

... op zoek naar een nieuw evenwicht

Tijdens uw behandeling in het ziekenhuis en ook nadien kan u terecht bij een psychologe. Misschien hebt u of iemand uit uw omgeving vragen bij een van bovenstaande thema's of willen jullie graag begeleiding in het omgaan met kanker.

U kan de psychologische dienst bereiken via uw arts, de (onco)verpleegkundige of een andere medewerker in het ziekenhuis. U kan ook rechtstreeks contact opnemen. Nuttige telefoonnummers vindt u op de achterzijde van deze folder. Deze consultaties zijn kosteloos.

Nuttige telefoonnummers

Dienst klinische psychologie

Hannelore Veracx

t. 056 63 69 10

Lore Ketelaers

t. 056 63 69 14

Cindy Simons

t. 056 63 69 13

Lieselot Devaere

t. 056 63 69 32

Lieselotte Vermeulen

t. 056 63 69 12

Karen De Vuyst

t. 056 63 69 06

De dienst klinische psychologie is te bereiken op werkdagen van 8u30 tot 17u.



**Door kanker uit balans...
... op zoek naar nieuw
evenwicht**

vzw az groeninge
zetel: Pres. Kennedylaan 4 | 8500 Kortrijk

t. 056 63 63 63 | f. 056 63 63 69 | s. www.azgroeninge.be

vu: Jan Deleu, Pres. Kennedylaan 4 | 8500 Kortrijk
doc. 32095 - november 2010

Door kanker uit balans...

Wanneer de dokter u vertelt dat u kanker hebt, staat de wereld even stil. Soms is de diagnose een bevestiging van wat u al een tijdje vermoedde. Vaak komt het echter totaal onverwacht.

Veel vragen

Als u kanker hebt, zit u met veel vragen en onzekerheden.

- Welke behandeling moet ik ondergaan?
- Zal de behandeling aanslaan?
- Zal ik last krijgen van bijwerkingen?
- Moet ik het mijn partner, mijn kinderen vertellen?
- Hoe zal ik het hen vertellen? ...

Hoe graag u het ook wil, niet op alle vragen is een eenvoudig antwoord mogelijk. Toch kan het opluchten om uw vragen te bespreken.

Gevoelens

Veel mensen ervaren uiteenlopende gevoelens zoals angst, onzekerheid, woede, schuld en verdriet. Dit zijn heel normale reacties bij een ingrijpende gebeurtenis. Hoe pijnlijk die gevoelens ook kunnen zijn, ze zijn een hulpmiddel om uw ziekte te verwerken. Ze zorgen ervoor dat u op zoek gaat naar een manier om met uw ziekte en wat daarmee samenhangt, om te gaan.

Op zoek naar een nieuwe houvast

Kanker zet uw wereld op zijn kop. Veel mensen voelen zich beter als ze opnieuw greep krijgen op hun leven. Misschien geldt dat ook voor u.

Hoe u dit best aanpakt, daar bestaan geen regels of voorschriften voor. Sommigen gaan op zoek naar hulp of informatie, anderen vinden steun bij lotgenoten en nog anderen zoeken net meer afleiding.

Kanker en uw gezin

Kanker beïnvloedt niet alleen het leven van u als patiënt, maar ook dat van de mensen in uw omgeving, vooral dat van uw partner.

Misschien is de bestaande manier van samenleven, van omgaan en praten met elkaar niet meer toereikend en vraagt de ziekte een aanpassing van jullie als koppel.

Als alleenstaande kan kanker en de behandeling ervan extra belastend zijn. Voor het delen van emoties, intimiteit en warmte is dan niet altijd iemand aanwezig.

Omgaan met kinderen

Wanneer u jonge kinderen hebt, wil u die zoveel mogelijk beschermen. Dat is begrijpelijk.

Toch horen en zien uw kinderen meer dan u denkt. Wanneer u uw kinderen te veel wil beschermen, bestaat het gevaar dat ze zich buitengesloten voelen. Bovendien gaan ze dan fantaseren over wat er aan de hand is en die fantasie is vaak erger dan de werkelijkheid.

Het is belangrijk om rekening te houden met de leeftijd en de ontwikkelingsfase van uw kind. Voor pubers is het moeilijk wanneer een van de ouders ziek wordt. Het kan hen moeite kosten om tegelijk betrokkenheid te tonen en los te laten.

Kanker en seksualiteit

Na de diagnose kan uw beleving van seksualiteit veranderen. De behandeling vraagt immers veel energie waardoor seksualiteit misschien minder prioritair wordt. Lichamelijke warmte, tederheid en intimiteit kunnen dan voor sommigen meer houvast bieden.

Ook na de behandeling kunnen een veranderd lichaams- en zelfbeeld een rol spelen in de (verminderde) behoefte aan seksualiteit.

Terug naar het gewone leven

Bij het beëindigen van de behandeling zijn patiënten enerzijds opgelucht dat de belastende therapie voorbij is. Anderzijds is dit voor veel mensen een verwarrende periode. Sommigen beginnen pas dan te beseffen en te verwerken wat er gebeurd is.

Er is misschien angst voor terugkeer van de ziekte en sommigen missen het houvast van de regelmatige controles en het contact met de inmiddels vertrouwde zorgverleners. Vaak noemen ze dit "het zwarte gat". Meestal is het geruststellend te weten dat u ook na uw behandeling bij iemand terecht kan om hierover te praten.