.
De begeleiding kan bestaan uit het oefenen van de spieren, het verbeteren van uw uithoudingsvermogen, ontspanningsoefeningen, het verminderen van het oedeem, ademhalingsoefeningen en het verbeteren van de bewegingsmogelijkheden. De duur, intensiteit en aard van de fysiotherapiebehandeling zijn afhankelijk van uw doel en mogelijkheden.

Diëtist
Uw ziekte en de behandeling daarvan vragen veel van uw lichaam. Vaak zijn extra energie, vocht en voedingsstoffen noodzakelijk om u in een goede conditie te houden. Misschien heeft u last van verminderde eetlust, misselijkheid en braken, smaak- en geurverandering, slik- en kauwproblemen, gewichtsveranderingen en stoelgangproblemen. Bespreek dit met de verpleegkundige. Als het nodig is, verwijst zij u door naar de diëtist. De diëtist bekijkt samen met u of uw voeding goed is samengesteld, of uw voeding moet worden aangepast aan uw behandeling en of het gebruik van bijvoorbeeld supplementen zinvol is.

Palliatief team
Kanker kan leiden tot een ongeneeslijke ziekte. In die fase komt er een tijd dat de behandeling en de zorg niet meer gericht zijn op genezing, maar kan er nog wel van alles worden gedaan om deze periode voor u en uw naasten zo goed mogelijk te laten verlopen. Daarom is er binnen de Rijnstate een Consultteam palliatieve zorg samengesteld uit artsen, verpleegkundigen en andere deskundige hulpverleners, zoals leden van het Pijnteam. Het belangrijkste doel van dit team is het verlichten van uw lijden en als dat mogelijk is, het voorkomen daarvan.
Het Palliatieve team richt zich op de behandeling van uw lichamelijke klachten en helpt u bij problemen van psychosociale of spirituele aard. De medewerkers helpen en adviseren u en uw naasten. Hun zorg richt zich volledig op de kwaliteit van leven.

Programma's en instellingen die u hulp kunnen bieden

Bewegingsprogramma 'Evenwicht'
Om de chemotherapie zo goed mogelijk te doorstaan is een goede conditie van belang. Rijnstate hiervoor op de locatie Zevenaar het programma 'Evenwicht'. Tijdens de chemotherapiekuren volgt u, samen met lotgenoten, een bewegingsprogramma onder leiding van een gespecialiseerde fysiotherapeut. Daarnaast is er een maandelijkse groepsvoorlichting waar u informatie krijgt van een diëtist en een maatschappelijk werker over de gevolgen van kanker en chemotherapie voor uw voedingsbehoefte en algemeen welbevinden.

Herstel en Balans
Kanker en de behandeling daarvan, hebben voor veel patiënten aanzienlijke gevolgen op lichamelijk, psychisch en sociaal gebied. 'Herstel en Balans' is een revalidatieprogramma waarin lichaamsbeweging en psychosociale begeleiding gecombineerd worden.

Het doel is uw klachten te verminderen en uw dagelijks functioneren te verbeteren. Dit programma kunt u volgen als u de behandeling een aantal maanden afgesloten heeft. Het programma vindt plaats in sportcentrum Groot Klimmendaal in Arnhem. Meer informatie vindt u op www.herstelenbalans.nl. Hier kunt u zich ook aanmelden.

Vermoeidheid bij kanker

Ook na de behandeling en genezing van kanker kunt u problemen houden. Zo kunt u bijvoorbeeld ernstige vermoeidheidsklachten houden. Het Helen Dowling Instituut (www.hdi.nl) biedt via internet een Mindfulness-training aan die oorspronkelijk door Jon Kabat-Zinn is ontwikkeld. Met deze aandachttraining leert u in 9 weken anders om te gaan met uw vermoeidheid. Meer informatie vindt u op www.mindermoebijkanker.nl. Hier kunt u zich ook aanmelden.

Het Taborhuis

Het Taborhuis geeft mensen met kanker psychosociale begeleiding: een begeleiding die ondersteunt bij het zoeken naar een manier om met kanker om te gaan en door te leven. Ook uw naasten kunnen in het Taborhuis ondersteuning krijgen. Partners van mensen met kanker krijgen dikwijls een zware rol toebedeeld. Verzorgen, ondersteunen, veel taken overnemen en zelf sterk (willen) blijven, kunnen leiden tot vermoeidheid. Als er geen partner is, dan is er meestal een goede vriend(in), dochter, zoon, familielid of kennis die deze rol op zich neemt. Ook zij kunnen terecht bij het Taborhuis.

U vindt het Taborhuis in Arnhem (Tooropstraat 41) en in Groesbeek (Nijmeegsebaan 27). Het Taborhuis is telefonisch te bereiken van maandag tot en met vrijdag van 9.00 – 16.00 uur, telefoon: 026 - 443 40 49 of 024 - 684 36 20. Meer informatie vindt u op www.taborhuis.nl. Hier kunt u zich ook aanmelden.

Tot slot kunt u zelf contact opnemen met een patiëntenvereniging of met lotgenoten (www.kankerpatient.nl). Informatie hierover vindt u in de KWF-folder over uw ziektebeeld. U kunt ook bellen naar de gratis KWF Kanker Infolijn 0800-022 66 22 of kijk op www.kwfkankerbestrijding.nl.

Vragen

Heeft u naar aanleiding van deze folder nog vragen, neemt u dan contact op met uw behandelend arts.

Bij Rijnstate kunt u telefonisch en voor de meeste specialismen via www.rijnstate.nl uw afspraak maken.

Rijnstate
Postbus 9555
6800 TA Arnhem
T 088 - 005 8888
E info@rijnstate.nl
www.rijnstate.nl

Ziekenhuislocaties
Arnhem
Zevenaar
Velp
Dieren
Arnhem-Zuid

080340/2013-04 Uitgave: Afdeling Marketing & Communicatie Rijnstate, 2013