

### **Geestelijk verzorger**

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

### **Psycholoog**

Soms lukt het niet meer om uw emotionele balans terug te vinden en heeft u bijvoorbeeld het gevoel geen controle meer te hebben over uw angsten en zorgen. Dan kan een medisch psycholoog helpen met het herstel van uw psychisch evenwicht. Dit kan bijvoorbeeld door u methoden aan te reiken om negatieve gedachten te beïnvloeden of angsten te leren hanteren.

### **Psychiatrisch verpleegkundige en psychiater**

Als uw leven door allesoverheersende negatieve emoties zoals somberheid, angst of wanhoop ernstig wordt ontregeld, dan kan psychiatrische hulp gewenst zijn. De psychiater kan door aanvullend onderzoek te doen een medische diagnose stellen. Als het nodig is kan hij u medicijnen voorschrijven, of begeleiding door de psychiatrisch verpleegkundige aanbevelen.

### **Hoe kunt u zich aanmelden**

- Uw medisch specialist, nurse practitioner of verpleegkundige kan u verwijzen naar de psycholoog, psychiater of psychiatrisch verpleegkundige.
- U kunt ook zelf rechtstreeks contact opnemen met de maatschappelijk werker en de geestelijk verzorger.

Telefoon Maatschappelijk Werk: 0495 - 57 22 65  
of via het algemene telefoonnummer van het ziekenhuis: 0495 - 57 21 00

Telefoon geestelijk verzorger: 0495 - 57 23 07  
of via het algemene telefoonnummer van het ziekenhuis: 0495 - 57 21 00

### **Heeft u nog vragen?**

Voor meer informatie kunt contact opnemen met de afdeling Patiëntenvoorlichting,  
telefoon: 0495 - 57 22 05



# **Psychosociale problemen bij kanker**

***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 dat van uw naasten.***

## **Reacties**

Ieder mens is uniek en reageert op zijn eigen manier op een ingrijpende 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
- ongeloof dat het juist u moet overkomen
- kwetsbaar voelen om wat u allemaal moet ondergaan
- irritatie naar arts over onzekerheid met betrekking tot uw genezingsproces
- angst om niet meer te genezen
- worstelen met vragen zoals "Waarom ik?" of "Waar heb ik kanker van gekregen?"
- gevoelens van boosheid, woede

Door deze wirwar van emoties kunt u last krijgen van onder andere slaapproblemen, piekeren of concentratieproblemen. Deze gevoelens of problemen zijn 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 ondersteuning. Wij willen niet alleen aandacht besteden aan uw lichamelijke klachten maar ook aan andere problemen zoals sociale- of zingevingsproblemen.

## **Wanneer hulp inschakelen**

Hulp en begeleiding kunt u in alle fasen van de behandeling nodig hebben. Ook uw partner of naasten kunnen behoefte hebben aan extra ondersteuning. Dat deze behoefte bestaat is normaal. Wij adviseren u om hulp te zoeken als:

- u niemand heeft waarbij u terecht kunt met uw 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 heeft en zich afvraagt hoe u hen het beste kunt vertellen wat met u aan de hand is
- u last heeft van woede- of paniekaanvallen
- u verlies en rouw ervaart
- u worstelt met zingevings- en geloofsvragen met betrekking tot het ziek zijn

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

## **Vroegtijdige herkenning**

Veel mensen vinden het moeilijk om bepaalde problemen aan de orde te stellen. Daarom laten we u een aantal keer een korte vragenlijst invullen. Aan de hand van deze lijst kan de arts of verpleegkundige samen met u bekijken of u extra hulp wilt en welke hulp het meest geschikt is.

Ook als u geen vragenlijst heeft ingevuld, kunt u een beroep doen op de onderstaande hulpverleners.

## **Hulpverleners**

U kunt altijd met uw behandelend arts of verpleegkundige praten over de problemen die u ervaart. Daarnaast heeft het SJG Weert een aantal hulpverleners die gespecialiseerd zijn in ondersteuning en begeleiding van mensen met kanker. Aan deze begeleiding zijn geen kosten verbonden.

## **Maatschappelijk werker**

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