

# SWEDPOS

Svensk Förening för Psykosocial Onkologi & Rehabilitering



# Att bedöma rehabiliteringsbehov och planera åtgärder

Workshop på Onkologidagarna 2015  
18 & 19 mars

**Hanna Ekman**  
Kontaktsjuksköterska  
Rehabiliteringskoordinator  
Centralsjukhuset Kristianstad

**Patrik Göransson**  
Leg. Psykolog  
Hallands sjukhus  
Halmstad

# 1:a vårdprogrammet för cancerrehabilitering



Nationellt vårdprogram  
Ett kunskapsunderlag  
224 sidor



Nationellt vårdprogram  
Kortversion  
28 sidor

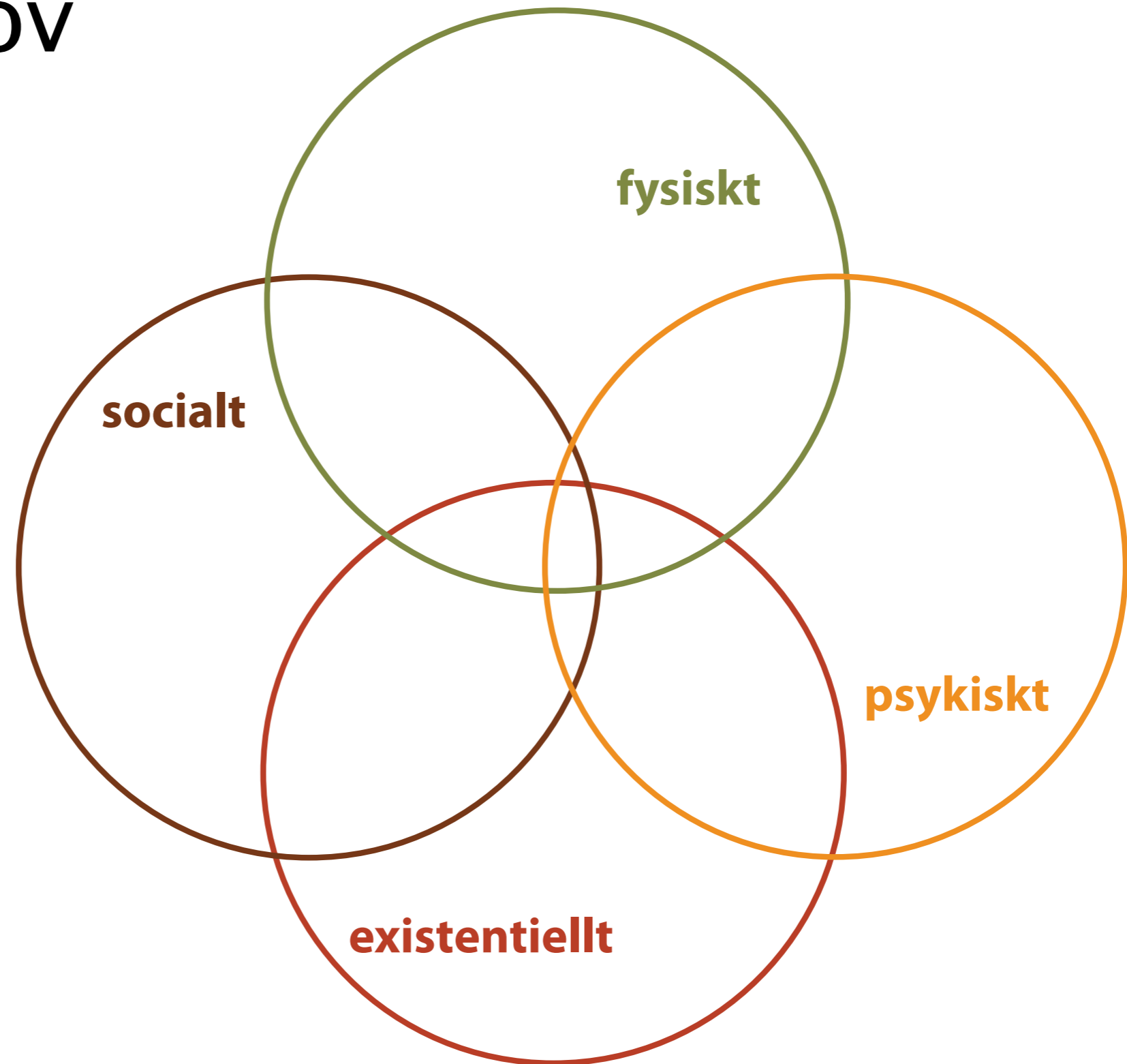


# Definition cancerrehabilitering

Förebygga och reducera följderna av cancersjukdom och dess behandling.

Ge stöd och förutsättningar för cancerberörda att leva ett så bra liv som möjligt.

