

# PATIËNTEN INFORMATIE

Medisch specialistische  
oncologische revalidatie

**MAASSTAD  
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis



Het Maasstad Ziekenhuis heeft voor (ex) kankerpatiënten een behandelprogramma ontwikkeld ter bevordering van de gezondheid en het welbevinden.

Tijdens en na de behandeling van kanker kunt u last hebben van verschillende klachten. Misschien voelt u zich vermoeid, is uw beweeglijkheid en/of uw conditie achteruit gegaan, bent u angstig, somber of onzeker. Ook pijnklachten of concentratieproblemen kunnen voorkomen.

Revalidatie kan helpen om uw klachten te verminderen of er mee leren om te gaan. U kunt in een groep met lotgenoten revalideren of bij uitzondering individueel. Bij de medisch specialistische oncologische revalidatie werken verschillende therapeuten vanuit hun eigen specialisatie samen in een multidisciplinair team. Voorafgaand aan de revalidatieperiode worden samen met u doelen opgesteld, die uitgaan van uw hulpvraag.

## **Doelgroep**

Medisch specialistische oncologische revalidatie is geschikt voor (ex-) kankerpatiënten die klachten ervaren ten gevolge van hun ziekte of behandeling. Als deze klachten ook u uit balans brengen, kunt u door uw behandelend specialist verwezen worden, ongeacht de fase van de ziekte.

### *Medisch specialistische oncologische revalidatie na de behandeling*

Tijdens een intakegesprek met de revalidatiearts wordt bekeken of u voor deelname in aanmerking komt en welke onderdelen van het programma voor u passend zijn. U krijgt een afgestemd advies over het revalideren in een groep met lotgenoten of (bij uitzondering) een individueel revalidatietraject. Er vindt een uitgebreide intake plaats, u wordt gezien door verschillende therapeuten.

De revalidatiebehandeling duurt circa twaalf weken. Gedurende die periode komt u twee tot drie keer per week naar het revalidatiecentrum.

## De modules

Afhankelijk van uw persoonlijke situatie, de fase van behandeling/ziekte en uw hulpvraag bieden wij minimaal 2 van de volgende modules aan.

- *Introductie bijeenkomst/informatie module (fysiotherapeut)*

Tijdens deze bijeenkomst wordt er kennis met elkaar gemaakt en informatie gegeven over de inhoud van de medisch specialistische oncologische revalidatie.

- *Fysieke module (fysiotherapeut en bewegingsagoog)*

Deze module is opgebouwd uit verschillende onderdelen, lichaamsbewustwording (bewust zijn en het voelen van uw lijf) vormt hierbij de basis. Hier vanuit wordt gewerkt aan verbetering van kracht, uithoudingsvermogen en conditie door middel van begeleid fitness. Een ander onderdeel van het programma is sport en spel, hierbij wordt aanspraak gedaan op verschillende vaardigheden, zoals coördinatie, balans en snelheid. En bovenal ook het (her)ontdekken van plezier tijdens sporten. Aan het eind van de module krijgt u advies over hoe u zelfstandig kunt blijven werken aan uw kracht en conditie na de revalidatieperiode.

- *Module coaching en energieverdeling (ergotherapeut)*

U krijgt informatie over de verschillende soorten vermoeidheid en de factoren die hierop van invloed zijn. U gaat aan de slag met praktische adviezen omtrent vermoeidheid, lichaamshoudingen en het behalen van uw doelen. We richten ons op een gedoseerde opbouw van activiteiten voor u.

- *Arbeidsmodule (ergotherapeut)*

Tijdens deze module krijgt u informatie over een optimale hervatting van het arbeidsproces. Ook krijgt u advies over de opbouw van uw werkzaamheden en gespreksadviezen voor gesprekken die u moet voeren met bijvoorbeeld uw teamleider of bedrijfsarts. Tevens is er

aandacht voor rechten en plichten voor zowel mensen in loondienst als ondernemers.

– *Voeding en dieet (diëtist)*

Onderwerpen zoals ondergewicht, overgewicht, voeding en leefstijl bij of na kanker worden besproken. Afhankelijk van uw hulpvraag, kan dit individueel of in groepsverband plaatsvinden.

