

Rehabilitáció a rákkezelés után

Finnországban



Finnország

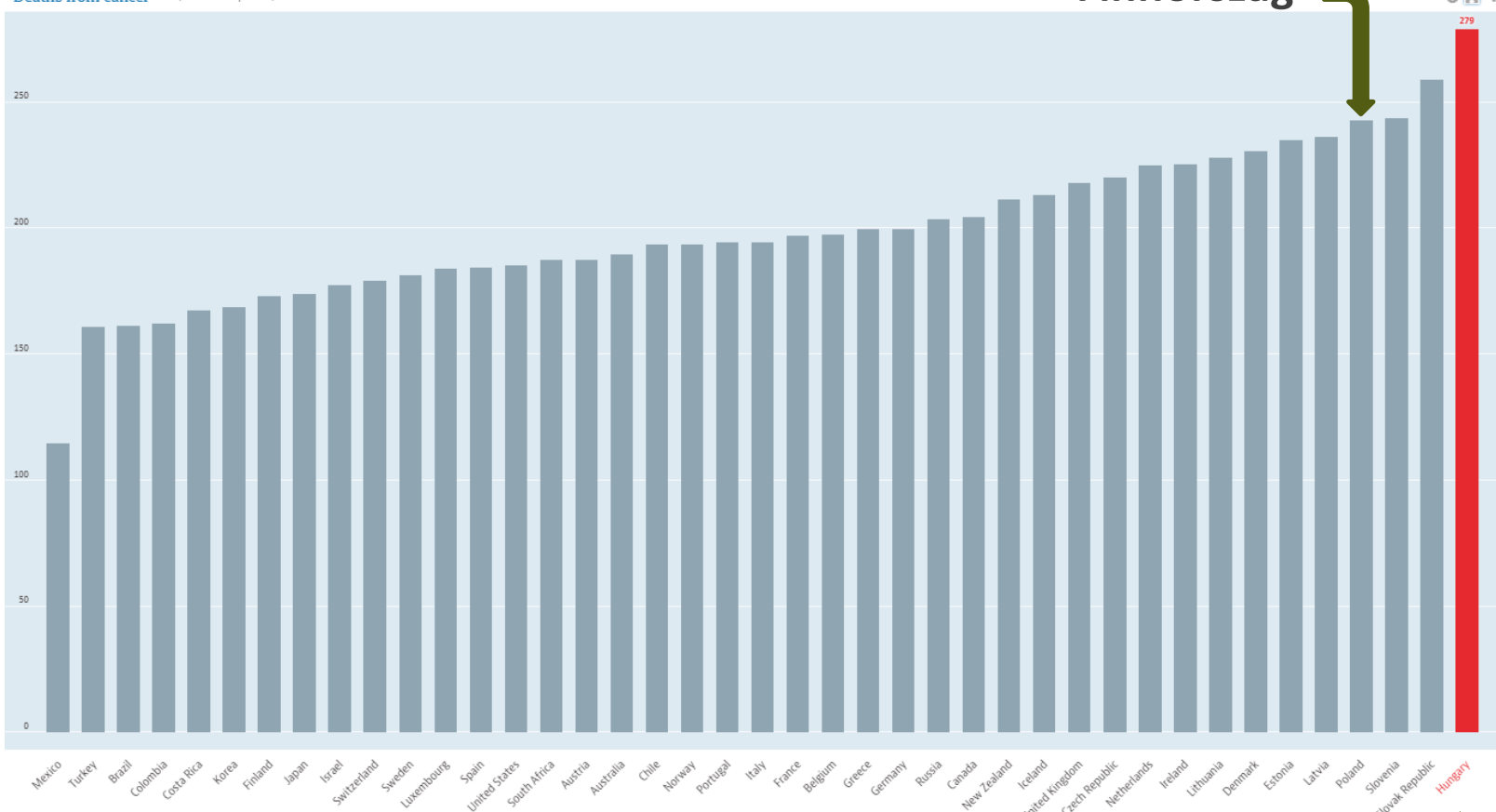
A 187 000 tó országa

Lakosság:
5,513 millió
(2018)



Az alábbi OECD ábrán a 100 ezer főre vetített rákhalálozási statisztika látható. (2016)

Deaths from cancer Total, Per 100 000 persons, 2016 or latest available



Finnország

Magyarország

A Finn Rákregiszter adatai szerint 2017-ben összesen több mint 34 000 új rákos esetet jelentettek, és 12 800 halálesetről számoltak be.

