

Lær å leve med lymfødem

Av senterleder Torill Ensby

Montebellosenteret har lang tradisjon i å arrangere kursopphold for mennesker som har fått lymfødem etter kreftbehandling. Initiativet kom fra fysioterapeuter som hadde sett hvilke utfordringer denne pasientgruppen hadde i sin hverdag og hvor dårlig utbygd et godt behandlingstilbud var. Montebellosenteret tok utfordringen, leide inn spesialisert kompetanse og startet to ukers behandlingkurs. Behovet har ikke vist seg å være mindre og vi arrangerer nå fjortendagers kurset «Lær å leve med lymfødem» to ganger i året. Kurset er et førstegangskurs primært for pasienter som har et kreftrelatert lymfødem. Det er i de siste par år også åpnet opp for pasienter med vanskelige primære lymfødem som er henvist fra spesialist ved Aker Universitetssykehus.

Nytt fra 2009 er at samlivspartnerne inviteres med den siste kursuken til et eget faglig program hvor også tema kommunikasjon og samliv blir tilrettelagt for par.

Oppfølgingskurs Lymfødem og trening

Å få lymfødem medfører mange spørsmål og mye usikkerhet som gjør at det er viktig



Januarkursets gjestearbeidere. Bak fra venstre; Aline Flølo, Marianne Tomter, Kathrine Mørch Meyer, Randi Christiansen Johansen, Linda Wiik. Foran fra venstre; Hanne Paltiel og Signe Elise Gorholt. Foto: Gro Lindebjerg.

med informasjon og tid til refleksjon og læring. For mange er det vanskelig å gjennomføre en intensiv behandlingsperiode i en hjemmesituasjon fordi det er

en tidkrevende behandlingsform og det er tungt å bevege seg med en bandasjert arm eller ben. En intensiv behandlingsperiode innebærer daglig behandling med manuell lymfedrenasje, bandasjering og trening. Avstanden til fysioterapeut kan være lang og hverdagens gjøremål gjør intensiv behandling vanskelig. For å imøtekomme etterspørselen etter nye opphold har Montebellosenteret utviklet egne oppfølgingskurs over 2 uker med lymfødembehandling og trening flere ganger i året.

Fysioterapeuter med spesialkompetanse er kurspersonell

Kurspersonell på alle kursene er fysioterapeuter fra ulike kanter av landet med spesialkompetanse i lymfødembehandling som vi oppretter arbeidsavtaler med. Det ville ikke være mulig for oss å gjennomføre disse kursene med en så bra faglig kvalitet uten denne gjengen som kommer igjen år etter år. For å kunne fortsette dette tilbudet i fremtiden er vi helt avhengig av et nært samarbeid med denne faggruppen. Vi håper å kunne utvikle dette samarbeidet videre til en vinn vinn situasjon for begge parter og til beste for målgruppen.



Toving på pusleverksted: Lisbeth Høstli. Foto: MBS.