– *Module psycho-educatie (maatschappelijk werker)*

Uw ziekte en de behandeling ervan kunnen uw leven drastisch veranderd hebben. In deze module kunt u aan de hand van kennis/informatie en het delen van ervaringen met andere lotgenoten zoeken naar een zo optimaal mogelijke manier om u aan te passen aan de verandering die de ziekte kanker en de behandeling ervan met zich meebrengt. Hierbij staan de volgende onderwerpen centraal: verwerking, omgaan met emoties/stress/spanning, sociale relatie en communicatie en hoe verder. Samen met u zoeken we naar een nieuw evenwicht. Hierbij gaan wij uit van uw eigen kracht en kunnen.

– *Psycho-sociale module (psycholoog)*

Veel (ex-) kankerpatiënten ervaren gevoelens van angst of neerslachtigheid. In deze module wordt hierop ingegaan en advies gegeven over hoe hier mee om te gaan. Dit is een module die individueel aangeboden wordt.

Het programma wordt op maat gemaakt, daarom kan het zijn dat bepaalde modules niet voor u van toepassing zijn. Voor een zo optimaal mogelijk resultaat van het revalidatietraject is het noodzakelijk dat u altijd aanwezig bent. Wij adviseren dan ook om geen vakantie te plannen tijdens het revalidatietraject. Indien er al een vakantie gepland staat, dan is de maximale afwezigheidsduur 2 weken. Indien er een langere vakantie gepland staat, wordt u ingepland in de eerst volgende groep.

**Multidisciplinair team**

De diverse therapeuten vormen samen het multidisciplinaire behandelteam. Onder verantwoordelijkheid van de revalidatiearts bespreken zij regelmatig uw voortgang en stemmen de behandelinzet op elkaar af.

**Verwijzing**

Indien u onder behandeling bent bij een specialist van het Maasstad Ziekenhuis, dan kan de (verpleegkundig) specialist u aanmelden via een interne aanmelding voor medisch specialistische oncologische revalidatie. Vooraf vragen we u een aantal vragenlijsten in te vullen, zodat we een goed beeld krijgen van uw hulpvraag.

Het kan om verschillende redenen zijn dat u niet in aanmerking komt voor de medisch specialistische oncologische revalidatie van het Maasstad Ziekenhuis. Als u toch klachten ervaart door de ziekte of de behandeling kunt u met uw behandelend arts overleggen welke andere mogelijkheden er voor u zijn.

Bent u nog in het traject van chemotherapie, dan komt u in aanmerking voor trainen tijdens chemotherapie (fit en balans). U traint twee keer per week in groepsverband onder begeleiding van een gespecialiseerd fysiotherapeut met als doel uw conditie en kracht zoveel mogelijk te behouden. De diëtist geeft uitleg over voeding en een psycholoog spreekt over emoties rond de diagnose en behandeling van kanker. Deze bijeenkomst is eenmalig en is informatief. Voor meer informatie en aanmelden: informeer bij uw oncologieverpleegkundige.

## **Vergoeding**

Het programma medisch specialistische oncologische revalidatie dat door het Maastricht Ziekenhuis wordt aangeboden, is opgesteld conform de landelijk vastgestelde behandelrichtlijn. Deze behandeling wordt volledig vergoed door de verzekering, vanuit het basispakket. Als uw eigen risico nog niet is verbruikt, dan wordt deze eerst aangesproken.

Het programma trainen tijdens de chemotherapie (fit en balans) kent een ander vergoedingssysteem, informeer altijd bij uw verpleegkundige voor meer informatie.

## **Vragen**

Als u na het lezen van deze folder vragen heeft, kunt u op maandag, dinsdag en donderdag van 09.00 tot 17.30 uur contact opnemen met mevrouw H. Klein, oncologie fysiotherapeut via (010) 291 12 77.





De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

The information in this brochure is important for you. If you have any difficulties understanding Dutch, please read this brochure together with somebody who can translate or explain the information to you.

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilde zorlanıyorsanız, bu broşürü size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

المعلومات المتواجدة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كنتم تواجهون صعوبة في اللغة الهولندية،  
إحرصوا حينئذ على أن تقرأوا هذا المنشور بحضور شخص ما، الذي يترجم لك المعلومات الواردة فيه  
أو بشرحها لكم.

Maasstad Ziekenhuis

Maasstadweg 21

3079 DZ Rotterdam

T: (010) 291 19 11

E: [info@maasstadziekenhuis.nl](mailto:info@maasstadziekenhuis.nl)

I: [www.maasstadziekenhuis.nl](http://www.maasstadziekenhuis.nl)

I: [www.maasnik.nl](http://www.maasnik.nl) (kinderwebsite)