A leggyakoribb rák 2017-ben a férfiaknál a prosztaták voltak, (5 446 eset), a nőknél az emlőrák. (4947 eset)

Bár egyre több rákos eset jelenik meg, egyre többen túlélnek. Finnországban 2017 végén több mint 280 ezer ember, a teljes népesség 5%-a életének valamelyik szakaszában rákos volt.

Bár az előfordulás tovább növekszik, a rákos halálozás előrejelzések szerint továbbra is csökkenni fog.

A rákbetegek rehabilitációjának múltja Finnországban

Az Acta Oncologica 2011. év 50. évfolyam - 2. kiadásából: A cikk címe: *Rákrehabilitáció: északi és európai perspektíva*

A Finn Rák Társaság a rehabilitációs tevékenységek fejlesztését az **1970-es évek elején** kezdte meg. Elsősorban a gégerákos betegekre összpontosított, akiknek a műtét után társ-támogatásra volt szükségük a nyelőcsőbeszéd megismeréséhez és az életük váltoásaival való megbirkózáshoz.

A következő évtizedekben a rák rehabilitációja szinkronizálódott az **öt vagy hét napos** multidiszciplináris tanfolyamokkal, amelyeket az egyes Regionális Rákszövetségek vagy nemzeti betegszervezetek szerveztek az egész ország rehabilitációs központjaiban.

A Finn Rák Társaság 2000-ben kibővítette nézetét új rehabilitációs szolgáltatásokkal kiterjesztve minden olyan tevékenységre, **amelynek célja a rákos betegek és családjaik pszicho-szociális jólétének és életminőségének javítása.**

A rák rehabilitációjának finn modellje 2000 –ben a következő elveken alapult:

- ❖ a szolgáltatások az egész időszakot lefedik a tünetektől a kezelés utáni követésig,
- ❖ a különféle szükségleteket kielégítik a meghatározott szolgáltatások,
- ❖ minden betegnek nincs szüksége az összes szolgáltatásra,
- ❖ a betegeknek egyedi szükségleteik és igényeik vannak a közös problémákra,
- ❖ a hatékony rehabilitáció multidiszciplináris csapatmunka,
- ❖ a rehabilitáció a kezelés és a gyógyulás szerves része,
- ❖ minden rákos beteg esetében figyelembe kell venni a rehabilitáció szükségességét.

- Az intenzívebb és célzott járóbeteg-rehabilitációs és pszichoszociális tanfolyamokat a 65 év alatti személyeknek a **Nemzeti Társadalombiztosítási Intézet** finanszírozta.
- 65 év felettek rehabilitációját a **Nemzeti Slot Machine Association** támogatta.
- Évente több mint 100 kurzust tartottak öt rehabilitációs központban.
- **2005-ben** a Nemzeti Társadalombiztosítási Intézet (**KELA**) közzétette a rák **rehabilitációjára vonatkozó első nemzeti irányelveket**.
- Ezek meghatározták a KELA által finanszírozott tevékenységek tartalmát és eljárásait.
- Ez azt is jelentette, hogy bármely rehabilitációs szolgáltató (központ, klinika) igényelhetette a KELA finanszírozását.

- **2010-ben** 27 000 új beteg közül kb. 10% vett részt egy hosszabb kurzuson, és sokan a rövidebb vagy kevésbé intenzív kurzusokat választották.
- A Finn Rák Társaság négy magán szakmai rehabilitációs központtal is együttműködési megállapodást kötött. **A regionális rákszövetségek ezen központok partnereivé váltak, és útmutatással szolgáltak a kurzusok szervezőinek.**
- A rák rehabilitációjának ötödik központja a legnagyobb regionális Rákszövetség tulajdonába került, és irányítása alatt állt.
- A rehabilitációs tanfolyamok hatékonyságát különféle finn nyelven publikált tanulmányok értékelték.
- Az eredmények megmutatták az életminőség és a fizikai jólét azonnali javulását, ám a hosszú távú hatásokat akkor még nem vizsgálták.
(Ilyen tanulmányok a jelenben folyamatban vannak.)

A Finn Rák Társaság felmérése a rehabilitációról 2014-ben

© Finn Rák Társaság

ISBN 978-952-5815-25-2 (pdf)

A kiadvány hivatkozása:

Rákrehabilitáció

Finnországban.

