

CELOSTNA REHABILITACIJA BOLNIC Z RAKOM DOJK



Prof. dr. Nikola Bešić, dr. med.,
Sektor operativnih strok Onkološkega inštituta Ljubljana

VSKLOPU DRŽAVNEGA PROGRAMA ZA OBVLADOVANJE RAKA DPOR JE POD VODSTVOM DOC. DR. LORNE ZALETEL ZADRAVEC, DR. MED., MULTIDISCIPLINARNA DELOVNA SKUPINA MINISTRSTVA ZA ZDRAVJE PRIPRAVILA **AKCIJSKI NAČRT CELOSTNE REHABILITACIJE ONKOLOŠKIH BOLNIKOV IN SMERNICE ZA CELOSTNO REHABILITACIJO RAKA DOJK.** V DELOVNI SKUPINI SMO SODELOVALI ZDRAVNIKI (SPECIALISTI FIZIKALNE MEDICINE IN REHABILITACIJE, DRUŽINSKI ZDRAVNIK, KIRURG ONKOLOG, INTERNIST

ONKOLOG, RADIOTERAPEVT, ANESTEZIOLOG, GINEKOLOG, PSIHIATER, SPECIALIST MEDICINE DELA, PROMETA IN ŠPORTA), KLINIČNI PSIHOLOG, DIPLOMIRANA MEDICINSKA SESTRA IN PREDSTAVNIKI MINISTRSTVA ZA ZDRAVJE, ZZZS IN SLOVENSKEGA ZDRUŽENJA ZA BOJ PROTI RAKU DOJK EUROPA DONNA.

OBSEG ONKOLOŠKE REHABILITACIJE V SLOVENIJI

Žal ni natančnih podatkov o rehabilitaciji onkoloških bolnikov v Sloveniji. Potrebe po njej so zelo velike. V Sloveniji je leta 2016 živel 107.093 oseb z diagnozo raka; za rakom je na novo zbolelo 15.072 oseb, od tega zaradi raka dojk 1400. Več kot polovica bolnikov z rakom je starejših od 65 let. Anonimna spletna anketa med 108 bolniki z diagnozo raka dojk ali raka v otroštvu je leta 2017 pokazala, da večina bolnikov ni bila deležna rehabilitacije med in po zdravljenju raka. Znašli so se tudi v duševni stiski, a zadostne psihološke pomoči niso bili deležni.

KAJ JE CELOSTNA REHABILITACIJA BOLNIKOV

Celostna rehabilitacija so aktivni postopki, s katerimi bolnikom omogočimo najboljše telesno, duševno in socialno funkcioniranje od diagnoze dalje. Celostna rehabilitacija mora zajemati medicinsko, psihološko, socialno in poklicno rehabilitacijo.

Za onkološke bolnike v Sloveniji se sedaj celostna rehabilitacija ne izvaja v polnem obsegu. Bolniki so deležni rehabilitacije po onkološkem zdravljenju sporadično in v neenakomernem obsegu, rehabilitacija pa se ne izvaja na celostni ravni. Težko je dostopna tako v mestnih središčih kot na deželi.

Na podlagi podatkov ZZZS lahko sklepamo, da je letno približno 600 bolnic z rakom dojke napotenih na rehabilitacijo v zdravilišče. Javna skrivnost je, da bolnice iz nekaterih področij napotijo v zdravilišče precej redkeje kot iz drugih. Rehabilitacija bolnic se izvaja tudi v zdravstvenih domovih, na Onkološkem inštitutu Ljubljana (OIL), v UKC Ljubljana in UKC Maribor, a podrobnejši podatki o tem niso na voljo.

SODOBNO ONKOLOŠKO ZDRAVLJENJE IN REHABILITACIJA

Onkološko zdravljenje se je korenito spremenilo. Včasih smo vse

Vzpostaviti moramo tak način zdravstvene obravnave bolnikov, da bomo pravočasno zaznali tegobe posameznega bolnika in jih z ustreznim zdravljenjem in rehabilitacijo odpravili, še preden bodo težave postale kronične.



FOTO: LILI JAZBEC

Prof. dr. Nikola Bešić: »Imamo vizijo, kako vzpostaviti celostno onkološko rehabilitacijo v Sloveniji.«

bolnice z rakom dojk zdravili na enak način. Sedaj je zdravljenje prilagojeno značilnostim bolnika in tudi raka, ki ga ima posamezni bolnik. Na voljo imamo številna nova zdravila, ki pa imajo veliko stranskih učinkov. Zato so posledice zdravljenja precej bolj raznolike kot pred leti. Vzpostaviti moramo tak način zdravstvene obravnave bolnikov, da bomo pravočasno zaznali tegobe posameznega bolnika in jih z ustreznim zdravljenjem in rehabilitacijo odpravili, še preden bodo težave postale kronične.



FOTO: MILAN JAZBEC

Prof. dr. Nikola Bešić (v čolnu na sredini) vodi Pilotni projekt celostne rehabilitacije: »Čaka nas zahtevno delo, saj imamo prostorske, kadrovske, organizacijske in finančne težave.«

Doslej smo onkologi vso svojo pozornost usmerjali v zdravljenje, ko pa se je le-to zaključilo, so bili ljudje prepuščeni sami sebi. Rehabilitacija kot del onkološkega zdravljenja in po zaključenem zdravljenju je bila v veliki meri spregledana. Družinski zdravniki, onkologi in specialisti fizikalne medicine in rehabilitacije se sedaj zavedamo, da je sodobno zdravljenje raka dojk za bolnice zelo zahtevno in lahko povezano s številnimi težavami. Doslej ni bilo medicinskega strokovnjaka, ki bi koordiniral izvajanje celostne rehabilitacije, saj bi moral imeti obsežna znanja in izkušnje s področja onkologije, psihologije in medicinske rehabilitacije. Celostna rehabilitacija namreč zahteva multidisciplinarni in interdisciplinarni pristop.

