

Rehabilitering av hele mennesket



Mange kreftpasienter er ikke forberedt på hva som venter dem når kreftbehandlingen avsluttes og de skrives ut av sykehuset. Vi får ofte høre at det oppstår et slags "vakum" når behandlingen er over, og pasienten er overlatt til seg selv hjemme, hva nå? Det kan være vanskelig å skape en normal tilværelse etter en kreftdiagnose. På Catosenteret (CS) fokuserer vi på hele mennesket, og behovene for den enkelte.

Fra 2015 har CS fått nye avtaler med helse Sør-Øst og tilbudet til kreftpasienter er utvidet. Vi tilbyr både individuelle opphold for barn og voksne, samt gruppeopphold for voksne. Ofte har bruker vært i kontakt med kreftsyrkepleier på CS før ankomst, for å kartlegge behov og

egnethet for oppholdet. Vi er opptatt av "rett bruker, til rett tid på rett sted" for å optimalisere gangen i kreftforløpet.

Ved ankomst blir bruker tildelt et nærteam, som består av sykepleier, fysioterapeut og kreftsyrkepleier. Ved behov blir andre faggrupper koblet inn slik som lege, ergoterapeut, lymfødemyoterapeut, sosionom/arbeidskonsulent, logoped, ernæringsfysiolog, idrettspedagog og dyreassistert terapeut. Brukerne setter pris på det sosiale både med andre brukere med kreft og brukere forøvrig på CS. Hos oss kan de dele sine erfaringer med andre i lignende situasjon, noe som er verdifullt. Vi har også undervisning og individuelle samtaler.

Rehabilitering innebærer mye mer enn å løfte vekter og mange er usikre i forhold til hvor mye de tåler av trening. Mange sliter med utmattelse (fatigue), og vi lager individuelle timeplaner sammen med bruker avhengig av hva den enkelte har kapasitet til. Mye av opplegget hos oss går på avspenning, yoga og oppmerksomhetstrening, kortere gåturer og basseng. Brukerne er i trygge omgivelser og får veiledning, pluss at det er enkelt å komme seg til aktiviteter. Vi har også aktiviteter for den som orker mer, for eksempel stavgang og spinning. Om vinteren har vi tilbud om heldagstur til gård, og på sommeren sjøliv. En fellesnevner er imidlertid å finne balanse mellom aktivitet og hvile.

Før hjemreise planleg-

ges videre aktiviteter (for eksempel via aktivitetsplan) og evt oppfølging i hjemkommunen.

Sykdommen er tøff å takle også for de som står rundt, og CS oppfordrer pårørende til å komme på besøk og delta i aktivitet eller samtaler.

Mange lever lenge med en kreftdiagnose. Som flere i kreftmiljøet har nevnt, er det ønskelig at pasienter skal få systematisk informasjon om rehabiliteringstilbud ved utskrivelse fra sykehuset, og at det inngår i pakkeforløpet.



Bakfra venstre: Synnøve L. Holmen (lymfødemyoterapeut), Marianne Næss (logoped), Kristin H. Gretland (sykepleier), Marianne V. ter Haar (ergoterapeut), Birgitte Petterson (arbeidskonsulent), Nina Øye (fysioterapeut), Susanne Carlsen (avdelingsleder).

Foran fra venstre: Olav Imsen (idrettspedagog), Yvonne Solberg (fysioterapeut), Elisabeth Nybo (kreftsyrkepleier), Anne Wigernes (sykepleier), Ludmila Hereid (lege), Stina Johnson (ernæringsfysiolog).

Fraværende ved bildet: Oddveig Hagen (sykepleier) Peter Christiansen (oppfølgings-tjenesten /sosionom), Else Hestvik og Bitte Schou (dyreassistert terapi), Magnus Tørring (fysioterapeut)