



Fysiotherapie Cuijk Centrum

Daniëlle Busch

St. Annastraat 1 5431 BE Cuijk Telefoon 0485 - 313205
info@fysiotherapiecuijk.nl www.fysiotherapiecuijk.nl

Oncologisch revalidatie en psychosociale nazorg programma

“Op weg naar Balans”



Life crystal

psychosociale begeleiding
voor mensen met kanker

Oncologisch revalidatieprogramma

Het aantal mensen dat leeft met kanker en de gevolgen daarvan, neemt voortdurend toe en de gevolgen van de ziekte kunnen ingrijpend zijn. Een goed herstel en een optimale kwaliteit van leven is erg belangrijk en oncologische revalidatie kan u helpen om zowel fysiek, psychosociaal als emotioneel weer in balans te komen.

Voor, tijdens en na afloop van de medische behandelingen in het ziekenhuis is het mogelijk om oncologische revalidatie te volgen. Het programma is een op maat gerichte revalidatie, afgestemd op wat u wel of niet kan en op de (rest) klachten.

Restklachten na de kankerbehandeling kunnen zijn:

- Vermoeidheid (komt voor bij meer dan 50% van de behandelde kankerpatiënten)
- Depressieve gevoelens (30 tot 50%)
- Langdurige klachten (15%)
- Niet meer kunnen werken (meer dan 30%)
- Klachten op seksueel gebied (meer dan 50%)

Deze klachten kunnen u behoorlijk hinderen in uw dagelijks functioneren. Van uw persoonlijke verzorging tot het huishouden doen, sporten, uitgaan of werken. Oncologische revalidatie is gericht op het verbeteren van het functioneren en de kwaliteit van leven. Binnen het programma worden fysieke, psychische en sociale doelen gerealiseerd.

Fysieke doelstellingen kunnen zijn:

Het leren (h)erkennen en ervaren van eigen grenzen en mogelijkheden.
Het leren omgaan met, verminderen of voorkomen van beperkingen zoals vermoeidheid, angst voor bewegen en eventueel lymfoedeem.
Het verbeteren van de kracht en de conditie.
Het verhogen van het zelfvertrouwen bij bewegen.
Het leren omgaan met beperkingen zowel in de thuissituatie als daarbuiten.
Het hervatten van sport- en beweegactiviteiten.
Optimaliseren van het inspanningsvermogen om het gewenst activiteitsniveau te bereiken.

Psychische doelstellingen kunnen zijn:

Cognitief: verwerven van inzicht in de factoren die een rol spelen bij de ziekte kanker en de gevolgen daarvan. Het verwerken en leren omgaan met veranderingen.
Emotioneel: verbeteren van het emotionele functioneren. Het leren omgaan met verdriet, boosheid of angst.
Gedragsmatig: op een functionele manier leren omgaan met de ziekte kanker en de gevolgen daarvan. Communiceren en contact maken.



Sociale doelstellingen kunnen zijn:

Herwinnen van het emotioneel evenwicht binnen de relatie en de sociale omgeving. Optimaal hervatten van werk of huishoudelijke taken, vrijetijdsbesteding, rol in het gezin en sociale relaties.

Informatie programma

Het is mogelijk om alleen het psychosociale of het bewegingsgedeelte te volgen.

Bewegingsgedeelte:

Doorlopend jaarprogramma: u kunt op elk moment instromen.
Begeleiding: fysiotherapeuten van Fysiotherapie Cuijk Centrum.
Frequentie: 2x per week individueel of in groepsverband.

Voorafgaande aan het programma vindt er een intake plaats door de fysiotherapeut. Tijdens en na het programma vinden er evaluaties plaats.

De meeste zorgverzekeraars vergoeden uit de basis- of de aanvullende verzekering. Informatie over het bewegingsgedeelte:
Fysiotherapie Cuijk centrum tel. 0485 -313205 of info@fysiotherapiecuijk.nl

Psychosociale gedeelte:

Het programma bestaat uit acht groepsbijeenkomsten van 2 uur.
Begeleiding: oncologisch counselor.
Frequentie 1 keer per week op maandagochtend van 9.30 tot 11.30 uur.
Individuele begeleiding behoort tot de mogelijkheden.

Voorafgaand aan het programma wordt er een intakegesprek gepland. Tijdens en na het programma vinden er evaluaties plaats.

Er starten drie groepen per jaar in januari, april en september.

De kosten voor de psychosociale bijeenkomsten worden door de meeste zorgverzekeraars vergoed uit de aanvullende verzekering.
Informatie over het psychosociale gedeelte:
Marijke Verhoeven, oncologisch counselor,
tel. 06-15614167 of lifecrystal@mvlc.nl



Locatie:

Fysiotherapie Cuijk Centrum,
gevestigd in Laco Sportcentrum Cuijk,
St Annastraat 1 Cuijk.

Aanmelden:

Fysiotherapie Cuijk Centrum
tel. 0485 -313205 of info@fysiotherapiecuijk.nl

**Fysiotherapie
Cuijk Centrum**

Daniëlle Busch

St. Annastraat 1 5431 BE Cuijk Telefoon 0485 - 313205
info@fysiotherapiecuijk.nl www.fysiotherapiecuijk.nl



Life crystal

psychosociale begeleiding
voor mensen met kanker