(34 oldalas tanulmány)

*A betegek és az ápolószemélyzet
nézetei és tapasztalatai.*

**A Finn Rák Társaság 2014-es
felmérése.**

Borítókép: Ari Andersin /
Vastavalo.fi Elrendezés: AT-Kiadó
Iroda Kft. Nyomtatás: Esa Print
Oy, Lahti 2014

A felmérésbe orvosokat, betegeket, és egészségügyi dolgozókat vontak be. 560 kérdőívet küldtek ki.

A betegek postán kapták meg a kérdőívet felbélyegzett válaszborítékkal együtt.

A válaszadók 74,3% -a nő volt, életkor szerinti megoszlás inkább az idősebb korcsoportokra összpontosult.

A betegek felmérése kimutatta, hogy nem minden rákos beteg tudja, mit jelent a rehabilitáció. Ennek eredményeként nehéz vagy csaknem lehetetlen volt válaszolni néhány kérdésre.

Sok beteg csak a műtét utáni fizioterápiát és a nyirokterápiát tartotta rehabilitációnak.

Az ápolónők és az orvosok kérdőívének visszatükrözése

A betegek, az orvosok és a gondozók eltérően alkalmazták a rehabilitációt és a rehabilitációs gondozást.

Az orvosi személyzet szinte teljes egészében nagy jelentőséget tulajdonított **a rehabilitációs terv elkészítésének.**

Az ápolói felmérésben 32,8% válaszolt úgy, hogy az egységnél nem készültek rehabilitációs tervek. Az ápolószemélyzet többsége úgy érezte, hogy a rehabilitációs tanácsadás **az orvos felelőssége.**

Az orvosok viszont úgy érezték, hogy a rehabilitációs terv kidolgozásáért a **rehabilitációs tanácsadó és a gyógytornász felelős.** Nem minden kórház rendelkezett rehabilitációs tanácsadókkal, és nem volt egyértelmű stratégia a rehabilitációs terv kidolgozására.

Az egészségügyi törvény szerint az orvosi ellátással kapcsolatos egészségügyi rehabilitáció **felelőssége az önkormányzatoké.**

Ideális esetben egy multiprofessionális rehabilitációs csoportnak kéne felelnie a rehabilitációs terv kidolgozásáért, de sajnos nem minden kezelési egység rendelkezett erre forrással.

Konklúzió...

Tisztázni kell az egyes rehabilitációs egységek felelősségét és a munkamegosztást. Az ápolószemélyzet felelős a betegek rehabilitációhoz vezetéséért és az információk megosztásáért.

Ha az információt megfelelő időben szolgáltatják, és azzal egyénileg célozzák meg a beteget, akkor a kapott információ minden bizonnyal hasznosnak tekinthető.

A felmérés válaszaiból arra lehetett következtetni, hogy javítani kell az egészségügyi szakemberek tudatosságát a rák rehabilitációjában, mivel csak 62,6% tudta, hogy a **Kela** (ez a finn TB) rehabilitációt nyújt.

Az ápolószemélyzet sokkal nagyobb hányada tudta, hogy a civil rákszervezetek is szervezik az alkalmazkodási tanácsadást ***adaptációs coaching*** néven.

Körülbelül annyi orvos (kb. 85%) tudta, hogy a Kela és a Rák Egyesület is rák rehabilitációt szervez.

... konklúzió

A rehabilitációval kapcsolatos legtöbb információt az ápolószemélyzet kapta a kezelések során (64%). Az orvosok viszont rehabilitációról számoltak be mind a kezelés alatt (28,8%), mind a kezelés után (32,2%).

Finnországban a rákrehabilitáció 2014-ben sajnos, csak a primér és a poszt-primér rehabilitációra összpontosított.

Nyílt válaszként a betegek ugyanakkor hangsúlyozták a rehabilitációs támogatás szükségességét, még akkor is, ha a betegség megismétlődik.

Azt sem szabad szem elől téveszteni, hogy ***a megfelelő rehabilitáció jelentősen javíthatja a beteg életminőségét és a nehéz élethelyzethez való alkalmazkodást.***

Megállapították, hogy a munka támogatásához világos írásbeli és online anyagokra van szükség. Az ápolószemélyzetet képzésben kell részesíteni a rák rehabilitációjának témakörében is.

