

De fysiotherapeut kan mensen met kanker op allerlei manieren begeleiden bij de beperkingen die ze ervaren als gevolg van de behandeling en het ziekteproces. Dit kunnen beperkingen zijn in het dagelijks leven of op het gebied van sport of het (weer) gaan werken.

Fysiotherapie bij oncologie vindt plaats in alle fasen van de problematiek. Hierbij wordt onderscheid gemaakt in de volgende fasen:

Curatieve fase

In de fase is alles gericht op het bestrijden van de kanker door bv. een operatie, bestraling en/of chemotherapie. Er kan sprake zijn van pijn, minder conditie, vermoeidheid of verminderde beweeglijkheid. In deze fase kan de fysiotherapeut helpen bij het bestrijden van conditieverlies en het verlichten van lichamelijke spanning.

Herstelfase

In deze fase gaat het om het herwinnen van beweeglijkheid, controle over activiteiten van het dagelijks leven en de kwaliteit van leven. Dit kan bv. door een persoonlijk herstelprogramma en advisering rondom het hervatten van werk en sport. Tevens kan de fysiotherapeut nazorg en begeleiding geven bij mogelijke blijvende gevolgen zoals vermoeidheid of beweegproblemen.

Palliatieve fase

Deze fase begint op het moment dat men te horen krijgt dat genezing niet meer mogelijk is. Het bevorderen van de kwaliteit van leven staat dan voorop. De fysiotherapeut kan begeleiden en adviseren rondom het zo optimaal uitvoeren van dagelijkse activiteiten.

Terminale fase

In deze fase wordt het duidelijk dat het levenseinde nadert. Men gaat afscheid nemen van naasten en van het leven. Fysiotherapie is nu gericht op comfort en behoud van kwaliteit van leven. Uitgangspunt is om mensen te helpen zo lang mogelijk mobiel te blijven, en de mogelijkheden op lichamelijk gebied die van belang zijn, zo lang mogelijk te behouden. Daarbij kan men denken aan zelfstandig lopen of het zelfstandig maken van transfers.

Tevens kan de fysiotherapeut ondersteunen bij de behandeling van:

- Oedeem
- Benauwdheid, d.m.v. ademhalings – en ontspanningsoefeningen
- Pijn
- Vermoeidheid

Overige aandachtsgebieden in de terminale fase:

- Voorkomen van eventuele contracturen
- Preventie van doorligwonden
- Voorlichting over lig -en zithouding aan u, uw naasten en evt. verpleging

Psychosomatische fysiotherapie

De psychosomatisch fysiotherapeut kan de lichamelijke klachten als gevolg van kanker beoordelen en advies geven hoe hiermee om te gaan. Daarnaast kunnen lichamelijke klachten worden beoordeeld die zijn ontstaan door lange spanning en overbelasting naast het ziektebeeld. Om die spanning te verminderen is het nodig uitleg, geruststelling en advies te krijgen. Daarna kan er actief mee aan het werk worden gegaan, zodat de spanning afneemt.

Ook bij de opbouw van de belastbaarheid is het van belang dat zowel de lichamelijke opbouw als de mentale opbouw aandacht krijgt.

Oedeemtherapie

Lymfoedeem wordt veroorzaakt door een onvoldoende functionerend of beschadigd lymfesysteem. Dit kan zijn als gevolg van een operatie waarbij de lymfklieren zijn verwijderd of door bestraling.

Lymfoedeem is een speciale vorm van oedeem (vochtophoping) en kan overal in het lichaam optreden. Het begint meestal een toename van spanning op de huid, het lichaamsdeel voelt zwaarder aan. Daarna zal het betreffende lichaamsdeel dikker worden. Lymfoedeem hoeft niet altijd pijnlijk te zijn, maar kan u wel beperken in uw dagelijks leven.

Lymfoedeem gaat niet vanzelf over. Als u denkt dat er bij u lymfoedeem ontstaat neem dan contact op met uw arts of specialist. U kunt de klachten ook altijd laten beoordelen door een oedeemfysiotherapeut. Een oedeemfysiotherapeut behandelt niet alleen het lymfoedeem maar is tevens een deskundige op het gebied van houding en bewegen.

De behandeling kan bestaan uit:

- Manuele lymfdrainage: massage gericht op de afvoer van vocht
- Compressietherapie: bandages en het aanmeten van een therapeutisch elastische kous
- Oefentherapie: ter verbetering van de beweeglijkheid
- Ademtherapie: specifieke oefeningen ter verbetering van de afvoer van het lymfevocht
- Lymftaping
- Aanleren van zelfmanagement; zelfmassage, bandageren en /of taping
- Adviezen rondom leefstijl