

## Celostna rehabilitacija za večjo kakovost življenja

Celostna rehabilitacija vključuje aktivne postopke, s katerimi onkološkim bolnikom omogočimo najboljše telesno, duševno in socialno delovanje od diagnoze dalje. Zajema medicinsko, psihološko, socialno in poklicno rehabilitacijo. Onkološki inštitut je nosilec pilotne raziskave o celostni rehabilitaciji onkoloških bolnikov OREH (O=onkološka, REH=rehabilitacija), ki jo v Sloveniji poskusno uvajamo med leti 2019 in 2022, in sicer za zagotavljanje kakovostnejšega življenja bolnic z rakom dojk.

Bolnice z rakom dojk, ki so vključene v raziskavo, so v rednem stiku s koordinatorko celostne rehabilitacije. To je medicinska sestra, ki pri bolnicah ob postavljeni diagnozi raka dojk na OI, čez šest mesecev in ponovno po letu dni po postavljeni diagnozi preverja, s kakšnimi težavami se spoprijemajo bolnice. Do sedaj je bilo v raziskavo skupaj vključenih 470 bolnic z rakom dojk od načrtovanih 600 bolnic.

### RAZISKAVA OREH POTEKA NA OSNOVI SMERNIC IN KLINIČNIH POTI

Raziskava OREH je plod večletnih prizadevanj za vzpostavitev celostne rehabilitacije onkoloških bolnikov. V okviru Državnega programa obvladovanja raka so v sklopu celostne rehabilitacije, ki ga vodi doc. dr. Lorna Zadravec Zaletel, dr. med., leta 2017 nastala prva izhodišča za zagon tega področja.

Raziskavo izvajamo na osnovi *Smernic za celostno rehabilitacijo bolnic z rakom dojk* in *Kliničnih poti za celostno rehabilitacijo bolnic z rakom dojk*, oba dokumenta sta objavljena tudi na spletni strani OI: [www.onko-i.si/oreh](http://www.onko-i.si/oreh). Raziskava pod vodstvom prof. dr. Nikola Bešiča, dr. med., poteka v naslednjih okvirjih:

- Vključene so *ženske med 25. in 65. letom starosti*, ki jim je bila postavljena diagnoza raka dojk na OI med decembrom 2019 in junijem 2021.
- Ženske so razdeljene na *interventno skupino* (stalno bivališče bolnice je v območni enoti ZZS Ljubljana ali Kranj) in *kontrolno skupino* (stalno bivališče bolnice je v katerikoli območni enoti ZZS), ki je namenjena merjenju učinkov raziskave.
- Ženske ob obisku pri koordinatorki celostne rehabilitacije izpolnijo *triazni vprašalnik* za ugotavljanje težav in *standardiziran vprašalnik o kakovosti življenja*.

- *Koordinatorica celostne rehabilitacije* je v podporo in pomoč bolnicam. V sodelovanju z lečečim onkologom in po sklepih multidisciplinarnega konzilija OREH bolnico glede na težave napotuje na svetovanje in rehabilitacijo znotraj mreže celostne rehabilitacije, ki jo vzpostavljamo.
- Rezultati raziskave bodo zbrani do konca leta 2022, ključna kazalnika sta kakovost življenja bolnic in trajanje bolniške odsotnosti.

### OSREDNJA VLOGA MEDICINSKE SESTRE – KOORDINATORKE CELOSTNE REHABILITACIJE

V raziskavi OREH ima osrednjo vlogo medicinska sestra, ki je kot koordinatorka celostne rehabilitacije v rednem stiku z bolnicami. Pri bolnicah z vprašalniki preverja, s katerimi težavami se soočajo pred zdravljenjem, med njim in po njem. Odgovore bolnic redno beleži v informacijsko bazo RedCap, ki jo je na Registru raka RS na OI vzpostavila dr. Tina Žagar. Ob beleženju odgovorov pa je izredno pomemben osebni stik in pogovor z bolnicami, ki so soočajo z različnimi težavami.

To vlogo v raziskavi OREH odlično opravljata Zlatka Mavrič in Anamarija Mozetič, ki v ambulantni na CI sprejemata bolnice in prisluhneta njihovim težavam. Koordinatorici celostne rehabilitaciji v pogovoru z bolnicami opravljata nenadomestljivo delo podpore in opore med težko preizkušnjo, ki čaka bolnice z onkološkim zdravljenjem.

