



# Fysiotherapeutische training bij oncologische aandoeningen

Deze folder geeft u informatie over fysiotherapeutische training bij oncologische aandoeningen: wat het inhoudt, waar deze plaatsvindt en wat van u wordt verwacht.

## Waarom fysiotherapeutische training?

U heeft de afgelopen periode oncologische behandelingen ondergaan of ondergaat deze momenteel. Daardoor kunt u beperkingen ervaren in het dagelijks leven thuis, op het werk of tijdens het sporten. Veelgehoorde klachten zijn bijvoorbeeld vermoeidheid, conditievermindering, concentratie vermindering en emotionele instabiliteit. Door een gericht oefenprogramma kunnen deze beperkingen mogelijk afnemen.

## Voor wie is deze training?

U komt in principe in aanmerking voor fysiotherapeutische training bij oncologische aandoeningen wanneer u een behandeling voor kanker krijgt of heeft gehad. Dit kan tijdens of na beëindiging van uw behandeling, bijvoorbeeld chemo- of radiotherapie of een operatie. U heeft dan voor deze training een verwijzing van uw behandelend specialist nodig.

## Doel van de training

Fysiotherapeutische training bij oncologische aandoeningen is maatwerk. Daarom wordt het programma volledig op uw situatie en eigen kunnen afgestemd.

Uitgangspunt is om u weer in staat te stellen zo optimaal mogelijk te functioneren in uw dagelijks leven.

## Opzet programma

Twee keer per week een uur trainen, op vaste dagen en tijden, waarbij er aandacht is voor conditie (fitness) en spierkrachttraining. Voor aanvang van de training krijgt u een intakegesprek. U traint op individueel niveau met maximaal zes personen tegelijk, zowel tijdens uw behandeling als tot drie maanden daarna.

Na de intake start u met een test, na drie maanden wordt deze test herhaald. Daarna eindigt de training met een afsluitend gesprek.

Het programma kan ook eindigen wanneer u geen klachten meer ervaart of u weer op een voor u acceptabel niveau functioneert.



## Waar vindt de fysiotherapie plaats?

De fysiotherapie vindt plaats in Gelre ziekenhuizen Zutphen op de afdeling fysiotherapie. U hoeft zich voor de afspraken niet aan te melden bij de meldzuil in de centrale hal.

## Wat neemt u mee?

- Het is prettig om tijdens de fysiotherapie gemakkelijk zittende, niet te warme, sportkleding te dragen.
- U kunt gebruik maken van de kleedruimte en de douche van de afdeling fysiotherapie. Neemt u alstublieft uw eigen handdoek mee.

## Wat neemt u niet mee?

Om diefstal te voorkomen is het raadzaam om geen kostbaarheden, zoals sieraden, foto-toestellen, bankpassen en grote geldbedragen mee te nemen. Bij vermissing van uw eigendommen kan het ziekenhuis niet aansprakelijk worden gesteld.

## Wie begeleidt de training?

De training wordt begeleid door fysiotherapeuten die gespecialiseerd zijn in het begeleiden van patiënten met oncologische aandoeningen.

## Kosten

Deze fysiotherapeutische training wordt gedeclareerd onder een behandeling fysiotherapie. U moet daarom aanvullend verzekerd zijn voor fysiotherapie en anders de eerste 20 behandeling zelf betalen. Vanaf de 21e behandeling valt de fysiotherapie onder de basisverzekering.

Vraag uw zorgverzekeraar op welke vergoeding u recht heeft.

## Vragen?

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen over de fysiotherapeutische training bij oncologische aandoeningen? Stel ze dan gerust aan uw begeleidend fysiotherapeut. Ook kunt u ook telefonisch contact opnemen met de afdeling fysiotherapie.

Bereikbaarheid secretariaat:

- maandag t/m vrijdag
- 08.00 - 12.15 uur en 13.15 - 17.00 uur
- Gelre ziekenhuizen Zutphen
- Tel: 0575 - 592 600