

Hvad er dine behov for rehabilitering?

– støtte og vejledning til dig, der har kræft



Kræftsygdom og behandling kan medføre forandringer, som har betydning for dig og for, hvordan du klarer din dagligdag.

Rehabilitering er en fælles betegnelse for den eller de indsatser, som skal hjælpe dig tilbage til et meningsfyldt liv med den mest optimale livskvalitet

Ikke alle har behov for hjælp fra professionelle, men skemaet kan også anvendes til at få sat ord på noget af det du oplever. Brug de mennesker omkring dig, som kan støtte dig i din situation.

Introduktion til forberedelsesskema

Vi vil gerne hjælpe dig til at finde ud af, om der er områder, hvor du har brug for støtte og vejledning i forbindelse med din kræftsygdom og behandling. Derfor har du fået skemaet "Hvad er dine behov for rehabilitering", som indeholder de områder, hvor der oftest kan være brug for støtte.

Udfyld skemaet

- Forberedelsesskemaet findes på bagsiden af dette ark.
- Det tager 5-10 minutter at udfylde skemaet.
- Du udfylder skemaet ved at krydse af i de emner, hvor du har behov for støtte.
- Har du brug for støtte på andre områder, end dem der står på skemaet, skrives det under "andet".

Skriv din vurdering, som du oplever det lige nu, og vurder om du har brug for støtte fra professionelle. Udfyld gerne skemaet sammen med dine pårørende.

Medbring udfyldt skema

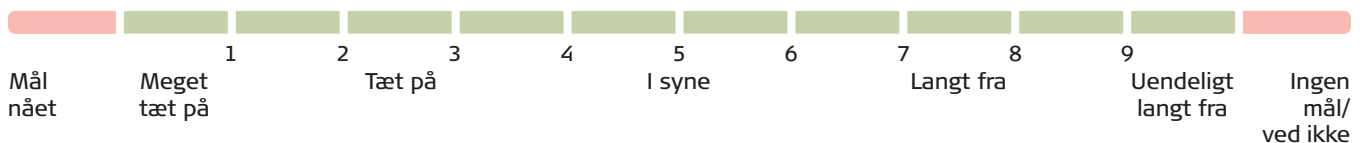
Forberedelsesskemaet er dit. Medbring skemaet når du kommer til dit næste besøg, hvor områderne og videre plan drøftes.

Praktiserende læge og din kommune

- Vær opmærksom på, at din praktiserende læge kan være en ressource for dig og vil kunne vejlede og rådgive ud fra dine behov.
- På www.sundhed.dk kan du finde oplysninger om rehabiliteringstilbud i din kommune.

Sæt kryds på målestokken

Hvor tæt er du på, at leve det liv du vil efter eller med din kræftsygdom?



Plan (besvar først skema på bagsiden)

Udfyldes evt. sammen med den professionelle

Dit forberedelseskema

Marker i skemaet, hvis du vurderer at have behov for professionel støtte.
Sæt gerne flere krydser.

Navn: _____

Dato: _____

Oplevelse af livssituationen

Hverdagen

- Gøremål i hjemmet (rengøring, indkøb, madlavning mm.)
- Personlig hygiejne
- Børnepasning
- Arbejde/skole
- Motion/fritid
- Medicin
- Andet

Fysisk område

Almen tilstand

- Træthed/energi
- Søvn
- Smerter
- Svimmelhed/balance
- Tænder
- Syn og hørelse
- Hud (sår, udslæt, kløe)
- Kvalme/opkastning
- Spise/drikke
- Synkebesvær
- Vægttab og vægtøgning
- Rygning
- Alkohol

Fysisk påvirkning

- Nedsat bevægelighed
- Nedsat muskelkræft
- Vejtrækningsbesvær
- Lymfødem (hævelse af arme/ben)
- Hedeture
- Kropslugt
- Føleforstyrrelser

Udskillelse

- Vandladning
- Forstoppelse/diarré

Seksualitet og samliv

- Ændret kropsopfattelse
- Tørre slimhinder
- Nedsat seksuel lyst
- Nedsat seksuel evne
- Mulighed for at få børn
- Ændret behov
- Andet

Psykisk område

- Humør
- Tristhed
- Grådlabil
- Bekymret
- Følelse af ensomhed
- Angst
- Stresset
- Andet

Kognitivt område

- Hukommelse
- Koncentrationsbesvær
- Andet

Socialt område

Praktiske område

- Boligforhold
- Transport
- Økonomi/forsikring/pension
- Offentlige myndigheder
- Andet

Eksistentielt/åndeligt område

- Tro
- Tanker om livet
- Tanker om døden
- Sorg
- Skyldfølelse
- Andet

Pårørende

Mennesker omkring dig

- Samlever
- Børn
- Øvrige netværk
- Andet

Bemærkninger (andet):

Din vurdering

Har du behov for professionel støtte?

- Ja
- Nej

Hvis ja er krydset af, prioritér da de områder du vurderer at have mest behov for støtte til.
