



Rehabilitering – en viktig del av din cancerbehandling

Patientinformation från Onkologiska kliniken, Universitetssjukhuset i Linköping

Rehabilitering

Att drabbas av sjukdom är för många en svår och omvälvande upplevelse både för den som drabbas och för de närstående. Sjukdomen och dess behandling kan göra att livet förändras och ibland också begränsas.

Målet är att du ska må så bra som möjligt och att du ska kunna bevara din livskvalitet trots sjukdom och behandling.

Cancerrehabiliteringen börjar redan under din behandling för att på så sätt förebygga eventuella komplikationer och problem.

För att du ska återhämta dig snabbare är det viktigt att vara socialt aktiv på en lämplig nivå. Ibland kan trötthet och andra symtom göra det svårt.

Ett besked om cancer, beslut om medicinsk behandling eller operation kan utlösa en kris och skapa mycket oro både hos den sjuka och de närstående. Ibland upplevs det som man tappar fotfästet.

Att bli ledsen, rädd eller orolig efter att ha fått en cancerdiagnos är naturligt och kan oftast hanteras med hjälp av vänner och/eller närstående, men ibland krävs ytterligare åtgärder i form av psykosocialt stöd. Man kan då behöva prata med någon utanför familjen om sina farhågor och förväntningar inför framtiden. Detta gäller även de närmaste, som också påverkas av sjukdomen. De kan också vara i behov av stöd, och må väl av att få prata med någon utomstående om sin situation och hur den påverkas av sjukdomen.

Du som är patient eller närstående är välkommen att vända dig till kurator på onkologiska kliniken. För att komma i kontakt med kuratorerna behövs ingen remiss. Du kan ringa direkt eller ta kontakt via din sjuksköterska, läkare eller annan personal.

Kuratorerna svarar för det psykosociala stödet och erbjuder samtalsstöd. Vi är auktoriserade socionomer och har lång erfarenhet av psykosocialt behandlingsarbete med patienter med cancersjukdom och deras familjer/närstående. Vi har även kompetens inom sex och samliv i samband med cancersjukdom samt kompetens i psykoterapi.

Kurator kan hjälpa till med att

- Bearbeta en kris eller sorg genom enskilt samtal eller samtal tillsammans med dina närstående
- Förstå sambandet mellan kropp, själ, psyke och den sociala situationen samt hur den påverkar hälsan
- Ge information om samhällets stöd, service, patientorganisationer och myndigheter

Revisionsdatum

Samtalsbehandlingen kan hjälpa till att

- Uthärda det som känns outhärdligt
- Hantera en svår situation
- Se annorlunda på tillvaron, på sig själv och sina reaktioner

Vi erbjuder stöd och rehabilitering i form av:

- Individuella samtal
- Par eller familjesamtal
- Råd och stöd i frågor som rör barn, tonåringar och unga vuxna som närstående
- Samtal kring relation, samliv och sexualitet vid sjukdom och behandling
- Närståendestöd
- Anhöriggrupper
- Social rådgivning och samhällsinformation
- Rehabiliteringsplaner
- Information om rehabilitering och rekreation
- Information om patientföreningar
- Vid behov förmedla kontakt för stöd på hemorten
- Efterlevandestöd

Ibland när vi samtalar med varandra känns det som ett verkligt möte. Något gör att du blir sedd och bekräftad.

Att någon försöker förstå och intresserar sig för din situation minskar känslan av att vara ensam och oförstådd.