2014 májusi jelentésében A Finn Rák Társaság ajánlásokat fogalmazott meg a jövőbeni rehabilitáció megszervezésére.

- A rákrehabilitáció jövőbeni szervezésére szakértői munkacsoportot kell létrehozni.
- A jelentés szerint a rehabilitáció és a rehabilitációs támogatás a rákos betegek jó gondozásának szerves részét képezi.
- A munkacsoport ajánlásainak megfelelően fontos meghatározni a rehabilitációs láncokat és a felelőségeket a rákgondozási láncok részeként.
- Fokozni kell a rákos betegek tudatosságát a rehabilitációs támogatás lehetőségeiről.
- Rehabilitációs támogatást kell nyújtani a rákkezelési út minden szakaszában, és individualizálni kell azokat.
- A rehabilitációban figyelembe kell vennie a közeli hozzátartozókat is, és ki kell aknázni az egymást támogatás lehetőségeit.

... ajánlások folytatása

- A rehabilitációhoz funkcionális módszerek és művészi elemek, valamint új informatikai alkalmazások, például webalapú eszközök és adatforrások használata szükséges.
- Több információt kell biztosítani a rehabilitáció hatékonyságáról. (THL 2014. Ez a felmérés háttér-információval szolgált, amely alátámasztotta az ajánlások kidolgozását.)
- A tanulmány kiemelte azokat a kérdéseket, amelyek további munkát igényelnek:
 - a betegek keveset tudnak a rák rehabilitációjáról,
 - kevésbé használják fel a rehabilitációs tervet,
 - nem egyértelmű a felelősségmegosztás az egészségügyi csoportok és a különböző szereplők (kórházak, járóbeteg ellátás, háziorvos és munkahelyi egészségügy) között.
- Bár a rehabilitáció rendelkezésre áll, azok, akiknek leginkább szükségük van rá, esetleg nem kapják meg, mert nem rendelkeznek ismeretekkel vagy forrásokkal a rehabilitációhoz.

... ajánlások folytatása

- A jövőben egyértelműen meg kell osztani a felelősségi köröket, és rehabilitációs tisztviselőt vagy multidiszciplináris csoportot kell kinevezni az összes rákkezelésben és monitorozásban részt vevő egységben.
- A rehabilitációt a rákos betegek gondozási láncának és útjának szerves részévé kell tenni.
- *Legkésőbb a kezelés végén minden beteg számára rehabilitációs tervet kell készíteni, amelynél figyelembe kell vennie a beteg egyedi igényeit, elvárásait és erőforrásait.*
- A rehabilitáció támogatja a beteg munkába való visszatérését és a mindennapi élettel való megbirkózását, ezért költséghatékony.

Meg kell találni az összhangot a három legfontosabb egység között

- Onkológiai klinika
- Önkormányzatok
- Házi orvos

Ők segítenek a betegnek megfelelő Rehabilitációs Centrumot találni.



A Finn Rák Társaság szervezeti egysége

A Finn Rák Társaság Finnország egyik legnagyobb beteg- és közegészségügyi szervezete, valamint nemzeti szakértői szervezet.

Jelenleg **12 regionális rákszövetség**ből áll, helyi egységekkel és **6 nemzeti betegszervezettel**.

A Finn Rák Társaság tagszervezetei (Rákszövetségek) független szereplők, akik általánosan elfogadott értékeket és politikát követnek.

A regionális rákszövetségek egész Finnországot lefedik.

Helyi fiókjaik és klubjaik vannak, amelyek felelősek a helyi tevékenységekért.

A regionális rákszövetségek és a nemzeti betegszervezetek tevékenységei:

- tanácsadás a betegeknek és hozzátartozóknak,
- egymás támogatása,
- rehabilitációs és adaptációs képzések szervezése,
- valamint szabadidős tevékenységek.

A tagszövetségek tevékenységét a vezérigazgatók vezetik.

A Szervezeti Bizottság és az ügyvezetői ülések fontos szerepet játszanak a szervezetek fejlesztésében és az együttműködés javításában.

