

Onkologische Rehabilitation: Unterstützung beim langen Weg zurück

Aufbau ambulanter Programme und Engagement der Onkologiepflege

Immer mehr Menschen überleben eine Krebserkrankung. Doch die Krankheit und ihre Behandlung führen häufig zu körperlichen, psychischen und sozialen Beeinträchtigungen. Onkologische Rehabilitationsprogramme verbessern die Lebensqualität von Krebsbetroffenen und erleichtern ihre Wiedereingliederung in den Alltag und in das Berufsleben. Die positiven Wirkungen der Programme werden in zahlreichen Publikationen dokumentiert und von Betroffenen bestätigt.

Wesentliche Merkmale der onkologischen Rehabilitation sind die Zusammenarbeit innerhalb eines multiprofessionellen Teams sowie die Koordination und Begleitung von Krebsbetroffenen im gesamten Rehabilitationsprozess. Die Onkologiepflege kann in beiden Funktionen eine zentrale Rolle spielen.

Guter Überblick

Die Krebsliga Schweiz (KLS) konnte in den vergangenen Jahren in allen Sprachregionen zahlreiche ambulante onkologische Rehabilitationsprogramme im Aufbau begleiten. Die aktuellen Programme sind auf der Website der Krebsliga in Form einer Landkarte abgebildet: www.krebsliga.ch/ueber-krebs/rehabilitation. Interessierte Fachpersonen sowie Patienten und Angehörige erhalten damit einen guten Überblick. Damit alle Krebsbetroffene mit Rehabilitationsbedarf Zugang zu einem onkologischen Rehabilitationsprogramm erhalten, müssen allerdings

weitere spezifische Angebote entstehen.

Die praktischen Erfahrungen, die in den verschiedenen Regionen beim Aufbau von ambulanten onkologischen Rehabilitationsprogrammen gemacht wurden, konnten gemeinsam von der KLS und den Anbietern in einem Handbuch mit hilfreichen Dokumenten und Tools zusammengetragen und dokumentiert werden.

Von bestehenden Erfahrungen profitieren

Ein wesentliches Instrument des Handbuchs ist der «Ratgeber zum Aufbau ambulanter onkologischer Rehabilitationsprogramme». Auf übersichtliche Weise werden die Hauptprozesse beim Aufbau solcher Programme beschrieben. Diese beschäftigen sich einerseits mit strategischen Vorüberlegungen wie der Analyse und Klärung des Bedarfs – und der Möglichkeiten (von ambulanter onkologischer Rehabilitation) am jeweiligen Standort. Andererseits müssen personelle Fragestellungen geklärt werden, wie Trägerschaft und medizinische Leitung, Partnerschaften und Kooperationen, Reha-Koordination und multiprofessionelles Reha-Team. Auch für die Programmform und Qualitätskriterien werden Empfehlungen ausgesprochen.

Der zweite Teil des Ratgebers geht auf die konkrete Umsetzung einer ambulanten onkologischen Rehabilitation ein. Es werden Empfehlungen für die Planung der multiprofessionellen Rehabilitation inkl. Assessment, Inhalten, Zielen und Finanzierung formuliert. Zusätzlich werden mögli-



che Rehabilitationsprozesse und Instrumente vorgeschlagen.

Der «Ratgeber zum Aufbau ambulanter onkologischer Rehabilitation» zeigt mögliche Schritte, die beim Aufbau ambulanter Rehabilitationsprogramme hilfreich sein können: von der Idee bis zur Realisierung. Diese Hinweise zu den einzelnen Schritten, wie auch die ergänzenden Dokumente im Handbuch, sind als Empfehlung zu verstehen und müssen nicht kategorisch genommen werden. Wesentlich ist, dass man von den vielfältigen Erfahrungen aus bestehenden ambulanten Rehabilitationsprogrammen profitieren kann und das sprichwörtliche Rad nicht neu erfunden werden muss.