Koordinatorica celostne rehabilitacije vsako bolnico tudi predstavi na multidisciplinarnem konziliju OREH. V raziskavi OREH sprašujemo bolnice o težavah po različnih sklopih, ki vplivajo na kakovost življenja. Gre za psihološki sklop, zdrav način življenja, prehrano, pomanjkanje ženskih hormonov, delovanje srca, gibljivost in funkcionalnost ramenskega sklepa, limfedem, bolečino, izgubo las in poklicno rehabilitacijo.



Zlatka Mavrič, koordinatorica celostne rehabilitacije je v rednem stiku z bolnicami, v ambulanti v stavbi C v prvem nadstropju prisluhne njihovim težavam, vsako bolnico pa predstavi tudi na multidisciplinarnem konziliju OREH.

### MULTIDISCIPLINARNI KONZILIJ OREH IN MREŽA PARTNERJEV

Na multidisciplinarnem konziliju OREH, ki poteka vsak prvi in tretji četrtek v mesecu, sodelujejo številni strokovnjaki za zagotavljanje celostne obravnave bolnic. Člani konzilija so kirurgi, internisti onkologi, radioterapevti, anesteziologi, ginekologi, klinični psihologi, fizioterapevti, klinični dietetiki, osebje zdravstvene nege z oddelka za analgezijo in ambulant, socialni delavci in koordinatorica celostne rehabilitacije. Na konziliju sodelujeta tudi zdravnici družinske medicine, psihiatrinja z Univerzitetne psihiatrične klinike Ljubljana, fiziatrinja iz UKC Ljubljana in specialisti medicine dela, prometa in športa iz Univerzitetnim rehabilitacijskim inštitutom (URI) – SOČA.

V raziskavi OREH vzpostavljamo tudi mrežo partnerjev celostne rehabilitacije. Bolnica je na OI deležna kliničnopsihološke obravnave, fizioterapije in meritev oziroma obravnave v Enoti za klinično prehrano. Napotena je lahko tudi na akupunkturo ali drugo terapijo za blaženje bolečine. Ob tem aktivno sodelujemo z UKC Ljubljana pri fizioterapiji, z URI SOČA pa na področju poklicne rehabilitacije, v stiku smo tudi s Psihiatrično kliniko. Fakulteta za šport Univerze v Ljubljani nudi bolnicam brezplačno tedensko telovadbo, klinični dietetiki pa pripravljajo delavnice o prehrani. Sodelujemo tudi z NIJZ in njihovimi Centri za krepitev zdravja, ki bolnicam nudijo številne delavnice na področju zdravega načina življenja. Partnerje raziskave, vključno z zaposlenimi na OI, družijo skupno prizadevanje, da celostna rehabilitacija čim prej zaživi v vsakodnevni praksi.

### IZOBRAŽEVANJA O CELOSTNI REHABILITACIJI

Od septembra 2020 potekajo stalna mesečna izobraževanja o celostni rehabilitaciji za zdravnike, medicinske sestre in drugo zdravstveno osebje, ki jih pripravlja prof. Bešič. Predavanja, ki so bila organizirana v sodelovanju z Enoto za raziskave in izobraževanja, so do sedaj obravnavala utrudljivost, bolečo ramo, težave v spolnosti, bolniško odsotnost, limfedem in prehrano. Posnetki izobraževanj bodo kmalu dostopni na spletnem mestu OI. ●

Mateja Kurir Borovčič in sodelavci raziskave OREH

Raziskavo o celostni rehabilitaciji bolnic z rakom dojke OREH financirata Agencija Republike Slovenije za raziskovanje in Ministrstvo za zdravje (Projekt V3-1906). Nosilec raziskave je Onkološki inštitut Ljubljana. Partnerji raziskave: Inštitut medicinske rehabilitacije UKC Ljubljana, Univerzitetni rehabilitacijski inštitut Republike Slovenije – SOČA, drugi zdravstveni zavodi po Sloveniji.

### Naši sodelavci z novimi nazivi

Od decembra 2020 do marca 2021 so nove nazive pridobili naslednji sodelavci OI:

#### NOVA DOKTORICA ZNANOSTI

Asist. Barbara Žumer, dr. med., je 1. 3. 2021, uspešno obrnila doktorsko tezo in postala doktorica znanosti.

#### OPRAVLJEN SPECIALISTIČNI IZPIT

Dr. Blaž Grošelj, dr. med., je konec decembra uspešno opravil specialistični izpit iz onkologije z radioterapijo.

Loredana Mrak, dr. med., je 31. 3. 2021 s pohvalo opravila specialistični izpit iz internistične onkologije.

#### IZVOLITEV V NAZIV DOCENT

Asist. dr. Rok Petrič, dr. med., je bil na seji senata Medicinske fakultete UL, dne 15. 3. 2021, izvoljen v naziv docenta za področje Kirurgija.