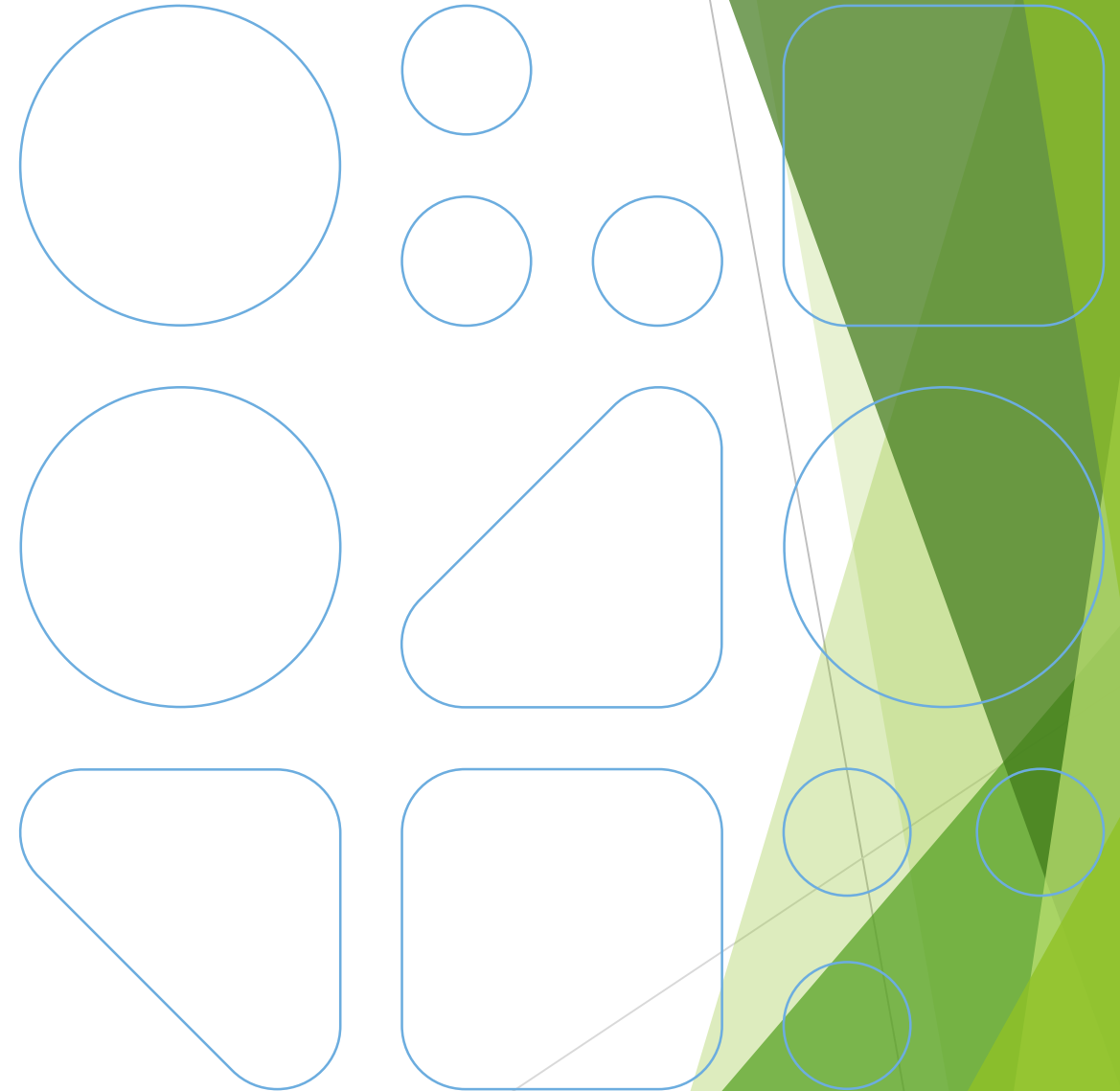


Hvordan bruke Lærings- og mestringskurs?

Brit Tove Kristoffersen,
Onkologisk avdeling,
06.12.22



Lærings- og mestringskurs ved Ahus

Diagnosespesifikke kreftkurs i mange år

- Brystkreft
- Blærekreft
- Prostata
- Tarmkreft (prehabilitering og etter behandling)

Bakgrunn for kreftavdelingens kurs

- Mindre plass til pårørende i avdelingen
- Sykepleiere erfarte gjennom samtaler med pasienter at kommunikasjon mellom pasient og pårørende kan være vanskelig og mangelfull
- Pårørende etterlyste tilbud
- I utgangspunktet et tilbud til alle kreftpasienter med pårørende
- Tre kreftsykepleiere med veilederbakgrunn tok initiativ

Utfordringer

- Skaffe deltagere til kurset
- Pasienter som ikke har samboer/ektefelle - tar ikke med pårørende
- Snakke slik at alle kjenner seg igjen i noe, opplever seg sett og møtt og kan ta med seg noe hjem for mestring

Aktører

- Brukerrepresentant
- Kreftsykepleiere
- Onkolog
- Sykehusprest
- Spesialsykepleier i palliasjon
- Ernæringsfysiolog

PASIENT og PÅRØRENDE

Hovedfokus for kurset

- Hvordan er det å leve med uhelbredelig kreft - for pasient og pårørende?
 - ▶ Hvordan det påvirker hverdagen?
 - ▶ Hvordan det påvirker relasjonene i familier?
 - ▶ Hvordan mestre hverdagene?
 - ▶ Hvordan lage gode dager?

Metode

- Dialogbasert undervisning
- Erfaringsutveksling mellom pasienter
- Erfaringsutveksling mellom pårørende

Mange pasienter og pårørende vektlegger viktigheten av å høre andres historier, men devaluerer viktigheten av sin egen historie

Flere velger å holde kontakt etter kurslutt