

P<sub>1</sub> 12<sup>e</sup> nieuwsbrief!

P<sub>1</sub> Voorstellen

P<sub>1</sub> Scholing

P<sub>2</sub> Ergotherapie & Kanker

P<sub>3</sub> Nieuw en onbekend

P<sub>4</sub> Nieuws uit de praktijk

## Meer Info

### 12e Nieuwsbrief; Meer Info

In deze twaalfde nieuwsbrief wordt aandacht besteed aan de steeds belangrijker wordende groep, namelijk oncologiepatiënten. In het kader hiervan komen o.a. aan de orde:

*Ergotherapie & Kanker – Wat komen wij tegen en kunnen wij betekenen.* Hierin schetsen wij een beeld van de toegevoegde waarde van ergotherapie voor deze doelgroep. Aangezien de ergotherapeutische behandeling wordt afgestemd op de specifieke situatie en zorgvraag van de cliënt geven wij een algemene indruk.

*Nieuw en onbekend – Starlock.* Een nieuwe revolutionaire technologie op het gebied van anti-decubitusmateriaal. De eigenschappen en voordelen hiervan worden uiteengezet.

*Kort nieuws uit de praktijk – OncoFit.* Het belang van het ondersteunen van oncologiepatiënten tijdens en na behandeling wordt binnen de gezondheidszorg steeds meer ingezien. In het kader hiervan heeft FysioHoofddorp OncoFit opgestart. OncoFit is gericht op begeleiding tijdens of na kanker. Hierbij wordt samengewerkt met verschillende disciplines waaronder Meer Ergo.

Maar wij beginnen met:

*Voorstellen* - Sinds februari is er een nieuwe stagiair. Zij stelt zich aan u voor.

*Scholing*- Selma heeft deelgenomen aan een waarbij de begeleiding en ondersteuning van oncologiepatiënten centraal staat.

*Mocht u de nieuwsbrief per mail willen ontvangen, meldt u aan via [info@meerergo.nl](mailto:info@meerergo.nl)*

### **Voorstellen;** Mineke

Ik ben Mineke Goudswaard, 21 jaar en vanaf februari 2009 de nieuwe stagiaire in praktijk Meer Ergo. Na stages te hebben gelopen in verpleeghuizen wilde ik graag mijn ergotherapiehorizon verbreden door een stage in de eerste lijn.

Ergotherapie in de eigen omgeving van de cliënt (thuis, het werk) spreekt mij erg aan, omdat deze omgeving zo belangrijk en vertrouwd is voor de cliënt. Wat ook leuk is, is de diversiteit aan hulpvragen, ziektebeelden en leeftijden van de cliënten waar ik in deze stage mee te maken krijg.

Ik verwacht dat dit een heel leerzame periode voor mij wordt en hoop op een prettige samenwerking met andere disciplines.



### **Scholing;** *communicatie met en begeleiding van oncologiepatiënten.*

Tijdens deze training wordt inzicht gegeven in psychosociale zorg aan oncologiepatiënten. Daarnaast wordt er gewerkt aan het verder ontwikkelen van communicatieve vaardigheden om effectief te kunnen schakelen in oncologische situaties. Er is aandacht voor het gebruiken van verschillende interactiestijlen en het herkennen van en het omgaan met diverse copingstijlen die een oncologiepatiënt kan gebruiken om met zijn probleemsituatie om te gaan.

Deze training mag dan toegespitst zijn op oncologiepatiënten, maar is net zo goed toe te passen op patiënten met een andere zorgvraag. De cursus is gegeven door Vestalia.

**Ergotherapie & Kanker;** *Wat komen wij tegen en kunnen wij betekenen.*

In de westerse wereld is kanker een ziektebeeld dat in toenemende mate voorkomt. In Nederland krijgen bijna 4 op de 10 mannen en ruim 3 op de 10 vrouwen in de loop van hun leven kanker. De meeste vormen van kanker komen echter bij oudere mensen voor. De meest voorkomende vormen van kanker zijn borstkanker, darmkanker, longkanker, prostaatkanker en huidkanker.

Oorzaken van kanker kunnen in de erfelijke aanleg liggen (zoals bij borstkanker, darmkanker), door de leefstijl (roken, drinken, het eetpatroon) of door blootstelling aan bepaalde chemische stoffen. De toename van het aantal kankergevallen wordt waarschijnlijk veroorzaakt door een combinatie van verhoogde en langdurige blootstelling aan kankerverwekkende stoffen en een verzwakking van het immuunsysteem van het lichaam in combinatie met een langere levensduur

Kanker is samen met hart –en vaatziekte de meest voorkomende doodsoorzaak in Nederland.

