

Oncologische revalidatie

uw behandelprogramma bij Adelante



Voorwoord

Iedereen is anders. Elke situatie is anders en elk herstelproces verloopt anders. Dat realiseren wij ons heel goed. Om u voorafgaand aan uw behandeling bij Adelante zoveel mogelijk informatie te kunnen bieden, hebben wij de belangrijkste stappen die gezet worden in dit behandelprogramma weergegeven aan de hand van een aantal veelgestelde vragen.

Hopelijk zorgt deze informatie ervoor dat u zich een goed beeld kunt vormen van de komende periode, zodat u beter voorbereid bent op uw behandeling.

Wij wensen u heel veel sterkte!



Oncologische revalidatie

Het krijgen van kanker en de behandeling van kanker zijn ingrijpende processen. Wat veel mensen zich niet realiseren is dat er na de behandeling van kanker soms sprake kan zijn van blijvende beperkingen, ernstige vermoeidheid en moeite om het leven zoals het was weer op te pakken. Ook is het een hele klus om te moeten leren leven met de onzekerheid die bij de diagnose kanker hoort.

Binnen team oncologie gaan we op zoek hoe u in een nieuwe balans uw oude leven weer kunt oppakken.

Samen aan de slag

Het team oncologie van Adelante gaat samen met u aan de slag. Allereerst is het belangrijk in een fitnessgroep kracht en conditie op te bouwen. Bovendien gaan we met u werken aan een goed slaapritme en gezonde voeding. Als u fit genoeg bent om weer te KUNNEN, gaan we na wat u graag zou WILLEN. Dat betekent keuzes maken en is een volgende stap in uw oncologische revalidatie. Wat is voor u een zinvol leven? Waar wilt u uw energie aan gaan geven en op welke manier? Wilt of (hoe) kunt u weer aan het werk? Het zijn allemaal vragen die tijdens uw revalidatie beantwoord kunnen worden.

Praktische informatie

U wordt door een medisch specialist zoals uw huisarts, bedrijfsarts of oncoloog verwezen naar de oncologische revalidatie. De intake bij Adelante doet de revalidatiearts en psycholoog. Zij bepalen of revalidatie een rol kan spelen bij uw hulpvragen. Revalidatie is zinvol wanneer u problemen heeft op meerdere gebieden, waaronder fysiek te weinig conditie hebben in combinatie met slecht slapen of moeite om het werk weer op te pakken.

Basisprogramma

Oncologische revalidatie start altijd met het basisprogramma. We doen daar voor een basismeting rondom mate van conditie, kracht en psychisch welbevinden. Vervolgens krijgt u een intake bij de fysiotherapeut en start de fitness in een groep. Daarnaast zijn er meerder informatiebijeenkomsten. Deze zijn gericht op overdracht van informatie. Doel van deze bijeenkomsten is om elkaar beter te leren kennen en informatie met elkaar uit te wisselen over de gevolgen die horen bij kanker en de behandeling van kanker. Informatiebijeenkomsten worden georganiseerd rondom arbeid (als dat bij u van toepassing is), voeding, vermoeidheid en psychische gevolgen.

Behandeling

De behandeling is altijd poliklinisch en intensief. We raden mensen erg aan om naast de revalidatie niet te veel nevenactiviteiten te plannen, zoals werken of oppassen op de kleinkinderen.

In het behandelprogramma blijft het sporten in de fitness groep doorlopen. Daarnaast krijgt u behandelmodules die passen bij uw hulpvraag. Hierin kunnen we een keuze maken uit de volgende behandelmodules:

- Voeding: gericht op mensen die willen afvallen, bijkomen of gezonder willen eten.
- Arbeid: gericht op het versterken van uw traject van arbeids-reintegratie.
- Vermoeidheid: gericht op het verkrijgen van een regelmatig slaap-waakritme en goede energieverdeling over de dag.
- Stemming: gericht op psychisch welbevinden.
- Aandacht en geheugen: gericht op het leren omgaan met cognitieve klachten.
- Seksualiteit: gericht op het omgaan met hulpvraag rondom intimiteit.
- Praktisch handelen: gericht op dagelijkse handelingen die minder goed gaan als gevolg van beperkingen door de behandeling.

Het behandelprogramma duurt ongeveer 3 maanden.





Behandelteam

Er zijn verschillende disciplines betrokken bij uw behandeling. De revalidatiearts is degene die de indicatie doet en het team aanstuurt. De psycholoog is betrokken bij verschillende behandelmodules gericht op psychisch welbevinden. De ergotherapeut houdt zich bezig met slaap-waakritme, energieverdeling over de dag en praktisch handelen. De maatschappelijk werker of ergotherapeut speelt een rol bij terugkeer naar werk. De fysiotherapeut richt zich op het opbouwen van kracht en conditie. De cognitief trainer zoekt uit hoe iemand goed om kan gaan met zijn cognitieve klachten. De diëtist is bezig met goede voeding. De groepsbegeleiders zijn gericht op een goed revalidatieproces en op het afnemen van vragenlijsten.

Door onze interdisciplinaire werkwijze kunnen we u samen begeleiden en waar nodig van elkaar overnemen. In ons zes wekelijks teamoverleg bespreken we samen met u de voortgang van uw revalidatietraject.

We werken nauw samen met team Arbeid van Adelante. Mocht het zo zijn dat verdere diagnostiek rondom mogelijkheden voor werk nodig is, dan kunnen we daarbij team Arbeid inschakelen.

Meer informatie

Voor meer informatie over uw behandeling kunt u contact opnemen met het Patiënten-servicebureau van Adelante, 045 - 528 22 22 of psb@adelante-zorggroep.nl.

OVER ADELANTE

Adelante is een organisatie die ondersteuning biedt aan volwassenen en kinderen die te maken hebben met de gevolgen van een ziekte, aangeboren aandoening of ongeval. Ruim 1250 professionals, medewerkers en vrijwilligers verlenen die zorg vanuit diverse locaties verspreid over heel Limburg, inclusief de poliklinieken van een aantal ziekenhuizen.

Cliënten kunnen terecht voor medisch specialistische revalidatie, gehoor-, taal- en spraakproblemen, speciaal onderwijs, medische kindzorg, sport en arbeidsrevalidatie.

Adelante richt zich niet op de beperking maar op de mogelijkheden om door te kunnen gaan. Ons motto: haal het beste uit jezelf!

www.adelante-zorggroep.nl



adelante

haal het beste uit jezelf

Zandbergsweg 111
6432 CC Hoensbroek
t 045 - 528 28 28