

# Psychosociale problemen bij kanker

mogelijkheden voor begeleiding in het azM



Inleiding	3
Reacties	3
Begeleiding	3
Wanneer hulp inschakelen	4
Vroegtijdige herkenning	4
Hulpverleners in het azM	5
Hoe kunt u zich aanmelden	6
Telefoonnummers en e-mail adres	6

## Inleiding

Het horen van de diagnose kanker is een ingrijpende gebeurtenis. Kanker en de gevolgen van de behandeling kunnen veel invloed hebben op uw leven en op dat van uw naasten.

## Reacties

Ieder mens is uniek en reageert op zijn eigen manier op een schokkende gebeurtenis. Lichamelijk maar zeker ook emotioneel krijgt u heel wat te verwerken. Veel voorkomende reacties zijn bijvoorbeeld:

- *verdriet om wat u dreigt te verliezen;*
- *angst voor de behandeling of pijn;*
- *machteloosheid omdat u meer zou willen doen dan u kunt;*
- *schuldgevoel omdat u denkt dat u zelf de kanker had kunnen voorkomen;*

- *ongeloof dat het juist u moet overkomen;*
- *boosheid op uw lichaam dat u in de steek heeft gelaten of op artsen die de diagnose hebben medegedeeld.*

Door deze wirwar van emoties kunt u last krijgen van slaapproblemen, piekeren of concentratieproblemen. Deze gevoelens of problemen zijn eigenlijk heel normale reacties op een ingrijpende gebeurtenis.

## Begeleiding

Sommige mensen met kanker kunnen met de steun van partner, familie en vrienden een manier vinden om goed met deze reacties en emoties om te gaan. Andere mensen lukt dit minder goed. Zij hebben behoefte aan professionele



Emotionele  
reacties zijn  
heel normaal

---

psychosociale ondersteuning. In het Kankercentrum willen we niet alleen aandacht besteden aan uw lichamelijke

problemen maar ook aan andere meer emotionele, sociale of zingevingsproblemen van mensen.

## Wanneer hulp inschakelen

---

Hulp en begeleiding kunt u in alle fasen van het ziek zijn nodig hebben. Ook nadat de behandeling is afgelopen en u voor controles bij uw arts of verpleegkundige moet zijn kunt u behoefte hebben aan extra ondersteuning. Dat deze behoefte ontstaat is niet ongevoel. Wij adviseren u onder andere om hulp te zoeken als:

- u niemand hebt waarbij u terecht kunt met u gevoelens;
- uw klachten zoals somberheid, slaapproblemen, piekeren of lusteloosheid langer dan een maand duren;
- u problemen ervaart op het gebied

van werk, verzekeringsmogelijkheden, seksualiteit of relatie/gezin;

- u kinderen hebt en zich afvraagt hoe u hen het beste kunt vertellen wat er met u aan de hand is;
- u last hebt van woede- of paniekaanvallen;
- u sinds de diagnose meer alcohol bent gaan drinken.

Vaak helpt het om met een deskundig iemand te praten over de problemen waar u mee te maken hebt. Iemand die u net die steun kan geven waardoor u het gevoel krijgt dat u 'het weer aankunt'.

## Vroegtijdige herkenning

---

We weten dat patiënten het soms moeilijk vinden om bepaalde problemen aan de orde te stellen. Daarom laten we patiënten van het Kankercentrum

Soms is  
professionele  
ondersteuning  
nodig

---

meerdere malen een speciaal ontwikkelde korte vragenlijst invullen. Aan de hand van die lijst kan de arts of verpleegkundige zien in hoe u klachten

ervaart. De arts of verpleegkundige neemt die lijst met u door. Samen bekijkt u of u extra hulp kunt gebruiken en welke hulp geschikt is.

## Hulpverleners in het azM

---

U kunt altijd met uw behandelend arts of verpleegkundige praten over de problemen waar u tegenaan loopt. Het azM beschikt over een aantal hulpverleners die gespecialiseerd zijn in ondersteuning en begeleiding van mensen met kanker. Er zijn aan deze begeleiding voor u geen kosten verbonden.

### *Maatschappelijk werk*

Soms zijn gevoelens van angst, onzekerheid en woede zodanig dat u er geen raad mee weet. Ook kunnen er vragen in u opkomen die te maken hebben met werk, relatie en familie, financiën, huisvesting en dagelijkse levensbehoeften. Voor vragen, hulp en ondersteuning op dit gebied kunt u terecht bij de afdeling Maatschappelijk Werk.

### *Geestelijk verzorger*

Het kan zijn dat u tijdens uw ziekte met vragen zit rondom ziekte, dood, zingeving, levensovertuiging, schuld, angst en religie. Voor gesprekken over levensvragen van u en uw naasten kunt u terecht bij de geestelijk verzorger.

### *Psycholoog*

Soms lukt het u niet meer om uw emotionele balans terug te vinden en hebt u bijvoorbeeld het gevoel geen controle meer te hebben over uw angsten en zorgen. Dan kan een medisch psycholoog u helpen met het herstel van uw psychisch evenwicht.



Een deskundig iemand om mee te praten over uw problemen

---

Hij/zij kan u helpen door u bijvoorbeeld sociale vaardigheden en ontspannings-oefening aan te leren of u methoden aan te reiken om uw zelfcontrole te verbeteren.

### *Psychiater*

Als uw leven door allesoverheersende

negatieve emoties zoals somberheid, angst of wanhoop ernstig wordt ontregeld, dan kunt u een psychiater inschakelen. De psychiater kan door aanvullend onderzoek te doen een medische diagnose stellen. Daar waar nodig kan hij u medicijnen voorschrijven of begeleiding aanbevelen.

## Hoe kunt u zich aanmelden

---

De maatschappelijk werker kunt u inschakelen via uw verpleegkundige, uw medisch specialist of de medewerkers van het Ontmoetingscentrum. U kunt ook rechtstreeks contact met hen opnemen telefoonnummer 043-387 51 18 of 043-387 26 03.

Uw medisch specialist, maatschappelijk werker of huisarts kan u binnen het Kankercentrum verwijzen naar een psycholoog of psychiater.

## Telefoonnummers en e-mail adres

---

Polikliniek Kankercentrum;  
043-387 64 00

**[kankercentrum@azm.nl](mailto:kankercentrum@azm.nl)**

Ontmoetingscentrum;  
043-387 26 00

Maatschappelijk werk;  
043-387 51 18 of 043-387 26 03

---





academisch ziekenhuis  
Maastricht

**azm**

**Bezoekadres:**

P. Debyelaan 25  
6229 HX Maastricht.

**Postadres:**

Postbus 5800  
6202 AZ Maastricht.

**Kankercentrum**

T: polikliniek : 043-387 64 00

T: ontmoetingscentrum: 043-387 26 00

E: kankercentrum@azm.nl

I: [www.azm.nl](http://www.azm.nl)

**Uitgave:**

april 2008

23608-0408