

Zorgpad Oncologische Revalidatie

Algemene informatie

Binnenkort start u met een poliklinische oncologische revalidatiebehandeling in het Laurentius Ziekenhuis te Roermond. Revalideren betekent beter leren functioneren in uw dagelijkse activiteiten. Dit kan zijn herstel of leren omgaan met de beperkingen. Bij een revalidatiebehandeling komt u twee of drie keer per week naar het ziekenhuis om een revalidatieprogramma te volgen. De duur van de behandelingen varieert van een half uur tot enkele uren.

In deze folder informeren wij u over de oncologische revalidatie, het revalidatieteam en praktische informatie over onder andere vervoer en bereikbaarheid.

Telefonische bereikbaarheid en contact

Afdeling Revalidatie (routenummer 61)

- Secretariaat (0475) 38 2745
- Planning (0475) 38 2845

Email:

planbureau@lzt.nl

Website:

www.lzt.nl/revalidatie

Het revalidatieteam

Het revalidatieteam bestaat uit de volgende therapeuten:

- revalidatiearts
- fysiotherapeut
- ergotherapeut
- logopedist
- medisch maatschappelijk werker
- psycholoog
- diëtist

Het zorgpad oncologische revalidatie in stappen

Stap 1:
verwijzing door huisarts of
specialist

Stap 4:
tussentijdse controle
revalidatiearts

Stap 2:
eerste bezoek
revalidatiearts

Stap 5:
evaluatie behandeling
na 16 weken
doelen behaald?

Stap 3:
behandeling
Oncologische revalidatie
16 weken

Stap 6:
afronding oncologische
revalidatie
controleafspraak na 3
maanden

**Stap 1: verwijzing door
huisarts of specialist**

U bent in het ziekenhuis in behandeling na het stellen van de diagnose kanker. Tijdens en/of na de behandeling kunt u verschillende problemen ervaren in uw functioneren. Oncologische revalidatie kan u helpen om de behandeling goed te doorstaan, uw conditie te verbeteren of te handhaven en een beter emotioneel evenwicht te krijgen. U leert keuzes te maken passend bij uw energieniveau. Doel van de revalidatie is te komen tot een optimaal functioneren in uw eigen omgeving, uw vrije tijdsbesteding en werk. De huisarts of de specialist in het ziekenhuis verwijst u door naar de revalidatiearts. Om meer zicht te krijgen welke problemen u ervaart verzoeken wij u een aantal vragenlijsten in te vullen. Aan de hand van deze lijsten kan de revalidatiearts een eerste inschatting maken op welk gebied er een hulpvraag is.

**Stap 2: eerste bezoek
revalidatiearts**

Nadat u de vragenlijsten heeft ingevuld wordt er een eerste afspraak met de revalidatiearts gemaakt. De arts bespreekt met u de uitkomsten van de vragenlijsten en bekijkt samen met u of een oncologische revalidatie voor u de beste hulp is.

Op indicatie van de revalidatiearts wordt u mogelijk verwezen naar een sportarts. Dit is een arts die gespecialiseerd is in bewegen/sporten. De sportarts zal een inspanningstest bij u afnemen. Het doel is om te meten hoe uw conditie is en in welke mate u belast mag worden tijdens de revalidatie.

**Stap 3: behandeling
oncologische revalidatie**

behandelplan
16 weken
revalidatieteam

Nadat alle informatie is verzameld, stelt de revalidatiearts in samenspraak met u een behandelplan samen. De behandeling duurt 16 weken.

Tijdens de behandeling wordt u door een team van therapeuten behandeld en begeleid. U kunt met de volgende therapeuten van het revalidatieteam te maken krijgen:

Revalidatiearts

De revalidatiearts is een arts die gespecialiseerd is in revalidatiegeneeskunde. De revalidatiearts is de hoofdbehandelaar. Dit betekent dat hij/zij coördinator en eindverantwoordelijke is voor uw behandeling. De revalidatiearts indiceert en bekijkt welke therapeuten ingeschakeld dienen te worden. Regelmatig worden teambesprekingen gehouden. Tijdens zo'n bespreking zijn diverse therapeuten aanwezig en wordt de voortgang van uw behandeling besproken. Na elke teambespreking wordt een afspraak met u gemaakt voor een gesprek met de revalidatiearts. Indien u tussentijds met de arts wilt praten over uw revalidatie of over medische problemen, dan kunt u een afspraak maken via het secretariaat Revalidatie.

Fysiotherapie

Het doel van de fysiotherapie bestaat uit een aantal onderdelen. Als eerste wordt aan de opbouw van uw uithoudingsvermogen en spierkracht gewerkt. Ook worden functies zoals coördinatie en balans getraind, om het vertrouwen in uw lichaam terug te krijgen. Afhankelijk van uw hulpvraag of uw doelen kunnen andere activiteiten geoefend worden. Om de balans in uw lichaam terug te krijgen kan ontspanningstherapie/ lichaamsbewustwording een aanvulling zijn tijdens uw revalidatie. De behandelingen zijn in groepsverband. Op indicatie van de fysiotherapeut kan er ook individueel getraind worden.

