



PsyQ
PSYCHO-MEDISCHE PROGRAMMA'S

PsyQ

Afdeling Somatiek & Psyche,
Den Haag
Cluster Oncologie

Dr. Irma P.A.M. Huijbrechts, GZ-psycholoog

Drs. Irene C.M. Janssen, GZ-psycholoog



PsyQ
PSYCHO-MEDISCHE PROGRAMMA'S

Psychosociale zorg voor patiënten met multipel myeloom en de ziekte van Waldenström



2 onderwerpen centraal:

- Vermoeidheid na kanker
- Verwerken van kanker

Vermoeidheid na kanker

- Vermoeidheid is een belangrijke klacht na de behandeling van kanker
- Aanleiding: ziekte en behandeling
- Voortbestaan: veelal niet duidelijk

Gevolgen

- Voor de relatie/partner
- Bij alleenstaanden anders
- Sociale contacten
- Voor werk
- Andere keuzes

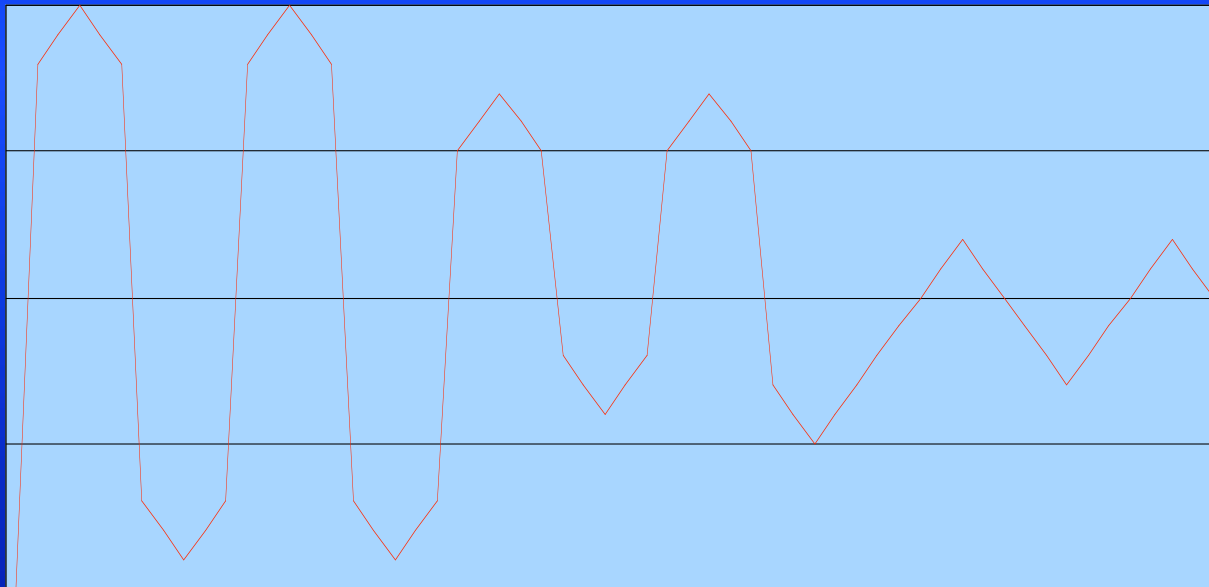
In stand houdende factoren

- Onvoldoende verwerking
- Angst voor recidive
- Attributies over vermoeidheid
- Slecht slapen/verstoord slaap-waakritme
- Mate en manier van belasten
- Sociale steun



Slinger van verwerking

herbeleven emoties



beheersen/controleren



Verwerking van kanker = coping

- Verwerken = aanpassen, waarbij emoties onvermijdelijk
- Niet vergeten, maar inpassen, assimileren
- Emotionele lading moet slijten, maar niet: "tijd slijt"
- Integratie van de ervaring



Verwerken

- Door herbeleving van de gebeurtenissen
- Door beheersen en verdringen van emoties
- Bij voorkeur in gelijkmatige verdeling
- Waardoor uiteindelijk uitdoving

Hulp vragen

- Wanneer hulp vragen?
 - Wanneer u vindt dat u er last van heeft
 - Wanneer u vindt dat het te lang duurt
 - Wanneer u beperkt bent in uw doen en laten
- Hoe hulp vragen?
 - Via huisarts
 - Via specialist



PsyQ
PSYCHO-MEDISCHE PROGRAMMA'S

Zorgaanbod

- Herstel & Balans, revalidatieprogramma voor (ex-) kankerpatiënten
- Vermoeidheid na Kanker groep
- Leven met Kanker groep
- Partnergroep
- Individueel aanbod



PsyQ
PSYCHO-MEDISCHE PROGRAMMA'S

Vragen?

Afdeling Somatiek & Psyche
Cluster Oncologie

Dr. Irma P.A.M. Huijbrechts, GZ-psycholoog

Email: i.huijbrechts@psyq.nl

Drs. Irene C.M. Janssen, GZ-psycholoog

Email: irene.janssen@psyq.nl

www.PsyQ.nl