



Financiële bijdrage

De sessies worden terugbetaald door het ziekenfonds met uitzondering van het officiële remgeld.

Aanmelding

Patiënten die menen voor dit programma in aanmerking te komen kunnen zich, na overleg met de behandelende arts, aanmelden bij de zorgcoördinator van de desbetreffende dienst of iemand van het oncorevalidatieteam.

Voor meer info kan u terecht op volgend nummer:
053 72 47 03 (Ellen Troch, Klinisch Psycholoog)

Het Oncorevalidatie team

Oncologisch Psychosociaal Support Team

Dr. Roelstraete, medisch coördinator
Ann Biebaut, sociaal verpleegkundige
Ellen Troch, klinisch psycholoog

Zorgcoördinatoren

Annelies De Grauwe (borstkliniek – gynaecologische oncologie)
Sarah Houtman (respiratoire oncologie)
Silvie Costers (digestieve oncologie)

Fysische Geneeskunde en Revalidatie

Dr. Vermeersch
Dr. Defrancq
Sandra De Wagter, kinesitherapeut
Sylvie Evenepoel, kinesitherapeut
Guy Persoons, kinesitherapeut



Oncorevalidatie

Een intensief revalidatie-
en herstelprogramma
na kankerbehandeling

OLV Ziekenhuis

Campus Aalst

www.olvz.be





Herstel na kankerbehandeling

Na behandeling voor kanker klaagt meer dan 70% van alle patiënten over uitgesproken vermoeidheid. Bij de helft kan deze maanden, zelfs jaren na het einde van de behandeling blijven aanslepen.

In tegenstelling tot de dagdagelijkse vermoeidheid is kanker gerelateerde vermoeidheid veel ernstiger, veel overweldigender en heeft zij ook een grotere impact op het fysieke, mentale en emotionele welbevinden. Zij verhindert in vele gevallen de normale activiteiten, werkhervatting, actieve sociale contacten,... Patiënten ervaren deze vermoeidheid als de "meest storende" bijwerking van kankerbehandeling en als een bijwerking die bovendien de levenskwaliteit drastisch beïnvloedt.

Extra rust alleen biedt bovendien weinig of geen soelaas. Hier kan enkel een uitgebalanceerd begeleidingsprogramma reïntegratie en herstel sterk bevorderen.

Fysieke training

Het Oncorevalidatieprogramma start op een vast tijdstip in het jaar en neemt 12 weken in beslag. Er wordt gewerkt in groepen van maximum 15 patiënten. Zo verloopt de medische begeleiding optimaal en blijft er toch voldoende ruimte voor ondersteuning door het groepsgebeuren.

De fysieke training wordt specifiek aangepast aan de doorgemaakte ingreep of behandeling.

1. Voorbereiding

Tijdens een verkennend gesprek met de klinisch psycholoog wordt de impact van de vermoeidheid op de dagelijkse activiteiten geëvalueerd en wordt gepeild naar de verwachtingen van de patiënt omtrent het revalidatieprogramma.

Door middel van een fietsproef, een EKG en een spirometrie wordt een bilan opgemaakt van de medische en fysieke conditie.

Het revalidatieteam neemt voor het opstarten van de sessies het volledig medisch en psycho-sociaal dossier van elke deelnemer door.

2. Infonamiddag

Het programma start met een infonamiddag voor de geselecteerde deelnemers. Tijdens die infonamiddag wordt het revalidatieprogramma toegelicht en wordt er kennis gemaakt met de andere deelnemers en de leden van het Oncorevalidatieteam.

3. Revalidatieprogramma

Er wordt tweemaal per week getraind op de dienst Fysiotherapie en Revalidatie. Ook buitenactiviteiten zijn mogelijk.

Er wordt van elke deelnemer een conditietest afgenomen en zo individueel een oefenprogramma opgesteld.

Eén dag in de week is vooral gericht op spierversterking, lenigheid en relaxatie. Op de andere dag spitst het programma zich toe op individuele conditietraining.

Levensstijlbegeleiding

Naast fysieke training wordt ook aandacht besteed aan 'levensstijlbegeleiding'. Er worden infosessies georganiseerd rond vermoeidheid, gezonde voeding, verantwoord trainen, omgaan met stress en verandering, reïntegratie in maatschappij, seksualiteit en intimiteit,...

De klinisch psycholoog blijft ook instaan voor begeleiding en evaluatie tijdens de revalidatie.