De behandeling van kanker kan bestaan uit een operatie of bestraling vaak in combinatie met chemotherapie. Als genezing niet mogelijk is, kunnen de symptomen palliatief worden behandeld, waardoor men probeert de kwaliteit van leven te verbeteren en de levensduur te verlengen.

De ergotherapie kan in ieder stadium van kanker ondersteuning bieden aan de cliënt. Tijdens de behandel- en herstelfase worden cliënten vaak geconfronteerd met vermoeidheidsklachten, bewegingsbeperkingen en pijn waardoor zij belemmerd worden bij het uitvoeren van hun rollen en taken in het dagelijks leven. Samen met de cliënt wordt er gewerkt aan de activiteiten die zij hiervoor uit willen of moeten voeren. Zo kan een activiteit anders uitgevoerd worden, waardoor het minder energie kost of fysiek minder belastend is. Ook kan er gekeken worden naar de indeling van activiteiten per dag of per week zodat er inzicht ontstaat in de balans tussen de energie die nodig is en de energie die aanwezig is. Ook voor pijn geldt dat het anders uitvoeren van een activiteit of het aantal activiteiten op een dag te beperken kan de hoeveelheid pijn worden gereduceerd. Uiteraard zal de pijn niet helemaal weggenomen worden en zal de cliënt hierdoor niet ineens veel energie extra krijgen, maar er zal een betere balans ontstaan waardoor de kwaliteit van leven zal verbeteren.

Als na behandeling blijkt dat iemand niet zal genezen kan er ook het gebied van palliatieve zorg veel ondersteuning geboden worden. Het bieden van comfort en het voorkomen van extra complicaties zoals de vorming van decubitus is in deze fase heel belangrijk. De ergotherapie kan middelen zoals speciale kussens, matrassen, een speciale rolstoel, bedden en andere ondersteunende voorzieningen aanvragen en inzetten. Daarnaast kunnen ook aanpassingen in de (woon)omgeving geadviseerd worden om het handelen van de cliënt en eventuele (mantel)zorg te verlichten. Want ook voor de (mantel)zorg kan advies en ondersteuning worden geboden om hun taak als verzorgende of begeleider te vergemakkelijken.

### Nieuw en onbekend; Starlock.

Het StarLock zitkussen is een kussen met luchtcellen dat zitcomfort biedt voor mensen met (een verhoogd risico op) decubitus. Het kussen kan zowel preventief als curatief ingezet worden. Langdurig zitten en de zwakkere weerstand zijn factoren die de kans op decubitus immers verhogen. In tegenstelling tot andere antidecubituskussens met luchtcellen, kunnen de luchtcellen van het StarLock kussen elk worden vergrendeld (het Cell Lock systeem). Het voordeel hiervan is dat een op de persoon afgestemde orthesevorm kan worden ingesteld die zijn vorm na vergrendeling van de luchtcellen behoudt. Hierdoor zorgt het StarLock kussen niet alleen voor drukverdeling op maat, maar ook voor een stabiel zitvlak met minder schuifkrachten. Voor het eerst wordt hiermee het nadeel van instabiliteit en schuifkrachten bij het traditionele luchtcelkussen weggenomen. Doordat de luchtkamers afzonderlijk kunnen worden ingesteld, kan de druk op het raakvlak van decubitusgevoelige plekken ook volledig worden weggehaald, zonder het nadelige 'windring-effect'.

Het StarLock kussen heeft dus grote voordelen ten opzichte van andere luchtcelkussens en het wisseldruksysteem, waarbij geen vaste vorm instelbaar is en de schuifkrachten niet weggenomen worden.

De gele kussentjes op de afbeelding (de luchtcellen) zijn gevuld met lucht en staan in verbinding met elkaar, zodat de lucht van de ene naar de andere cel kan verplaatsen. Als een persoon op het kussen gaat zitten past de vorm van het kussen zich aan. De hoeveelheid lucht in het kussen moet bepaald worden aan de hand van de afstand tussen de tubera en het zitvlak. Na de vorm te hebben bepaald en de lucht in eventuele cellen extra te verminderen in verband met gevoelige plekken, kan men de vorm vergrendelen. Dit doet men d.m.v. het pompje. Tussen de luchtcellen bevinden zich kleine ronde luchtcelletjes die niet met de grote cellen, maar wel met elkaar in verbinding staan. Als deze opgeblazen worden sluiten zij de luchtkanalen

tussen de gele luchtcellen af en worden deze vergrendeld. Het kussen behoudt zijn vorm en biedt de gebruiker een stabiele zitpositie met minder schuifkrachten. Het kussen is geschikt voor patiënten met decubitus tot en met graad IV.

