



H. HARTZIEKENHUIS
MOL

Oncologische revalidatie
tegen vermoeidheid bij
kanker

WELKOM

BIJ HET
H. HARTZIEKENHUIS
MOL

Oncologische revalidatie

Kanker is een ernstig gezondheidsprobleem. Vanwege het ingrijpende karakter brengt het veel onzekerheid en zorgen met zich mee. De overlevingskansen zijn tegenwoordig evenwel aanzienlijk vergroot.

Hoewel veel patiënten uitzicht hebben op genezing, moeten ze nog een hele tijd leren leven met de nevenwerkingen van hun aandoening. Eén van de meest genoemde klachten hierbij is vermoeidheid. Extra rust biedt echter zelden verbetering.

Deze patiënten uit hun vicieuze cirkel halen en een uitgebalanceerd revalidatieprogramma aanbieden, kan het herstel sterk bevorderen.

Indien u momenteel therapie ondergaat of heeft ondergaan omwille van kanker, dan bent u misschien erg vermoeid en vindt u het moeilijk om uw actieve leven te hervatten.

Om u hierbij te helpen, hebben wij een oncologisch revalidatieprogramma voor kankerpatiënten opgezet.

We willen u begeleiden in uw herstelproces zowel op fysiek, voedingsdeskundig als op psychosociaal vlak.

Wat houdt dit programma in?

De klemtoon in het revalidatieprogramma ligt op fysieke revalidatie, omdat dit u zal helpen de vermoeidheid tegen te gaan. Maar er komen ook andere onderwerpen aan bod, waarmee u tijdens uw ziekte heeft te kampen.

Het is een traject dat over een half jaar loopt. Hierbij geven we u op verschillende vlakken ondersteuning:

FYSIEKE REVALIDATIE

In de fysieke revalidatie volgt u twee maal per week, onder professionele begeleiding van een kinesist, een programma op uw maat.

Het revalidatieprogramma bestaat uit zowel individuele conditietraining als oefeningen in groep met accent op lenigheid, relaxatie en spierversterkende oefeningen.

In samenspraak met de patiënt wordt er een individueel oefenschema opgesteld, zodat er geen overbelasting kan optreden.

VOEDING

Aangezien voeding een belangrijke rol speelt in de beleving van de ziekte, krijgt u hierover informatie tijdens een sessie over voeding. U krijgt hier advies en heeft de mogelijkheid om specifieke vragen te stellen.

PSYCHOSOCIAAL HERSTEL

In de sessie over psychosociaal herstel kan u, indien u dit wenst, in een besloten groep ervaringen delen over thema's die nauw aanleunen bij uw ziek-zijn. Deze sessies worden begeleid door een psycholoog of een sociaal assistent.

INFORMATIEVE SESSIES

Hier brengen we u in contact met 'Kom op tegen Kanker' en wat deze organisatie voor u en vele anderen kan betekenen.

Er wordt gewerkt in een besloten groep met daarin de mogelijkheid tot individuele ondersteuning.

De meeste sessies vinden plaats in het H. Hartziekenhuis Mol.

Wie komt er in aanmerking?

U volgt momenteel een behandeling voor kanker of u heeft deze onlangs beëindigd.

U wilt af van die vervelende vermoeidheid.

U bent gemotiveerd om samen met lotgenoten een traject naar herstel af te leggen.

U heeft met uw behandelende arts overlegd dat uw toestand het toelaat om dit programma te volgen.

Heeft u graag meer informatie?

Of wenst u zich in te schrijven?

Neem dan gerust contact op met de Dienst Revalidatie, op het nummer 014/71 27 01, of via donny.jansen@azmol.be.

Deze brochure werd ontwikkeld door, en is eigendom van, het H. Hartziekenhuis. Deze brochure mag niet gedupliceerd worden zonder toestemming van de eigenaar (Dienst pers en communicatie H. Hartziekenhuis Mol).

6 februari 2017