Koordination der ambulanten onkologischen Rehabilitation – ein erweitertes Aufgabenfeld für die Onkologiepflege

Die wachsende Komplexität und die daraus resultierenden multimodalen

Behandlungsprozesse während und nach einer Krebsbehandlung führen zu zahlreichen Schnittstellen. Diese gilt es von der Akutbehandlung überleitend in die Nachsorge zu koordinieren und individuell auf die Patientensituation abzustimmen mit dem Fokus auf Wirksamkeit, Zweckmässigkeit und Wirtschaftlichkeit.

Es müssen somit nachhaltig wirksame Versorgungsketten und bedürfnisgerechte Betreuungsmodelle umgesetzt werden, damit den Bedürfnissen der betroffenen Personen Rechnung getragen werden kann. Eine fallführende fachspezifische und koordinierende Begleitung während und nach der Behandlung kann eine entscheidende Rolle in diesem Setting einnehmen. Die Onkologiepflege kann künftig in diesem Tätigkeitsfeld eine massgebende Schlüsselrolle einnehmen.

Für diese individuelle Patientennavigation gehören zur Spezialisierung im Onkologischen Fachgebiet ein breites Wissen über Krebserkrankungen, Krebstherapien und deren individuelle Auswirkungen auf die Personen. Weiter sollte eine Onkologiepflegefachperson Erfahrung in der Begleitung von onkologischen Patienten, Beratungs- und Edukationskompetenz sowie eine psychoonkologische Weiterbildung nachweisen können.

Ersttermin bereits in der akuten Phase

Optimal ist es, wenn ein Ersttermin zwischen dem Patienten und der Reha-Koordinatorin bereits in der akuten Phase der Krebsbehandlung vereinbart werden kann, um über das mögliche Rehabilitationsangebot zu informieren. Bei Bedarf sollten mittels standardisiertem Assessment Rehabilitationsziele gemeinsam mit dem

Patienten festgehalten werden und eine Anmeldung zur Onkologischen Rehabilitation erfolgen.

Die Koordinationsperson organisiert in Absprache mit dem Patienten und nach Rücksprache mit dem zuständigen Onkologen die Weiterführung des Therapiemanagements wie zum Beispiel der Versorgung von krankheits- und/oder therapiebedingten unerwünschten Wirkungen, deren Beurteilung, Behandlung sowie die gezielte Weitervermittlung an Fachspezialisten.

Durch die individuelle Begleitung der betroffenen Personen während aller Phasen der Behandlung können Rehabilitationsziele mit dem Patienten regelmässig abgesprochen und der Rehabilitationsverlauf überprüft werden, womit der Genesungsprozess und die Reintegration in den Alltag verkürzt und positiv beeinflusst werden können. Hiermit kommt das pflegerische Angebot auch einem oft erwähnten Patienten- und Angehörigenwunsch entgegen: Viele wünschen sich eine Vertrauensperson, eine kontinuierliche Ansprechperson sowie eine Koordination während aller Phasen der Erkrankung. Neben einem reibungslosen, auf die Prioritäten fokussierten Rehabilitationsverlauf vermittelt die Pflegefachperson dem Patienten und seinen wichtigsten Bezugspersonen Sicherheit und gibt Orientierung – immer mit dem Ziel, eine optimale individuelle Behandlungs- und Betreuungsqualität sowie eine bestmögliche Lebensqualität in allen Phasen des Krankheitsverlaufes für die betroffenen Personen anzustreben.

