

Oro och tankar inför framtiden

- att drabbas av cancersjukdom och livet efteråt

Anna Kagelind

Kurator

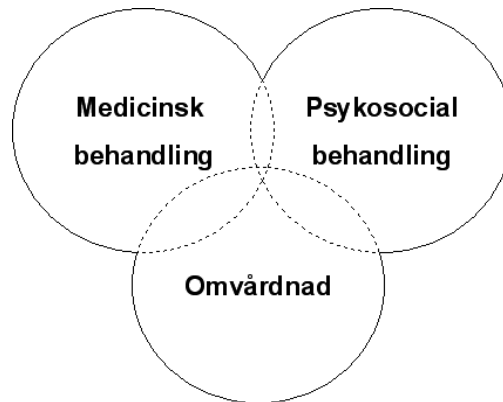
Kirurgiska kliniken

Universitetssjukhuset Örebro

2019-05-13

Presentationens upplägg

- Kurators del i teamarbetet
- Rehabilitering – Prehabilitering
- Patient och Närstående
- Kris
- Psykosociala aspekter som inverkar på livet som cancerpatient



Helhetssynen

Kunskap om hela patienten i dess sammanhang ger möjlighet till bästa omhändertagande.



Cancerrehabilitering Prehabilitering - Rehabilitering

”Cancerrehabilitering syftar till att förebygga och reducera fysiska, psykiska, sociala och existentiella följderna av cancersjukdom och dess behandling.

Rehabiliteringsinsatserna ska ge patienten och närstående stöd och förutsättningar att leva ett så bra liv som möjligt”

2019-02-05 Nationellt vårdprogram för Cancerrehabilitering, Kapitel 4.

Prehabilitering

Riktade insatser direkt efter diagnos fram till det att cancerbehandlingen inleds.

”Det handlar bland annat om hjälp att sluta röka, råd om fysisk aktivitet, kost och näring. Men det är inte minst stöd i ett psykologiskt och socialt perspektiv till patient och närstående. Perioden innan cancerbehandlingen kommer igång är en tid med många frågor, farhågor och oro. Kurator bör ingå i alla cancerbehandlande team, och kontakt kan vara viktig redan i ett tidigt skede.”

2019-02-05 Nationellt vårdprogram för Cancerrehabilitering, Kapitel 9.

Rehabilitering

”När cancerbehandlingen är avslutad och kontakten med cancervården utgörs av kontroller ska cancerrehabiliteringen utgöras av egenvård.”

”För att kunna uppnå egenvård måste sjukvården ge patienten god muntlig och skriftlig information om de behandlingar som patienten fått och vad hen ska tänka på för att allt ska fungera och livet gå vidare så väl som möjligt.”

2019-02-05 Nationellt vårdprogram för Cancerrehabilitering

Patienten - Närstående



- **Patienten:**
 - Den personen som söker vård – som vi möter först
 - Den som bär på symptomet och är fokus för den medicinska behandlingen
- **Närstående:**
 - Även ”drabbade” – lättare om man delar
- *Barn som närstående.* Januari 2010 -, HSL 5 kap.7§.

Ett barns behov av information, råd och stöd ska särskilt beaktas om barnets förälder eller någon annan vuxen som barnet varaktigt bor tillsammans med: 2. har en allvarlig fysisk sjukdom eller skada

Diagnos: Cancer

Att drabbas av en cancersjukdom innebär inte att man befinner sig i en enda statisk känsla!

