

PATIENTINFORMATION: REHABILITERING

Insjuknande i cancer eller blodsjukdom och de behandlingar som det medför, inverkar på många sätt i ditt liv. Alla behöver råd och stöd, så att återhämtningen kommer igång. Behovet av stöd (dess mängd och tid) under behandlingen varierar från person till person. Behovet av rehabilitering bedöms på cancer- och hematologiska polikliniken tillsammans med socialarbetare och fysioterapeut. För de patienter som är i arbetslivet önskas ofta en bedömning av arbetshälsovårdens läkare. Även FPA kan utvärdera olika former av rehabilitering.

Olika typer av **anpassningskurser och stödgrupper** kan hjälpa dig att bearbeta och acceptera din sjukdom.

Planering av **medicinsk rehabilitering** och dess tjänster hör till den offentliga sektorn och arbetshälsovården. Som medicinsk rehabilitering ges bland annat fysio-, arbets- och talterapi. T.ex. patienter med hjärntumörer kan behöva neuropsykologisk rehabilitering. Medicinska hjälpmedel hör även till denna del.

Yrkesinriktad rehabilitering och **rehabilitering av svårt funktionsnedsatta** hör till FPA, du får mera information av sjukhusets socialarbetare (telefonnummer 040-653 4070) och från FPA:s hemsidor www.kela.fi.

Du kan ha rätt till **handikappbidrag** eller **vårdbidrag för pensionärer**. Före du ansöker om bidraget lönar det sig att kontakta sjukhusets socialarbetare, som utreder **hjälp- och vårdbehovet** som grund för det **C-utlåtande** som läkaren skriver.

Din behandlande läkare skriver vid behov intyg för möjliga tjänster, till FPA och hälsovårdscentralen.

Anpassningsträning/anpassningskurser

För cancer- och blodsjukdom patienter och deras familj ordnas individuell-, par- och familjekurser. Målsättningen med kurserna är att ge dig och dina anhöriga färdigheter att möta den förändrade livssituationen. Du får information om din cancer eller blodsjukdom effekten av behandlingarna, de förändringar som sjukdomen och behandlingarna orsakar och hur man hanterar dessa. Kurserna innehåller föreläsningar av sakkunniga, individuell-, par och gruppdiskussioner, motion, fysioterapi och fritid tillsammans. Kursdeltagarna har möjlighet att dela med sig av sina egna erfarenheter.

Ifall du är intresserad av kurserna, får du ansökningsblanketter från den lokala cancerföreningen, det lokala FPA kontoret och din behandlande enhet. Läkaren skriver ett intyg som bifogas till din ansökan. Kurserna är avgiftsfria.

Information om den årliga bröstcancerkursen som ordnas hos oss samt övriga kurser och föreläsningar för allmänheten får du från rehabiliteringsskötare Anna-Kaisa Uusitalo, telefonnummer 040-653 4519. Du kan även kontakta henne ifall du vill diskutera kring andra saker rörande rehabilitering. Rehabiliteringsskötarens tjänster är avgiftsfria.

Via internet hittar du information om cancerföreningarnas verksamhet samt anpassningskurser på sidan www.cancer.fi. Cancerstiftelsens riksomfattande telefontjänst 0800-194 14 är öppen måndag och torsdag 10-18 samt tisdag och onsdag 10-15. En rådgivande sjukskötare svarar i telefonen. Från den avgiftsfria telefontjänsten får du hjälp och råd angående förbyggande av cancer, riskfaktorer samt råd angående behandling och rehabilitering. Du kan även diskutera med den rådgivande sköterskan via chat (se vidare information www.neuvontahoitaja.fi) eller skicka e-mail till adressen neuvonta@cancer.fi.

Cancerstiftelsens telefonrådgivning angående sociala förmåner betjänar onsdagar 15-17, telefonnummer 0800-41 13 03.

Stödpersonsverksamhet och kamratstöd

Personer som tillfrisknat från cancer eller personer med cancer har fått skolning för att kunna fungera som stödperson för nya patienter. De är tillgängliga, ifall du vill prata eller ha någon som lyssnar. De har tystnadsplikt och tjänsterna är avgiftsfria. Information om stödpersoner fås från vår poliklinik eller den lokala cancerföreningen.

Österbottens cancerförening/ informationspunkt i Karleby

Sjukskötare Maria Heikkilä-Nyman, telefonnummer 010-843 60 08
Palliativ sjukskötare Monika Kolppanen, telefonnummer 010-843 60 09
Mannerheimplatsen 1, 67100 Karleby
Telefonnummer: 010-843 60 08
Öppettider: Måndag-torsdag 10-13

Informationspunkt Jakobstad:

Cancerskötare Christine Kung, telefonnummer 010-843 60 11
Bottenviksvägen 1, Jakobstads sjukhus
Måndag – fredag 9-15