

de **fysioo**
fysiotherapie

fysiotherapie oncologie

www.defysioo.nl

Fysiotherapie en Oncologie

Als u behandeld bent in verband met oncologische klachten kan het zijn dat u restverschijnselen aan de behandeling hebt overgehouden. Denk hierbij aan lichamelijke problemen door operaties, radiotherapie en/of chemotherapie.

Vaak zijn er ook algemene klachten, zoals pijn, vermoeidheid, problemen met het uitvoeren van de dagelijkse bezigheden, een veranderd lichaamsbeeld of verminderde belastbaarheid.

Wat is revalidatie bij kanker?

Revalideren bij kanker noemen we ook wel 'oncologische revalidatie'. Er zijn allerlei combinaties mogelijk:

- U wordt begeleid door een fysiotherapeut met specifieke deskundigheid op het gebied van kanker. Een trainingsprogramma is vaak een combinatie van kracht- en conditietraining.

Welke revalidatiemogelijkheden zijn er?

- **Revalideren tijdens de behandeling:** Revalidatie zorgt ervoor dat u zo weinig mogelijke last heeft van de behandeling voor kanker. Door regelmatig te bewegen blijft u beter in conditie en heeft u minder last van vermoeidheid.
- **Revalidatie na afloop:** Na de behandeling kunt u bij ons aan speciale revalidatieprogramma werken

- **Revalideren als u niet meer kunt genezen:**

Als u niet meer kunt genezen van kanker, noemen we dat de palliatieve fase. In deze fase draagt revalidatie eraan bij dat u zich zo goed mogelijk voelt. De revalidatie is er op gericht om klachten te voorkomen of te verminderen. Zo kunt u zo veel mogelijk blijven doen wat u gewend bent.

Hoe ziet de fysiotherapeutische behandeling eruit?

De individuele behandelingen/trainingen zullen geheel afgestemd worden op de resultaten uit de uitgebreide intake en het lichamelijke onderzoek, de voorkeuren en persoonlijke doelen van de patiënt. Het is mogelijk om in groepsverband te trainen.

Er wordt in de behandeling onder andere gebruik gemaakt van oefeningen gericht op de algehele fitheid/conditie en uithoudingsvermogen. Ook de dagelijkse activiteiten die voor u lastig zijn, komen aan bod. De nadruk ligt op het in kunnen passen van lichamelijke activiteiten in het dagelijks leven.

Zodra de behandeldoelen behaald zijn, sluit de fysiotherapeut het behandeltraject af.

Dit gebeurt pas als u de oefeningen zelfstandig uit kunt voeren én de actieve leefstijl zelf kunt onderhouden.

Heeft revalidatie zin voor mij?

Fysiotherapie en met name bewegen heeft een positieve invloed op kwaliteit van leven, pijn, vermoeidheid, herstel van belastbaarheid en eventueel terugkeer in het arbeidsproces.

Positieve effecten op de kwaliteit van leven van een actieve leefstijl zijn aangetoond; het draagt bij aan de overlevingskans en het kan een aantal risicofactoren voor (het terugkeren van) kanker verminderen. Ook vermindert het risico op andere chronische aandoeningen, zoals hart- en vaatziekten. Bovendien voelt u zich fitter, waardoor uw kwaliteit van leven verbetert!

Heeft u klachten of wilt u klachten voorkomen, dan is revalidatie zinvol. Zowel tijdens de behandeling als daarna. Mensen die behandeld zijn voor kanker zijn gebaat bij het herwinnen en onderhouden van een actieve leefstijl.

Verder kunnen we u adviseren contact op te nemen met een van onze collega's;

- Een diëtiste geeft u voedingstips om weer op krachten te komen.
- Indien u problemen heeft met de afvoer van vocht, als gevolg van de oncologische behandeling, kunnen we een consult aanvragen bij de oedeemtherapeute. Zij zal samen met u kijken wat de mogelijkheden zijn.
- Praten met een psycholoog is soms een goed idee. Als u psychisch meer

weerstand opbouwt, kunt u het dagelijkse leven beter aan. Ook als u heel erg vermoeid blijft, helpen zij u verder.

Binnen onze praktijk werken deze disciplines nauw samen om u zo goed mogelijk te begeleiden.

Betaalt mijn zorgverzekeraar de kosten voor revalidatie?

Vaak worden de kosten van revalidatie geheel of gedeeltelijk vergoed via uw ziektekostenverzekering. Dit is afhankelijk van uw aanvullende verzekering. Als u wilt weten of u hiervoor in aanmerking komt, kunt u contact opnemen met ons. Als het niet vergoed wordt, betekent dit niet dat u niet deel kunt nemen aan het programma, alleen moet u het dan zelf bekostigen.

Voor meer informatie kunt ons bereiken op de volgende adressen:

locatie ROC
campusbaan 6
6512 bt Nijmegen
06 319 315 31
roc@defysioo.nl

locatie toorop
tooropstraat 131
6521 nk Nijmegen
024 323 37 88
toorop@defysioo.nl

locatie willemsweg
willemsweg 18
6531 dl Nijmegen
024 350 34 30
willemsweg@defysioo.nl

locatie aalsterveld
zonnebloemveld 1
6641 ta Beuningen
024 675 01 37
aalsterveld@defysioo.nl

www.defysioo.nl