Ergotherapie

Het doel van de behandeling door de ergotherapeut is dat u weer zo zelfstandig mogelijk leert functioneren in uw zelfredzaamheid, productiviteit en ontspanning. Aan de hand van een kennismakingsgesprek wordt samen met u uw hulpvraag bepaald. Door middel van gesprekken, oefeningen en thuisopdrachten krijgt u inzicht in en handvatten om uw energieniveau te bepalen. Daarnaast leert u om te gaan met uw veranderde balans tussen belasting en belastbaarheid. Indien van toepassing kan advies in het aanvragen en omgaan met hulpmiddelen of training van vaardigheden onderdeel zijn van de behandeling. Centraal staat de uitvoer van en uw tevredenheid over uw dagelijks handelen.

Logopedie

De logopedist onderzoekt en behandelt problemen op het gebied van taal, spraak, stem, ademhaling, mimiek, eten en drinken.

Na een bestraling of operatie in mond- of keelholte kunnen er problemen ontstaan met slikken, spreken of ademhalen. In veel gevallen kan de logopedist dan iets voor u betekenen. De logopedist kan u begeleiden indien u problemen heeft met:

- eten en drinken (denk aan verslikken, moeite met doorslikken, eten blijft in de keel hangen).
- spreken (o.a. moeilijker articuleren). Door bijvoorbeeld een operatie aan de tong kunt u moeite hebben met articuleren waardoor u moeilijker te verstaan bent.
- stem (hese of zachte stem door bijvoorbeeld bestraling of operatie rondom het strottenhoofd).
- Na verwijdering van het gehele strottenhoofd (laryngectomie) moet u op een andere manier leren spreken omdat de stembanden zijn verwijderd.
- Ademhalen: door een ingreep kunt u sneller benauwd zijn. Oefeningen en adviezen met betrekking tot de ademhaling, meestal in combinatie met spreken kunnen u helpen.

Medisch Maatschappelijk werk

De medisch maatschappelijk werker begeleidt en behandelt u bij problemen die ontstaan zijn door de kanker en de gevolgen van de behandeling hiervan. Ook uw naasten, zoals uw partner en kinderen, kunnen indien gewenst bij de behandeling betrokken worden.

Wij bieden een behandeling die gericht is op het leren hanteren van gevoelens en emoties en het versterken van positieve krachten. Verder kan de medisch maatschappelijk werker u informatie en advies geven over praktische problemen. Zo nodig treedt uw medisch maatschappelijk werker bemiddelend en probleemoplossend op.

Psychologie

Ook de psycholoog kan een bijdrage leveren aan het opstellen van het behandelingsplan. De psycholoog heeft in dit geval een oriënterend gesprek met u, eventueel samen met uw naaste familie. Verder kan een psychologisch (test)onderzoek nodig zijn. Enerzijds kan dat onderzoek gericht zijn op uw persoonlijkheid en bijvoorbeeld verwerkingsproblemen.

Anderzijds probeert men aan de hand van een zogenaamd neuropsychologisch onderzoek inzicht te krijgen in de oorzaak van de beperkingen. Hiertoe worden dan cognitieve functies waaronder intelligentie, geheugen, concentratievermogen, waarneming, taal, spraak en ruimtelijk inzicht in kaart gebracht.

Begeleiding en/of training kan eveneens door de psycholoog gebeuren. Daarnaast kan hij adviezen geven over toekomstmogelijkheden wat betreft beroepsuitoefening of studie. De gesprekken met de psycholoog vinden plaats op de polikliniek Medische Psychologie, routenummer 93.

Diëtist

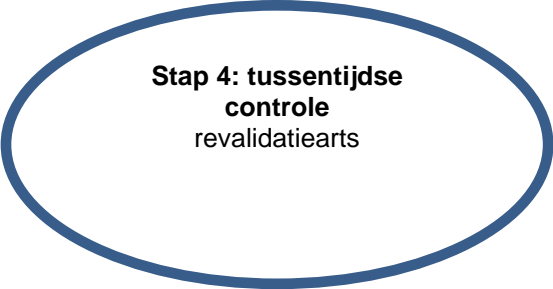
U kunt tijdens of na de behandeling problemen hebben met eten en drinken. Goede voeding en een stabiel lichaamsgewicht zijn belangrijk, zeker in uw situatie. Het vergroot de mogelijkheid om een behandeling beter te doorstaan en kan het herstel bevorderen. Bovendien houdt een goede voeding uw weerstand en conditie op peil. Eten is voor sommige mensen niet meer vanzelfsprekend, lekker en leuk. Is uw smaak bijvoorbeeld aangetast? Dan kan uw “lievelingseten” zelfs anders smaken. Bent u door de behandeling misselijk of heeft u bijvoorbeeld last van diarree, dan is eten wel het laatste waar u zin in heeft en kunt u onbedoeld afvallen. Maar u kunt ook door de behandeling juist last hebben van ongewenste gewichtstoename.

Een diëtist is dé specialist in voeding en diëten en kan u adviseren en behandelen tijdens de oncologische revalidatie.

