

Informatie over de lastmeter



catharina
ziekenhuis

Inhoud

De lastmeter	3
Waar kunt u terecht als u kanker hebt?	4
Overzicht hulpverleners binnen het Catharina Kanker Instituut	5
Extern	7
Vragen	9
Contactgegevens	9

Informatie over de lastmeter

Bij u is kanker geconstateerd. Tijdens of na uw ziekte kunt u te maken krijgen met situaties waar u geen raad mee weet. Dit kan ook van toepassing zijn als de behandeling al langer geleden is. U kunt problemen ondervinden op zowel; lichamelijk, emotioneel, sociaal of spiritueel gebied. Het is niet altijd eenvoudig de draad daarna weer op te pakken. Niet alleen uzelf maar ook uw naasten krijgen veel te verwerken.

Deze folder is bedoeld om u te informeren over de lastmeter, en bij wie u met uw vragen en/of problemen terecht kunt.

De lastmeter

De lastmeter is een landelijk ontwikkeld instrument om inzicht te krijgen in de behoefte aan psychosociale zorg bij mensen met kanker. Om hierover met u in gesprek te gaan, vraagt de verpleegkundig specialist of arts of verpleegkundige u regelmatig om de lastmeter in te vullen.

Met de lastmeter worden problemen, klachten en zorgen die u door uw ziekte en/of behandeling ervaart in kaart gebracht en bespreekbaar gemaakt. Hierdoor krijgen uw hulpverleners beter zicht op hoe het met u gaat en aan welke ondersteuning u mogelijk behoefte heeft.

U krijgt de lastmeter op verschillende momenten tijdens uw behandeling en in de controleperiode. U vult de lastmeter zelf, of samen met uw naasten, thuis in en neemt de ingevulde lastmeter mee naar het volgende consult. De verpleegkundig specialist of arts of verpleegkundige bespreekt de uitkomsten met u. Bovendien kunt u aangeven of u behoefte hebt aan ondersteunende psychosociale of paramedische zorg. Paramedisch betekent letterlijk 'naast de dokter'. Enkele voorbeelden zijn; fysiotherapeuten, diëtisten, mondhygiënist en radiodiagnostische en -therapeutische medewerkers.

Dan kunt u doorverwezen worden door de verpleegkundig specialist of arts naar een ander, gespecialiseerde hulpverlener. Voor de meeste

mogelijkheden van hulpverlening geldt dat er geen kosten aan verbonden zijn of er is sprake van vergoeding door de zorgverzekeraar.

Digitaal invullen

U kunt de Lastmeter ook digitaal invullen via ons patiëntportaal MijnCatharina op www.catharinaziekenhuis.nl/mijncatharina. Om in te loggen heeft u een DigiD nodig. U krijgt enkele dagen voorafgaand aan de afspraak een sms-bericht om u uit te nodigen de Lastmeter in te vullen.

Waar kunt u terecht als u kanker hebt?

De meeste patiënten herstellen na verloop van tijd van de behandeling van kanker, vaak met steun van de omgeving. Toch kan een deel van de patiënten problemen houden op psychologisch, sociaal of maatschappelijk gebied. Om u als patiënt verder te kunnen helpen met individuele problemen is het goed om u te verwijzen naar een andere, gespecialiseerde hulpverlener. Hieronder vindt u een overzicht van hulpverleners, die u via uw behandelend specialist of huisarts kunt raadplegen.

Overzicht hulpverleners binnen het Catharina Kanker Instituut

- **Verpleegkundig specialist / Verpleegkundig consulente / Gespecialiseerd verpleegkundige**

U kunt bij bovenstaande hulpverleners terecht voor mondelinge en/of schriftelijke informatie. Zo ook voor voorlichting rondom uw ziekte, de behandeling(en) en de gevolgen van beiden. Zij kunnen u begeleiden, bijvoorbeeld bij het maken van keuzes over de behandeling. Voor het bespreken van veranderingen in uw leven zowel op lichamelijk, psychisch en sociaal gebied kunt u bij hen terecht. Ook bieden zij ondersteuning en begeleiding aan u als patiënt en uw naasten.

- **Medisch maatschappelijk werker**

U kunt bij de medisch maatschappelijk werker terecht met vragen en problemen die de diagnose (vaststelling) kanker met zich meebrengt. Dit kunnen vragen zijn zoals; hoe vertel ik het mijn kinderen of het reorganiseren van rollen en taken binnen het gezin. Ook voor praktische problemen zoals werk, financiën, verzekeringen en aanvragen voor voorzieningen in huis en huisvesting kunt u een beroep doen op het maatschappelijk werk.

