



# **Oncologische Revalidatie**



## **Herstellen na kanker**

Uw primaire behandelingen in het ziekenhuis zijn achter de rug en u probeert de draad van uw leven weer op te pakken. Dat blijkt niet altijd mee te vallen.

Libra R&A heeft in samenwerking met het Catharinaziekenhuis Eindhoven en het Elisabeth-Tweesteden ziekenhuis Tilburg een oncologisch revalidatieprogramma opgesteld.

In deze folder informeren we u graag voor wie dit programma is, waarom het nuttig is, wat het programma inhoudt en hoe u zich kunt aanmelden.

## **Voor wie is oncologische revalidatie?**

Het oncologische revalidatieprogramma is voor mensen ouder dan 18 jaar, waarbij de primaire behandeling tegen kanker is afgerond en er een goede kans op herstel is.

Om het programma te kunnen volgen is het belangrijk dat u zich redelijk kunt bewegen en uw conditie dusdanig is, dat u fitnessoefeningen kunt doen.

Het deelnemen in groepsverband mag voor u ook geen probleem zijn.


## **Waarom oncologische revalidatie?**

Kanker is een ingrijpende ziekte die uw leven fors overhoop kan halen.

Het blijkt niet altijd mee te vallen om na de primaire behandeling de draad weer op te pakken.

Klachten als vermoeidheid, innerlijke onrust, verminderde conditie of problemen bij het hervatten van het werk kunnen u behoorlijk beperken in uw dagelijks functioneren.

Revalideren na kanker, ofwel oncologische revalidatie, kan u daarbij helpen.



Uit onderzoek blijkt dat mensen die een oncologisch revalidatieprogramma hebben gevolgd beter herstellen en zich fitter voelen dan mensen die niet hebben deelgenomen aan het programma.

In hoeverre dat voor u geldt hangt af van uw persoonlijke situatie. De meeste deelnemers hebben minder last van angst, zijn opgewekter en geven aan dat de kwaliteit van leven is verbeterd.

## **Het programma**

U krijgt een programma op maat, uitgaande van uw eigen mogelijkheden en uw eigen hulpvraag.

Het programma bestaat uit verschillende modules en is gericht op zowel lichamelijke, emotionele als sociale doelen, die u samen met de revalidatiearts opstelt.

Er wordt veelal in groepen gewerkt van maximaal 12 deelnemers. Het programma duurt 12 weken, verdeeld over drie dagdelen per week.

U gaat aan de slag met lichamelijke training waaronder fitness, zwemmen, sport en spel en ontspanning.

Naast het fysieke deel is er aandacht voor uw psycho-sociale situatie, zoals verwerking, omgaan met stress, communicatie met uw omgeving, energieverdeling, weer aan het werk gaan en voeding.

Samen met lotgenoten vindt u op deze manier een nieuw evenwicht.

Ook is er een bijeenkomst voor direct betrokkenen zoals partner, kinderen of familieleden. Behalve het krijgen en geven van informatie, kunnen ervaringen worden gedeeld met betrekking tot herstel na kanker.



## **Multidisciplinaire aanpak**

Wij werken met multidisciplinaire teams.

Dat betekent dat de samenstelling van uw behandelteam afgestemd is op uw situatie, wensen en doelstellingen.

Het behandelteam kan uit verschillende professionals bestaan, zoals een fysiotherapeut, bewegingsagoog, ergotherapeut, psycholoog of maatschappelijk werker.

Zij hebben intensief contact met elkaar, waardoor ze u optimaal kunnen begeleiden.

Bij problemen op het gebied van arbeid kan, in overleg, Libra Arbeidsexpertise ingeschakeld worden. Zij hebben kennis en jarenlange ervaring op het gebied van werk en re-integratie. Uw behandelteam wordt geleid door een revalidatiearts of physician assistant.

## **Verwijzing**

U kunt naar ons doorverwezen worden door uw behandelend specialist, oncologisch verpleegkundige (in overleg met uw behandelend specialist), de revalidatiearts, bedrijfsarts of de huisarts. Na beoordeling van de verwijzing ontvangt u van ons een uitnodiging voor een intakegesprek.

## **Het intakegesprek**

Tijdens het intakegesprek met de revalidatiearts of physician assistant wordt bekeken of u voor deelname aan het programma in aanmerking komt.

Zo ja, dan kijken we welk behandelprogramma het best aansluit bij uw behoeften en mogelijkheden.

## **Vergoeding**

De kosten voor oncologische revalidatie worden in principe vergoed vanuit de basisverzekering.

Om eventuele misverstanden te voorkomen, raden we u aan bij uw zorgverzekeraar te informeren.

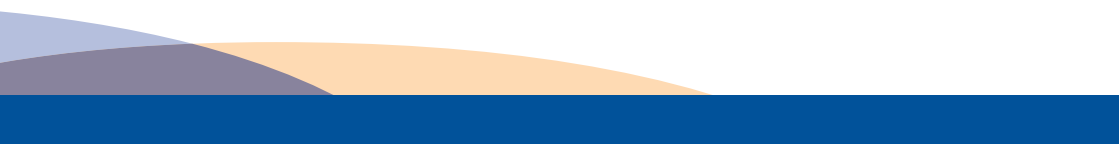
## **Meer informatie of vragen?**

Voor medische vragen kunt u het best terecht bij uw behandelend specialist.

Meer informatie over het revalidatieprogramma of over ons centrum vindt u op de website [www.libranet.nl](http://www.libranet.nl)







LRA-REV, juni 2019 - juni 2020



T 088 - 31 32 000  
W [www.libranet.nl](http://www.libranet.nl)

**Locatie Blixembosch**

Toledolaan 2  
5629 CC Eindhoven  
E [blixembosch@libranet.nl](mailto:blixembosch@libranet.nl)

**Locatie Weert**

p/a Zorgcentrum St. Martinus  
Vogelsbleek 1, ingang Boerhaavestraat  
6001 BE Weert  
E [weert@libranet.nl](mailto:weert@libranet.nl)

**Locatie Leijpark**

Prof. Stoltehof 3  
5022 KE Tilburg  
E [leijpark@libranet.nl](mailto:leijpark@libranet.nl)