Indien het u niet lukt om voldoende te eten of als er sprake is van (ongewenst) gewichtsverlies of gewichtstoename, kan de diëtist u begeleiden.

Daarnaast kan drinkvoeding een aanvulling zijn op uw dagelijkse voeding, indien de gewone voeding niet toereikend is.


De diëtist bekijkt samen met u welke aanpassingen nodig zijn om een betere voedingstoestand te bereiken.



**Stap 4: tussentijdse
controle**
revalidatiearts

Na 6-8 weken wordt er tussentijds een afspraak bij de revalidatiearts ingepland. U kijkt samen met de arts hoe de revalidatie verloopt en of doelen die u zich heeft gesteld worden behaald.

Voorafgaand aan deze afspraak is er een teambespreking waarbij de revalidatiearts op de hoogte wordt gebracht van uw voortgang en of de door u gestelde doelen worden behaald.



**Stap 5: evaluatie
behandeling**
na 16 weken
doelen behaald?

Na 16 weken wordt bekeken of u al uw doelen heeft behaald. U komt voor een evaluatiegesprek bij de revalidatiearts.

Het kan voorkomen dat u langer de tijd nodig heeft voor uw revalidatie. De revalidatiearts besluit of de revalidatie verlengd dient te worden. Het kan ook voorkomen dat u nog niet alle doelen heeft behaald maar dat u toch stopt met de revalidatie. Eventuele verdere begeleiding kan zo nodig geregeld worden middels een verwijzing naar behandelaren buiten het ziekenhuis.

**Stap 6: afronding
oncologische revalidatie**
controleafspraak na 3
maanden

De oncologische revalidatie is afgerond. U krijgt een afspraak mee om over drie maanden bij de revalidatiearts op controle te komen.

Een aantal praktische zaken op een rijtje

Weekplanning

De oncologische revalidatie vindt plaats in het Laurentius ziekenhuis.

De eerste weekplanning ontvangt u per post thuis. Op deze weekplanning vindt u een overzicht van de verschillende behandelingen, die u gaat volgen. Op de dag van uw eerste behandeling, kunt u zich melden bij de receptiebalie van de polikliniek Revalidatie (route 61).

Afmelden

Als het revalidatieplan is opgesteld en u gaat hiermee akkoord, dan wordt er van u verwacht dat u alle therapieën volgt en op tijd aanwezig bent.

Het is echter mogelijk dat u ziek bent of door bijzondere omstandigheden niet in staat bent om te komen. Wij verzoeken u dan om dit (indien mogelijk) 24 uur van te voren door te geven bij het secretariaat van de afdeling Revalidatie.

Indien u vakantieplannen heeft, verzoeken wij u dit te overleggen met uw revalidatiearts (of een van de therapeuten). Het onderbreken van de therapie kan de behandeling nadelig beïnvloeden.

Vervoer

De revalidatiearts beoordeelt of u in aanmerking komt voor taxivervoer. Als dat zo is, vult hij/zij een door u aangevraagde verklaring in voor zittend ziekenvervoer.

Het is aan te raden zelf met uw zorgverzekering contact op te nemen over de eventuele voorwaarden, uitvoering en vergoedingen.

Eigen vervoer

U kunt uw auto parkeren op de parkeerplaats van het ziekenhuis. Bij het inrijden neemt u een parkeerkaart uit de automaat en zoekt een parkeerplaats. Omdat u een revalidatie dagbehandelingsprogramma volgt, komt u in aanmerking voor een gratis uitrijkaart. Na de behandeling ruilt u de inrijkaart bij uw behandelaar om voor de uitrijkaart. U kunt het parkeerterrein gratis verlaten door de kaart in de automaat bij de slagboom in te voeren.

Rusten

Als het voor u nodig is om tussen de therapieën te rusten, dan kunt u dit bespreken met de revalidatiearts.

Koffie, thee en maaltijden

Voor een drankje, snack of maaltijd kunt gebruik maken van het bezoekersrestaurant in de hal bij de hoofdingang. Koffie en thee zijn tegen betaling te verkrijgen bij automaten in de wachtruimte van de afdeling Revalidatie.

Kleding/schoeisel

Voor uw eigen gemak adviseren wij u gemakkelijk zittende kleding en schoeisel te dragen, bij voorkeur een trainings- of joggingpak en gymschoenen.

Kleedruimte

Op de afdeling revalidatie is een kleedruimte aanwezig waar u zich kunt omkleden. Tevens is er een douche aanwezig.

Aansprakelijkheid

Let goed op uw eigendommen! Het Laurentius ziekenhuis kan niet aansprakelijk worden gesteld voor schade aan, of diefstal van uw persoonlijke bezittingen.

Klachten

Eventuele klachten kunt u het beste eerst bespreken met de direct betrokkene(n). Als dit niet mogelijk is of het leidt niet tot een bevredigende oplossing dan kunt u contact opnemen met de klachtenfunctionaris; telefoonnummer: (0475) 38 2736 of email:

klachtenfunctionaris@lzs.nl.

Tot slot

Mocht u na het lezen van deze folder nog vragen hebben, kunt u contact opnemen met het secretariaat van de afdeling Revalidatie.

Tel: (0475) 38 2745.