Als er sprake is van emotionele- en of relationele problemen, kunt u ook contact met het maatschappelijk werk opnemen. Zij richten zich op het stabiliseren en waar nodig verhogen van de draagkracht, controle en zelfstandigheid.

- **Klinische psycholoog**

De klinisch psycholoog is een specialist op het grensvlak tussen psychologie en geneeskunde. De klinisch psycholoog richt zich op het (eerst) herstellen van de draagkracht, controle en zelfstandigheid van de patiënt. Vanzelfsprekend kan psychologische begeleiding nooit de medische zorg vervangen. De klinisch psycholoog kan u, en/of uw partner, bijstaan in het omgaan met kanker en de gevolgen daarvan. Problemen waar de klinisch psycholoog zich vooral op richt zijn: depressieve gevoelens, angst, wanhoop of hulpeloosheid, negatief zelfbeeld of lichaamsbeeld, acceptatieproblemen, onderdrukken van emoties, ontkenning van de ziekte, lichamelijke beperkingen, vermoeidheid, pijn en sociale en relationele problemen. Begeleiding

door de klinisch psycholoog heeft weinig tot geen invloed op uw ziekteproces, maar kan wel een positieve bijdrage leveren aan hoe u omgaat met uw ziekteproces en aan uw psychisch welbevinden.

- **Geestelijk verzorger**

De diagnose kanker kan zeer ingrijpend zijn in iemands leven. Gedachten over het leven, relaties met anderen, het ouder worden en de dood hangen daar mee samen. Dit geldt ook voor zorgen over de toekomst, afhankelijkheid, verlies of de zin van het leven. Daarnaast kunnen ingrijpende keuzes die gemaakt moeten worden, zorgen voor verwarring. En ook problemen waar geen direct antwoord op mogelijk is vragen om aandacht. Zodat voor de verlichting van de draaglast bronnen van kracht en hoop gezocht kunnen worden. De geestelijk verzorgers bieden begeleiding, ongeacht geloofs- of levensopvatting en zijn bekend met religieuze rituelen.

- **Fysiotherapeut**

Voor problemen die te maken hebben met bewegen kunt u terecht bij de fysiotherapeut. Hierbij kunt u denken aan functiebeperkingen, vermoeidheid of een slechte conditie. De fysiotherapeut kan adviezen geven over het vaststellen van uw grenzen en het opbouwen van uw conditie. De fysiotherapeut begeleidt u bij het bewegen (oefenen en trainen). De duur, intensiteit en aard van de fysiotherapie behandeling is afhankelijk van uw doel, mogelijkheden en beperkingen.

- **Diëtist**

Een ziekte als kanker en de behandeling daarvan, kan veel van het lichaam vragen. Vaak is extra energie, vocht en voedingsstoffen nodig om u in een goede conditie te houden. Zowel voor, tijdens en na de behandeling kunt u terecht bij een diëtist. U kunt er terecht met vragen over verminderde eetlust, misselijkheid en braken, smaak- en geurverandering, slik en kauwproblemen, gewichtsveranderingen en stoelgangproblemen.

- **Transferverpleegkundige**

Als er praktische problemen ontstaan in de thuissituatie tijdens en /of na de behandeling, bespreekt de transferverpleegkundige met u en uw naasten wat u aan zorg nodig heeft of denkt nodig te hebben. De transferverpleegkundige kan de benodigde vergoedingen en/of

materialen via uw zorgverzekeraar regelen. Dat geldt ook voor het bestellen van benodigde verpleegartikelen voor thuis. Als thuiszorg niet mogelijk is, zoekt de transferverpleegkundige samen met u en uw naasten naar oplossingen.

- **Pijnverpleegkundige / pijnspecialist**

Een ziekte als kanker en de behandeling daarvan, kunnen pijnklachten veroorzaken. De pijn kan verschillende oorzaken hebben en daarom kan ook de behandeling op verschillende manieren plaatsvinden. Soms is hierbij de deskundigheid van een pijnspecialist nodig. Een pijnverpleegkundige werkt samen met pijnspecialisten, zoals anesthesiologen, op de pijnpolikliniek met als doel om de pijn te verminderen/hanteerbaar te maken.

Extern

- **Lymftherapeut**

Voor problemen die te maken hebben met oedeem kunt u terecht bij de lymftherapeut. Lymftherapie kan gegeven worden door een huidtherapeut of een fysiotherapeut. Beide met extra scholing 'lymfoedeem'. Lymfoedeem kan ontstaan na een operatieve behandeling van een kanker. De behandeling is voornamelijk gericht op het terugdringen of het niet doen toenemen van oedeem in bijvoorbeeld arm of been. Het doel is om het normaal functioneren van de ledematen zo goed mogelijk te herstellen met behulp van massagetechnieken en/of tapetechnieken en/of compressietechnieken.