Het StarLock kussen is in drie hoogtematen verkrijgbaar. Ook zijn matrassen en rugleuningen met dit systeem verkrijgbaar. In principe kan alles op maat worden gemaakt.



## Colofon

Maart 2009

Meer Info is in eigen beheer uitgegeven door Meer Ergo.

Voor informatie of downloaden kijk op [www.meerergo.nl](http://www.meerergo.nl)

Redactie / productie  
Selma Humblet  
Michelle van Berkel

Bijdrage van:  
Mineke Goudswaard

Taniaburg 36 A  
2135 BX Hoofddorp  
Tel: 023-5627250  
Fax: 023-5627350  
[info@meerergo.nl](mailto:info@meerergo.nl)  
[www.meerergo.nl](http://www.meerergo.nl)

Aan deze inhoud kunnen geen rechten worden ontleent. Ondanks de uiterste zorgvuldigheid, is Meer Ergo niet aansprakelijk voor fouten, noch voor de inhoud van teksten en de daaruit vloeiende feiten, omstandigheden en gevolgen. Overname van teksten is uitsluitend toegestaan na toestemming redactie.

### **Kort nieuws uit de praktijk; Oncofit.**

Oncofit is een bewegingsprogramma voor oncologiepatiënten dat wordt aangeboden door de fysiotherapeuten van praktijk Fysio Hoofddorp. In een interview vertellen zij meer over dit programma:

#### *Hoe is het idee achter Oncofit ontstaan?*

Kanker is een veel voorkomende ziekte en het aantal oncologiepatiënten neemt gestaag toe. Zo biedt bv het Spaarne Ziekenhuis in Hoofddorp een trainingsprogramma voor oncologiepatiënten, die een chemokuur en/of bestraling achter de rug hebben. Dit trainingsprogramma heeft echter een standaard duur. In de periode hierna kunnen deze patiënten bij ons terecht zodat zij er in het vervolg niet alleen voor staan. Zij kunnen zo lang deelnemen aan Oncofit als zij willen. In deze regio zijn wij de enige fysiotherapiepraktijk die een dergelijk programma biedt. De doelen van Oncofit zijn:

- het verbeteren van de lichamelijke conditie; -omgaan met de huidige energie;
- leren grenzen te (ver)leggen; - meer zelfvertrouwen te krijgen;
- lymfoedeem te verminderen.

Het belang van trainen onder deskundige begeleiding van een fysiotherapeut is dat de oncologiepatiënt op een verantwoorde manier leert en ontdekt wat hij kan en waar zijn grenzen liggen. Het trainingsprogramma wordt persoonlijk opgesteld. Het is daarom belangrijk dat er een uitgebreide intake wordt afgenomen. Men kan één op één trainen of in groepen van max. 8 á 9 personen. Ook dit wordt individueel bepaald.

#### *Richt Oncofit zich op alle oncologiepatiënten?*

Het programma is er voor patiënten met alle mogelijke vormen van kanker die een chemokuur of andere behandeling achter de rug hebben. Zij bevinden zich veelal in een herstelfase. In onderzoeken is bewezen dat een persoonlijk opgesteld bewegingsprogramma een positief effect heeft op het herstel van de oncologiepatiënt. Het is dus een evidence based vorm van behandelen.



Soms hebben wij patiënten die zich nog in een chemokuur bevinden. Dit is ook mogelijk. Dit alles in overleg met de specialist.

#### *Hoe kunnen geïnteresseerden bij jullie terecht komen?*

Geïnteresseerden kunnen zich direct bij ons aanmelden, ze kunnen ook doorverwezen worden door andere disciplines. Daarom is het belangrijk dat andere behandelaars (huisarts, ergotherapeut etc.) weten dat wij dit programma bieden en patiënten eventueel hierop attent kunnen maken.

Door een samenwerking met andere disciplines zoals een oncologisch verpleegkundige, de diëtiste, psycholoog, maatschappelijk werker en Meer Ergo kan de patiënt ook op andere gebieden ondersteuning te krijgen.