

## **Algemeen**

Deze folder is bedoeld voor mensen, die ten gevolge van kanker en/of de behandeling daarvan, problemen ervaren in het uitvoeren van dagelijkse activiteiten door bijvoorbeeld: vermoeidheid, pijn, concentratieverlies, depressie, angst en/of bewegingsbeperkingen. In deze folder wordt uitgelegd wat ergotherapie is en worden de mogelijke inhoud van de ergotherapiebehandeling en diverse algemene informatie weergegeven.

## **Wat is ergotherapie?**

Ergotherapie is gericht op het zo zelfstandig mogelijk naar tevredenheid kunnen functioneren in het dagelijks leven. Hierbij richt de ergotherapeut zich op problemen en beperkingen in bijvoorbeeld werk/huishouden, zelfverzorging, mobiliteit, communicatie en vrijetijdsbesteding.

Het doel van de ergotherapiebehandeling is gericht op:

- Behoud en/of verbeteren van de kwaliteit van leven;
- Verbeteren van zelfstandigheid in het dagelijkse leven;
- Verbeteren van de veiligheid in het dagelijkse leven;
- Langer in eigen woonomgeving kunnen blijven functioneren.

## **De gevolgen van kanker in uw dagelijks leven**

Als gevolg van kanker en de behandeling ervan worden vaak problemen ervaren op het gebied van vermoeidheid, pijn,

concentratieverlies, depressie, angst en/of bewegingsbeperkingen. Dit heeft grote invloed op het uitvoeren en de kwaliteit in uw dagelijks leven. Ook in de fase waarin genezing niet meer mogelijk is, wilt u zolang mogelijk uw kwaliteit van leven kunnen behouden. De ergotherapeut kan u hierin begeleiden.

## **Wat kan de ergotherapeut voor u doen, ook wanneer genezing niet mogelijk is?**

De ergotherapeut kan zowel worden ingeschakeld in de fase dat u hersteld bent van kanker, maar ook in de fase dat herstel helaas niet meer mogelijk is. Afhankelijk van de fase waarin u verkeerd kan de ergotherapeut aandacht besteden aan de volgende aspecten:

- Coachen in energieverdeling om zelfstandig taken in het dagelijks leven uit te voeren ondanks uw beperkte belastbaarheid;
- Coachen en volgens gestructureerde wijze leren opbouwen van uw belastbaarheid in dagelijkse activiteiten;
- Adviseren bij praktische problemen in het uitvoeren van dagelijkse activiteiten, bijvoorbeeld bij moeite met aankleden of uitvoeren van zwaar huishoudelijke taken;
- Advies en begeleiding bij werkhervatting;
- Adviseren van aanpassingen in en rondom uw woning, om met beperkte conditie en mobiliteit veilig thuis te kunnen functioneren;

## **Hoe ziet de behandeling eruit?**

Het ergotherapie behandelprogramma bestaat uit ongeveer 8 tot 10 behandelingen. Op basis van de problemen die u ervaart en uw eigen mogelijkheden, stelt de ergotherapeut samen met u het behandelplan op. Globaal ziet de behandeling er als volgt uit:

1. In een kennismakingsgesprek worden uw problemen, doelen en wensen, samen met u in kaart gebracht.
2. Om een beeld te krijgen van uw huidige energieverdeling en dagelijks activiteiten vult u een dagschema gedurende een aantal dagen in die verdere leidraad vormt voor de behandeling.
3. Wanneer nodig zal; de ergotherapeut aanvullend onderzoek verrichten, bijvoorbeeld een observatie van een activiteit, die moeite voor u kost.
4. Er wordt aan de hand van bovengenoemde een specifiek op maat gemaakt behandelplan samen met u opgesteld.
5. De behandeling wordt uitgevoerd gericht op de aspecten die eerder in deze folder zijn genoemd (afhankelijk van uw eigen wensen)
6. Aan het eind van de behandeling worden de doelen samen met u geëvalueerd en wordt er gekeken of verdere behandeling nodig is, daarnaast ontvangt u een evaluatieformulier die u vrijblijvend kunt invullen.

### **Ergotherapie als onderdeel van oncologische revalidatie**

De ergotherapie behandeling kan als onderdeel van oncologische revalidatie plaatsvinden. Hierbij volgt u meerdere behandelingen, bijvoorbeeld fysiotherapie ter verbetering van uw conditie, diëtetiek ter verbetering van uw voedingstoestand en daarmee ook uw conditie en maatschappelijk werk of psychologie bij aanwezige angsten of depressie.

### **Verwijzing naar ergotherapie**

Meestal zal uw huisarts, specialist of revalidatiearts u verwijzen naar de ergotherapeut. Ook kunt u dit zelf voorstellen aan uw arts, een verwijzing van een arts of specialist is wel noodzakelijk voor de behandeling.

### **Vergoeding ergotherapie**

Ergotherapie wordt volledig vergoed vanuit uw basisverzekering voor 10 uur per jaar\*

### **Vragen?**

Heeft u vragen over ergotherapie en de mogelijkheden voor u? Belt u ons gerust eens op.

### **Contactgegevens**

Careyn Grootenhoek  
Afdeling ergotherapie  
Hellevoetse Achterweg 4  
3222 AA Hellevoetsluis  
0181 - 32 13 55

Careyn de Plantage  
Afdeling ergotherapie  
Plantageweg 4  
3232 LE Brielle  
0181-476000  
ergotherapie.deplantage@careyn.nl

Zorghotel de vierambachten  
Afdeling ergotherapie  
Markt 4  
3201 CZ Spijkenisse  
0181-691100  
ergotherapie.vierambachten@careyn.nl

Careyn erGo  
Amaliapad 5  
3251 AA Stellendam  
0610557184  
0610557185  
ergo.stellendam@careyn.nl

# **De gevolgen van kanker in uw dagelijks leven**

## **Ergotherapie, Zó lukt het weer!**

\*Gebaseerd op vergoedingenoverzicht 2012, controleer voor actuele vergoedingen uw zorgverzekering