POKLICNA REHABILITACIJA

Poklicna rehabilitacija ni le del medicinske stroke, zajema namreč tudi psihološko in socialno reha-

bilitacijo. Zato v timu sodelujejo tudi strokovnjaki s teh področij in seveda družinski zdravnik. Poklicna rehabilitacija je sestavni del celostne rehabilitacije, a je v Sloveniji zaradi neustrezne in zastarele zakonodaje ter pomanjkanja ustreznih strokovnjakov praktično ne moremo izvajati. Med bolniško odsotnostjo lahko bolnike zaenkrat napotimo na poklicno rehabilitacijo le na Univerzitetnem rehabilitacijskem inštitutu Soča, ki pa ima za ta namen povsem nezadostne kapacitete. K specialistom za medicino dela, prometa in športa, ki koordinirajo poklicno rehabilitacijo, pa lahko pošiljajo svoje zaposlene le delodajalci. Ti pa večinoma niso zainteresirani, da se bolniki hitro vrnejo na delovno mesto, saj po enem mesecu bolniški stalež plačuje ZZZS. Žal moraš sedaj biti invalid ali pa brezposeln, da si lahko deležen rehabilitacije. Možni sta namreč poklicna rehabilitacija invalidov, ki jo financira SPIZ, in zaposlitvena rehabilitacija brezposelnih oseb, ki jo financira Zavod za zaposlovanje.

OBETI GLEDE CELOSTNE REHABILITACIJE BOLNIC Z RAKOM DOJK V SLOVENIJI

Onkološki inštitut Ljubljana je prevzel organizacijo in koordinacijo celostne rehabilitacije, ki bo z ustrežno timsko obravnavo kontinuirano vodila bolnika od diagnoze dalje. V letu 2019 smo pripravili **Klinično pot za zdravljenje bolnic z rakom dojk** in pričeli izvajati **Pilotno raziskavo o individualizirani celostni**

rehabilitaciji bolnic z rakom

dojk 2019–2022, ki jo financira Ministrstvo za zdravje in Javna agencija za raziskovalno dejavnost Republike Slovenije – ARRS. Na OIL je že zaposlena DMS Zlatka Mavrič, ki je prva koordinatorka za celostno rehabilitacijo bolnic z rakom dojk v Sloveniji. V sklopu pilotne raziskave bomo ugotovili, kakšne težave imajo slovenske bolnice z rakom dojk in kakšne so potrebe glede zdravstvenih stori-



DMS Zlatka Mavrič, koordinatorka za celostno rehabilitacijo z Onkološkega inštituta, nas poziva: »Bodimo aktivni!«

tev v sklopu celostne rehabilitacije. Skušali bomo spremeniti seda-

nje stanje, ko smo pričla pomanjkanju koordinirane psihološke, socialne in poklicne rehabilitacije. Predvidoma bomo v treh letih vzpostavili mrežo celostne rehabilitacije v Sloveniji. Na novo organizirana in koordinirana celostna rehabilitacija bo omogočila bolj usmerjeno porabo kadrov in finančnih sredstev. Pričakujemo, da se bo ob večji kakovosti življenja bolnic zmanjšala tudi bolniška odsotnost in število invalidskih upokojitev.



Zdravljenje raka lahko pusti posledice.

Nikola Bešič

PROF. DR. BEŠIČ JE Z NAMI PODELIL TUDI IZKUŠNJE Z RAKOM DOJK V SVOJI DRUŽINI. TAKOLE PRAVI:

Z rakom dojk v družini imam izkušnje že od otroštva. Teta po očetovi strani je imela po zdravljenju velik limfedem. Zelo dobro se spominjam njenih težav z otečeno zgornjo okončino pri kmečkih opravilih in povečanje otekline po tem, ko je mesila kruh. Zanja ni bilo druge pomoči kot ležanje na hrbtu z dvignjeno roko. Pomislili bi, da to zanja ni bilo težko, saj je bila Črnogorka. A še po skoraj 50 letih se dobro spominjam njenega stokanja, ko jo je popoldne bolel križ zaradi ležanja na hrbtu.

Moja mama ni imela zdravstvenih težav po zdravljenju raka – odstranili so ji obe dojki in na obeh straneh pazdušne bezgavke; drugih terapij ni bilo. Imela pa je težave v službi, saj je bila rentgenski tehnik in po bolezni ni smela več opravljati dela na rentgenu. Preostanek službene dobe – več kot 10 let – je prebila v temnici, saj so tedaj slike razvijali ročno. Dobro se spominjam neprijetnega vonja kemikalij in rdeče svetlobe, ki se je izmenjevala s popolno temo.

Moja mlajša sestra po zdravljenju raka obeh dojk ni imela težav samo v službi. Po rekonstrukciji dojk ima neprijeten občutek in bolečine zaradi vsadkov. Po kemoterapiji ima zelo neprijetne nevropatske bolečine in težave s koncentracijo. Tudi hormonsko zdravljenje ji ni prizaneslo. Zaradi vsega skupaj ne more več opravljati dela v službi s polnim delavnikom.