- **Libra Oncologische revalidatie**

Kanker is een ingrijpende ziekte. Na de behandeling kunt u last hebben van allerlei fysieke en psychische klachten. Tijdens het oncologische revalidatieprogramma worden klachten bekeken en helpen u de draad weer op te pakken.

- **Fyneon Oncologische Fysiotherapie**

een netwerk van fysiotherapeuten, gespecialiseerd in de oncologie, die samen streven naar kwalitatief hoogwaardige zorg voor mensen met een oncologische aandoening en/of de gevolgen hiervan in alle fasen van deze ziekte.

- **Care for cancer**

Care for cancer biedt individuele ondersteuning aan mensen met

kanker. De care consultants zijn ervaren oncologieverpleegkundigen. Zij bezoeken patiënten thuis, beantwoorden vragen over de diagnose en de behandeling en geven praktische tips voor de thuis- en werksituatie.

Daarnaast geven zij voorlichting over aanvullende zorgmogelijkheden en verwijzen door naar andere instanties. De diensten van Care for cancer sluiten aan op de zorg van het ziekenhuis. Het doel is dat patiënten minder stress en onzekerheid ervaren en sterker staan in het ziekteproces. Care for cancer richt zich op patiënten, mantelzorgers en werkgevers.

- **Re-turn**

Programma: re-integratie en counseling

Als u herstelt van kanker of behandeld wordt tegen kanker, dan is aan het werk gaan een uitdaging. Het brengt u veel: werken biedt afleiding en financiële zekerheid, het verlegt uw focus van ziek naar beter en u doet weer mee met de maatschappij. Maar weer aan het werk gaan na kanker of tijdens de behandeling roept ook vragen op: hoe bouw ik op, hoeveel kan ik werken, kan ik dat (nog) wel aan en wanneer begin ik? Uw werkplezier terugvinden is een zaak van werknemer en werkgever samen. Re-turn ondersteunt patiënten en hun naasten met specialistisch advies en begeleiding. Voor meer informatie: www.re-turn.nl

- **Stap.nu**

Programma: re-integratie en counseling

Werken na kanker en persoonlijke begeleiding staan centraal bij stap.nu. Deze organisatie heeft coaches en ervaringsdeskundigen die gespecialiseerd zijn in begeleiding bij werkhervatting en re-integratie na kanker. stap.nu werkt vanuit een visie van denken in mogelijkheden en daarbij wordt vooral gekeken naar alles wat u nog wel kunt. Daarnaast helpt stap.nu u om stap voor stap vertrouwen te krijgen in een toekomst waarbij angsten en onzekerheden worden overwonnen. Voor meer informatie: www.stap.nu

- **Inloophuis 'de Eik'**

Het Inloophuis in Eindhoven is een laagdrempelige ontmoetingsplaats waar een luisterend oor geboden wordt aan mensen met kanker, hun naasten en (eventueel) hun nabestaanden. Het inloophuis is vijf dagen per week geopend voor mensen die

'gewoon' even binnen willen lopen. Voor meer informatie: www.inloophuis-de-eik.nl

- **Overige**

Gedurende uw ziekte en/of behandelperiode kunt u voor psychische of sociale ondersteuning ook contact opnemen met uw huisarts. Indien u wenst, bestaat de mogelijkheid om zelf contact op te nemen met een patiëntenvereniging of met lotgenoten. Hiervoor kunt u bellen naar de gratis KWF Kanker Infolijn 0800 0226622 of kijken op www.kwfkankerbestrijding.nl

Andere aanbevolen websites:

- www.kankerwiehelpt.nl
- www.kankerspoken.nl

Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Neem dan contact op met het Catharina Kanker Instituut.

Contactgegevens

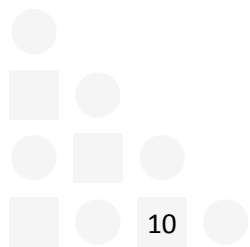
Catharina Ziekenhuis

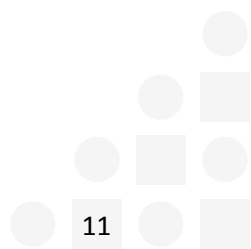
040 - 239 91 11

www.catharinaziekenhuis.nl

Catharina Kanker Instituut

040 - 239 66 22







Altijd als eerste op de hoogte?

Meld u dan aan voor onze nieuwsbrief:

www.catharinaziekenhuis.nl/nieuwsbrief

Michelangelolaan 2 – 5623 EJ Eindhoven
Postbus 1350 – 5602 ZA Eindhoven