**Die Onkologiepflege
im multiprofessionellen Reha-Team**
Nebst einer engen Zusammenarbeit mit den einzelnen Fachpersonen und

den Onkologen, der aktiven Gestaltung der Patientennavigation sowie der Koordination weiterführender Therapien sind folgende Aufgaben der Onkologiepflege zugeordnet:

- > Beratung, Unterstützung und Edukation pflegetherapeutischer Interventionen bei krankheits- und/oder therapiebedingten Nebenwirkungen, resp. Begleiterscheinungen z. B. mittels Kinästhetik, Einreibungen, basale Stimulation, Aromapflege, Wickel etc.
- > Beratung, Unterstützung und Edukation im Umgang mit Hilfsmitteln
- > Selbstmanagementförderung mittels Anleitung von praktischen, pflegerischen Interventionsmöglichkeiten
- > Support und Beratung von Angehörigen
- > Leiten gruppentherapeutischer Angebote wie z. B. «Lernen mit Krebs zu leben»

Regelmässig sollte die Reha-Koordinationsstelle interdisziplinäre Rapporte planen, die der Patienten-Zielüberprüfung und der Sensibilisierung sowie der Verständniserklärung der anderen Berufsgruppen dienen. Jährlich interdisziplinäre Fachtreffen können die kontinuierliche Weiterentwicklung ebenfalls optimieren.

> Beate Schneider-Mörsch

> Nadja Wyrsch

Literatur

Scherz, N. et al., 2017. Case management to increase quality of life after cancer treatment: a randomized controlled trial. BMC Cancer. 17:223

Réadaptation oncologique : soutien sur le long retour à la vie normale

Mise en place de programmes en ambulatoire et engagement des soins en oncologie

De plus en plus de personnes survivent à leur cancer. La maladie et ses traitements conduisent cependant souvent à des séquelles physiques, des souffrances psychiques et une modification des relations sociales. La réadaptation oncologique améliore la qualité de vie des personnes touchées et facilite leur retour à la vie normale et professionnelle. Elle implique la collaboration d'une équipe multi-professionnelle ainsi que la coordination et l'accompagnement de la personne dans le processus de réadaptation.

Nouveau guide pour la mise sur pied de la réadaptation oncologique ambulatoire

Ces dernières années, la Ligue suisse contre le cancer (LSC) a accompagné la mise sur pied de programmes de réadaptation oncologique ambulatoire dans tout le pays. Les expériences pratiques faites par la LSC et les prestataires ont été répertoriées et documentées et peuvent dorénavant être retrouvées dans un manuel incluant de nombreux exemples et outils utiles.

L'un des outils essentiels du manuel est le « Guide pour la mise en place de programmes de réadaptation oncologique ambulatoire ». Les processus principaux pour l'élaboration de ces programmes y sont clairement décrits, ils recouvrent d'une part les réflexions stratégiques ainsi que l'analyse et la clarification des besoins et des opportunités à l'emplacement choisi. On y répond par ail-

leurs à des questions dans le domaine des ressources humaines. Des informations sur le type de programme et les critères de qualification y figurent également. La deuxième partie aborde la mise en œuvre concrète d'une offre de réadaptation oncologique ambulatoire.

Coordination de la réadaptation oncologique ambulatoire – un domaine de compétences étendu en matière de soins en oncologie

La complexité croissante des traitements et le processus multimodal qui en découle conduisent à de nombreux recoupements après la phase des traitements. Il s'agit de coordonner le passage de la phase aiguë au suivi en l'adaptant à la situation personnelle du patient, tout en mettant l'accent sur les critères d'efficacité, d'adéquation et d'économicité.

Pour assurer la conduite individuelle du patient, le personnel soignant doit disposer d'une spécialisation en oncologie qui requiert un large savoir sur les maladies cancéreuses, les thérapies et leurs effets spécifiques sur les personnes. Le spécialiste en soins en oncologie doit également avoir de l'expérience dans l'accompagnement des patients et disposer d'une formation continue en psycho-oncologie.

Dans l'idéal, le premier rendez-vous entre le patient et la coordinatrice de la réadaptation a lieu pendant la phase aiguë des traitements, afin de l'informer sur l'offre de réadaptation.

Un accompagnement individualisé de la personne touchée dans toutes les phases de la prise en charge per-

met de fixer régulièrement des objectifs de réadaptation avec le patient et de vérifier leur déroulement. Il est ainsi possible de raccourcir et d'avoir une influence positive sur le processus de guérison ainsi que le retour à la vie normale.