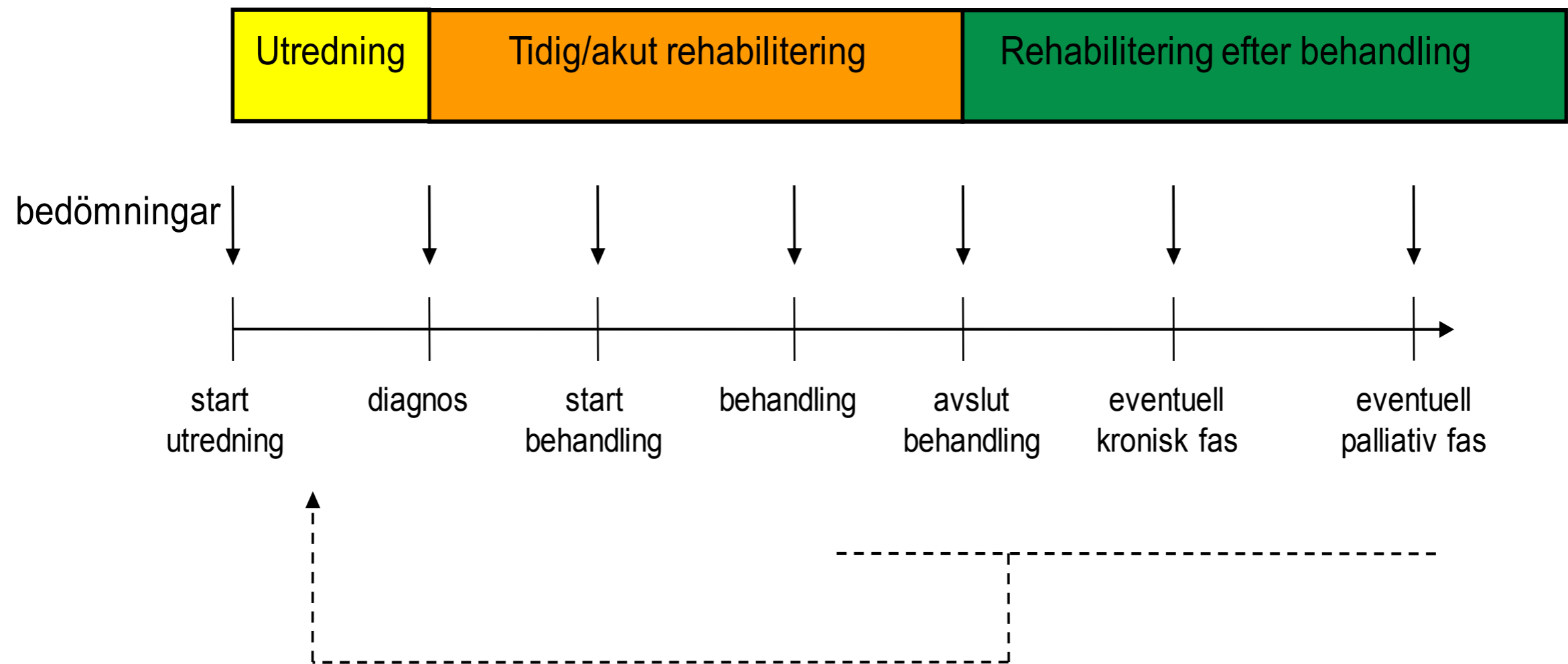
# Rätt behov



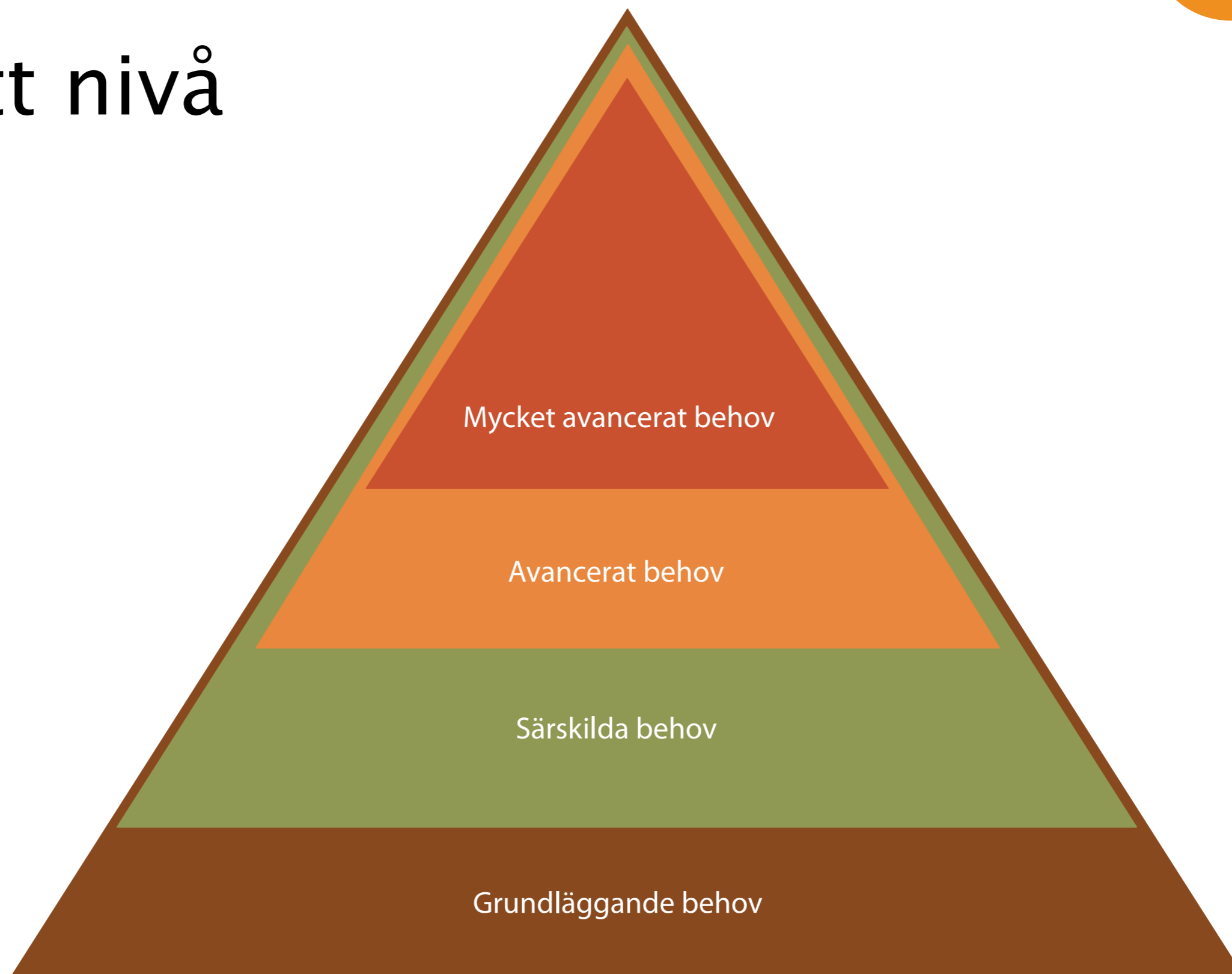
# Områden att särskilt beakta

- Aktiviteter i vardagen
- Barn som anhöriga
- Existentiella frågor
- Fysisk aktivitet
- Kost
- Närstående
- Psykisk hälsa
- Fysiska behov
- Sexuell hälsa
- Socialt stöd och  
samhällets resurser
- Alkohol och tobak

# I rätt tid



# Rätt nivå







## Individuell vårdplan ska hålla ihop cancerresan

- Vårdgivaren ska upprätta en individuell vårdplan vilken ska uppmärksamma patientens behov av rehabilitering.
- Den individuella vårdplanen sammanfattar bedömning, åtgärder, mål, ansvar, tidsplan och uppföljning.
- Mål och åtgärder i vårdplanen ska vara tydliga och mätbara, och de ska följas upp i dialog med patienten.
- I vårdplanen dokumenteras vilka kontakter med externa rehabiliteringsresurser som kan vara aktuella.
- Patienten ska få sin individuella vårdplan med sig och innehållet i vårdplanen ska framgå av journalen.

## Riskfaktorer

- barn < 18 år
- pågående eller tidigare psykiatriska problem
- pågående eller tidigare missbruksproblem
- socialt isolerad (faktisk eller upplevd)
- många ansvarsområden i livet
- förlust av kroppsfunktioner eller fysiska begränsningar
- sociala problem eller begränsningar  
(Nationella vårdprogramet för cancerrehabilitering, 2014)
- människo-vårdande/bemötande arbete (sjuk- socialvård, skola, etc.)





## Rehabiliteringssamtal

*”Syftet med ett rehabiliteringssamtal är att få en bred och överskådlig bild av patientens situation så som den ser ut nu.*

*Det ska visa vilka inre och yttre resurser patienten har för att hantera problem, och vilka hinder som kan finnas.*

*Bedömningsamtalet utgår från patientens perspektiv: Om patienten säger att något är ett problem ska detta tas på allvar.”*

# Rehabiliteringssamtal

- Bakgrund/Sjukdomshistoria
- Screening med Distresstermometer
- Information/diskussion, individuellt anpassad
- Involvera ev närstående
- Fråga om barn!
- Bedömning av fatigue är viktigt samt information
- Information om betydelsen av fysisk aktivitet under/efter cancerbehandling
- Diskussion ang arbete
- "Normalisera"



## ”Den ofrivillige resenären” – ett verktyg för att stötta cancerberörda

En bok för den som tvingats ut på en ofrivillig resa – cancerresan. Vänder sig både till patienter och närstående.