- Kaos - Stress
- Ovisshet
- Otrygghet
- Egen dödlighet
- Förlora kontrollen



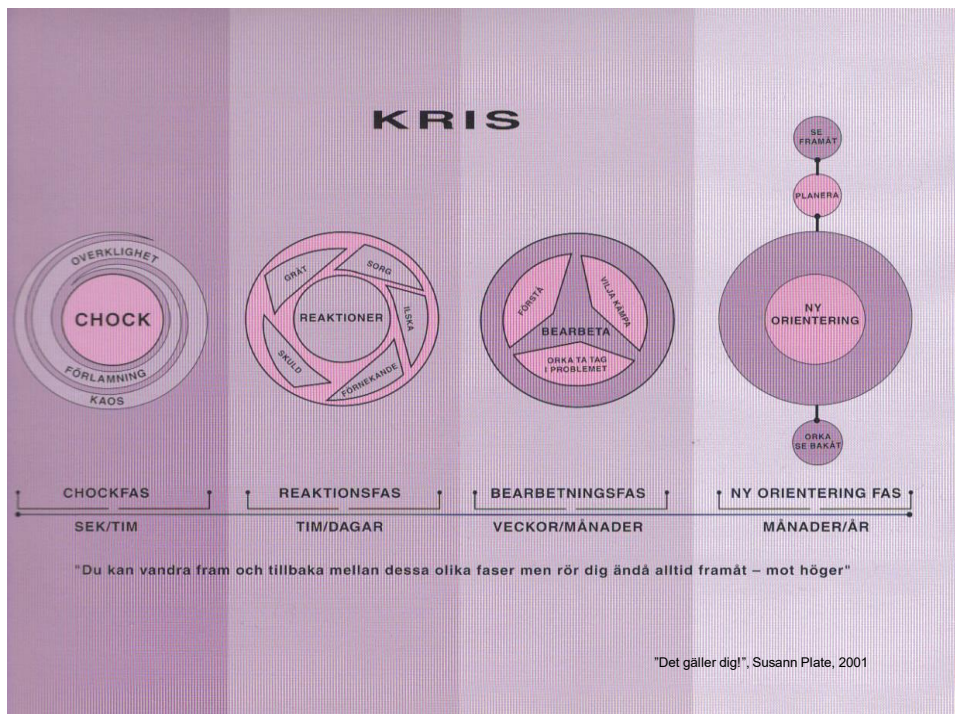
Kris

”Att vara i en situation där ingen tidigare upplevelse eller något man lärt är tillräckligt för att klara av den nuvarande situationen”

Johan Cullberg, Professor i psykiatri

- Kris fr grekiskan *kri'sis*: 'söndring', 'avgörande', 'dom',
(Nationalencyklopedin)
- En situation där människan saknar "verktygen" för att lösa problemet!
- Hotar individens hela existens, identitet och trygghet





Bearbetningsfasen

- Börjar acceptera det som hänt och börjar lära sig leva med det. Orienterar sig i nuet
- Kan börja se framåt igen och kan tänka på andra saker än det som orsakade krisen.
- Känna igen sig själv och bli förvånad
- Känslofyllt



Nyorienteringsfasen

- Den förändrade tillvaron. En vardag som kanske inte är som man vill ha den men en vardag som accepteras.
- Ser framtiden
- Vissa erfarenheter kanske ger en ny riktning i livet.



Psykosocialaspekter vid cancersjukdom och framtiden

- Familj och vänner
- Livskvalitet
- Förändrad identitet
- Sexualitet
- Arbete
- Ekonomi

Familj och vänner

- Familjerelationer
- Vänskapsrelationer
- Kan man prata med varandra sedan tidigare?
- Hur vill vi att andra skall se på oss?



Livskvalitet

- Sociala livet
- Fysiska funktionen försämras
- Nutrition – aptit, sväljningssvårigheter, illamående
- Smärta
- Sömn
- Psykiska och emotionella förändringar.
Ex. ångest och depressioner.
- Förändrad syn på livet
- Existentiella frågor



Förändrad identitet

- Inte alla!
- Våga och kunna planera för framtiden
- Inom vården – inte vara patient
- Försämrade kroppsuppfattning
- Utseendet ex. hårfall
- Minne
- Koncentration



Sexualitet

- Sexualitet är ett grundläggande behov hos oss människor.
- Närhet
- Beröring
- Att finnas till, kramas
- Stress
- Förändringar i den sexuella funktionen
- Känner inte igen sin kropp. Vem är jag, min kropp, ärr, vikt



Arbetet

- Inte kunna arbeta även om man vill
- Komma utanför den sociala gemenskapen på arbetet. Vad säger de på jobbet?
- Vem har gjort/gör mina arbetsuppgifter?



Ekonomi

- Ökade kostnader för sjukvård, sjukresor, mediciner, kläder, mat etc.
- Sjukskrivning/sjukersättning
- Privata försäkringar
- Försäkringskassan.
Ex. Särskilt tandvårdsstöd, Merkostnadsersättning
- Närståendepenning
- Cancerfonder
- Rehabiliteringskoordinator
- Försörjningsstöd



Vad kan vara till hjälp för att lättare hantera sjukdomen och livet efter sjukdom?

- Samtal
- Socialt och emotionellt stöd
- Närstående
- Kommunikation

- Patientföreningar – ex. Palema
- Patientgrupper
- Närståendegrupper
- Anhörigcentrum

Sammanfattning

Att drabbas av en cancersjukdom är en omtumlande och krisartad händelse för drabbade och deras närstående.

Krisförlopp kan se olika ut och ett teamomhändertagande med helhetssyn redan från "cancerresans" början gör att sjukdomen och livet efter behandlingar lättare kan hanteras.

Ta hjälp om den psykosociala situationen inte kan hanteras på egen hand.

Tack för uppmärksamheten!