Le spécialiste en soins en oncologie assure, en plus de la collaboration rapprochée avec les spécialistes en réadaptation et l'oncologue, nombre de tâches dans des domaines qui sont dévolus aux soins en oncologie, notamment de conseil et de soutien dans l'utilisation des moyens auxiliaires, dans les soins ou avec les proches. Des réunions annuelles de formation continue contribuent à optimiser les compétences des spécialistes en soins en oncologie.

> Beate Schneider-Mörsch

> Nadja Wyrsh

Riabilitazione oncologica: sostegno nella lunga via del ritorno alla vita normale

Creazione di programmi di ambulatoriali ed impegno nelle cure oncologiche

Oggi sempre più persone sopravvivono al cancro. Tuttavia la malattia ed i relativi trattamenti comportano spesso problemi fisici, sofferenze psichiche e un cambiamento dei rapporti sociali. La riabilitazione oncologica migliora la qualità della vita delle persone ammalate di cancro e facilita il loro ritorno alla vita normale e professionale. Essa implica la collaborazione di un team multiprofessionale, il coordinamento e anche l'accompagnamento della persona nel processo di riabilitazione.

Nuova guida per l'organizzazione della riabilitazione oncologica ambulatoriale

Negli ultimi anni la Lega svizzera contro il cancro (LCS) ha seguito la creazione di programmi di riabilitazione oncologica ambulatoriale in tutto il paese. Le esperienze pratiche fatte dalla LCS e dagli organizzatori sono state raccolte, documentate e pubblicate in un manuale corredato di numerosi esempi e strumenti utili.

Uno degli strumenti essenziali del manuale è la «Guida per la creazione di programmi di riabilitazione oncologica ambulatoriale». La guida descrive con chiarezza i procedimenti principali per l'elaborazione dei programmi, comprese le riflessioni sulle strategie, l'analisi e l'accertamento dei bisogni e delle opportunità nel luogo in questione. Vi si trovano risposte a domande sulle risorse umane e informazioni sul tipo di programma e i criteri di qualifica. La seconda parte della guida affronta la messa in pratica delle offerte di

riabilitazione oncologica ambulatoriale.

Coordinamento della riabilitazione oncologica ambulatoriale – un ampio ambito di competenze nel settore delle cure oncologiche

La crescente complessità dei trattamenti e dei processi multimodali durante e dopo il trattamento comporta diverse interfacce. È essenziale coordinare il passaggio dalla fase acuta a quella dei controlli, adattandolo alla situazione personale del paziente e mettendo l'accento sui criteri dell'efficacia, dell'adeguatezza e dell'economicità.

Per garantire l'assistenza su misura del paziente, il personale curante deve disporre di una specializzazione in oncologia che garantisca ampie conoscenze delle malattie tumorali, delle terapie e degli effetti specifici che esse hanno sulle persone. Lo specialista in cure oncologiche deve anche disporre di esperienza nell'accompagnamento dei pazienti e svolgere una formazione continua in psico-oncologia.

Sarebbe bene che il primo incontro tra il paziente e chi coordina la riabilitazione si svolgesse durante la fase acuta dei trattamenti, per informare il paziente sull'offerta di riabilitazione specifica. Un accompagnamento personalizzato del paziente in tutte le fasi dell'assistenza permette di fissare regolarmente assieme gli obiettivi di riabilitazione e di verificarne il raggiungimento. È anche possibile abbreviare il processo di guarigione ed influenzarlo positivamente fino al ritorno alla vita normale.

Lo specialista in cure oncologiche, oltre alla collaborazione ravvicinata con gli specialisti di riabilitazione e con l'oncologo, garantisce lo svolgimento di numerosi compiti nei settori dedicati alle cure oncologiche, in particolare la consulenza e il sostegno nell'utilizzo degli strumenti ausiliari per le cure o per i familiari. Incontri annuali di formazione continua contribuiscono a perfezionare le competenze degli specialisti di cure oncologiche.

> Beate Schneider-Mörsch

> Nadja Wyrsh