Hjälper individen att definiera och berätta om vilka behov av stöd som hen har.

Boken innehåller konkreta verktyg, bra kontaktlistor och exempel på stöd som samhället erbjuder.



[Läs online här](#)  
[Beställ hem här](#)

## Upplägg resehandbok

- Överblick över de prövningar man kan ställas inför som cancerberörd.
- Lathund som innehåller praktiska tips om bland annat hur man rent konkret går tillväga för att efterfråga vederbörligt stöd.
- Verktyg för att bedöma behov, upprätta en cancerrehabiliteringsplan och kommunicera dessa i kontakt med vården, Försäkringskassan etc.

## Ditt bagage

En checklista över symtom och en enkel skattning av upplevd belastning/påfrestning som används för att uppmärksamma behov av cancerrehabilitering.

Formuläret kan användas som ett underlag i kontakten med till exempel läkare eller sjuksköterska och kan användas av både patienter och närstående.



## Din resplan

Vilka prioriteringar är viktiga för dig som är cancerberörd?

Vilka prövningar behöver uppmärksammas?

Vilka steg och åtgärder kan hjälpa dig vidare?

Uppföljning där steg och åtgärder utvärderas.

Formuläret kan vara ett bra underlag i arbetet med den individuella vårdplanen och den tillhörande rehabiliteringsplanen.

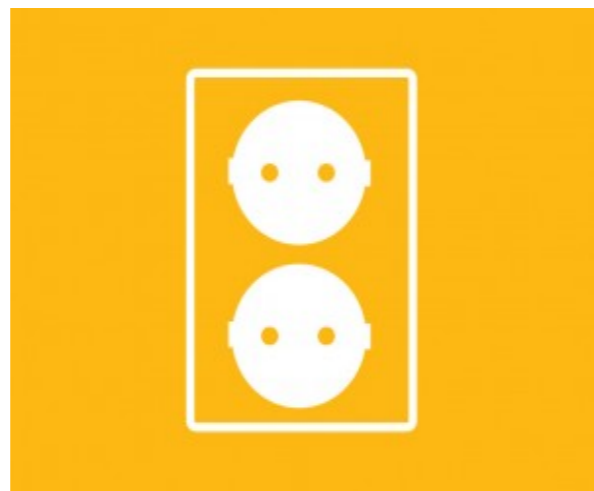




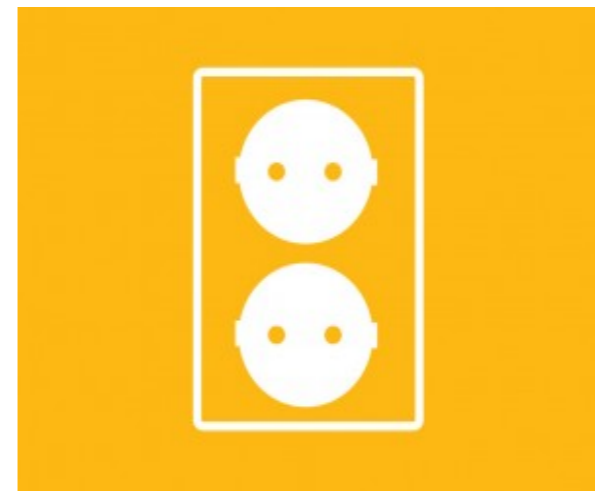
## Dina viktiga kontakter

En överskådlig lista över vart du som cancerberörd kan vända dig för information och stöd. (Ifyllnads-PDF på [cancerresan.se/verktyg](https://cancerresan.se/verktyg))

Det finns en patientversion och en närståendeversion av listan.



Patientversion



Närståendeverision



---

## Övning: Ett rehabsamtal

Två och två testa på att turas om att hålla ett rehabsamtal.

Hitta inspiration i något dina patientmöten.

Använd valfritt bedömningsinstrument.



## Övning: En enkel cancerrehabplan

Två och två testa på att turas om att hålla ett samtal kring upprättandet av en cancerrehabplan.

Hitta inspiration i något av dina patientmöten.

Använd valfritt underlag för cancerrehabplan.

# Cancerrehabilitering till alla berörda

---



Rätt åtgärder

I rätt tid

På rätt nivå

Så optimerar vi cancervården

## För multiprofessionell kunskap inom cancerrehabilitering:

- Öppen för alla som har intresse för cancerrehabilitering
- Valfri medlemsavgift 0-500:-
- Nationell konferens Onkologidagarna 18-19/3 2015
- Bli medlem på hemsidan [www.swedpos.se/bli-medlem/](http://www.swedpos.se/bli-medlem/)
- Kontakt [info@swedpos.se](mailto:info@swedpos.se)