6 Nemzeti betegszervezet

- Colores – Finn bélrák Egyesület
- Mellrák Egyesület – Finn Europa Donn
- Finn Proszttatarák Társaság
- Finn torok- és szájrák Szövetség
Rákos betegek Finnországban
- SYLVA – (gyermekrák szövetség)

Stratégiai célok

- fokozni a rákmegelőzést és a korai felismerést,
- a rákkezelés fejlesztésének támogatása,
- elősegíteni a jó életet a rák ellenére,
- a rákkal kapcsolatos kutatások megerősítése.

A Rák Alapítvány

A Rák Alapítvány a rákkutatás legnagyobb magánadományozója Finnországban. Ez egy nonprofit alapítvány, amely jelentős hatással volt a rák kutatásának és a rák megelőzésének fejlesztésére Finnországban.

A Rák Alapítvány a **Finn Rák Társasággal** együtt befolyásolja a nemzeti rákpolitikát, és a jó ellátást, valamint státust biztosít a rákos betegek számára.

A Finn Rák Egyesület fenntartja a Rák Nyilvántartást.

A Finn Rák Társaság és annak tagszervezetei, valamint a Rák Alapítvány a Rák Társaságot alkotják. A rákszervezetek **közös stratégiával rendelkeznek**.

A Finn Rák Társaság és a Rák Alapítvány igazgatóságai ugyanazzal a főtitkárral rendelkeznek.

A rákszervezetek gazdálkodása

Stabil gazdasága saját **forrásgyűjtésre** és **befektetési** megtérülésre támaszkodik. A támogatások szintén jelentős szerepet játszanak a tevékenységek finanszírozásában.

Az Országos Egészségügyi és Jóléti Intézet határozatlan időre szerződést kötött a Finn Rák Egyesülettel a *Finn Rák Nyilvántartás* műszaki karbantartására, és tevékenységeit **kormányzati támogatással finanszírozza**.

Ezen kívül a tudományos kutatásokat külön kutatási szerződések és támogatások útján finanszírozzák.

A **finn rákregisztert** és a **rák nyilvántartást** a Rák Alapítvány is támogatja.

Adománygyűjtés

Az adománygyűjtés a Rák Alapítvány alapvető része.

A Rák Alapítványnak számos adományozási formája van:

- havi adományok
- egyszeri adományok
- hagyatékok
- vállalati adományok és üzleti partnerségek

A Rák Alapítvány leghíresebb adománygyűjtő kampánya az éves Pink Ribbon kampány. Az emlőrákkal kapcsolatos kutatás és szakértői tanácsadás céljából szervezik meg. A Pink Ribbon kampányt először 2003-ban rendezték meg Finnországban.

A Rákkutató Társaság stratégiája irányítja a *Finn Rák Társaság* és a *Rák Alapítvány* tevékenységét a 2015-2020 közötti időszakban. (letölthető PDF-ben)

Legfontosabb projektek 2015-2020:

1. A rákszervezetek javítják a rák megelőzését és korai felismerését

A fiatalok egészségét előmozdító életmód megerősítése

A projekt célja az egészséges életmóddal kapcsolatos ismeretek, készségek és bátorítás biztosítása a fiatalok számára, valamint az esélyeik és képességeik javítása.

A projektet számos tevékenységen keresztül támogatják:

- Ifjúsági dohányzáscsökkentő program
- **Fressis** ifjúsági egészségvédelem és Jó nap.

2. Az országos rákszűrés működési környezetének javítása

- A nemzeti rákszűrés működési környezetének javítását célzó nemzeti projekt célja, hogy a rák szűrésének fejlesztését, ellenőrzését és irányítását központosított és modern módon valósítsák meg.
- Ennek egyik példája a szűrési meghívó szolgáltatás, amelyet a finn rákregiszter nyújt az önkormányzatoknak a szűrés ésszerűsítése érdekében.
- Megújították és továbbfejlesztették a meghívók szűrésére vonatkozó folyamatokat.
- A telefonos szolgáltatást kibővítették, hogy lefedje a finn önkormányzatok mintegy 80% -át.
- Ezek minden szűrésben résztvevőnek meghívót küldenek a megfelelő címre.

3. A Rákszervezetek támogatják a rákkezelés fejlesztését

Egy projekt a rákkezelési eredmények és a betegek életminőségének értékelésére

- A kiemelt projekt célja jó és hatékony rákkezelés fejlesztése a nemzeti rákminőségi nyilvántartások létrehozásának előmozdítása révén.
- Információkat gyűjtenek az alkalmazott kezelésről, a kezelés eredményéről és a káros hatásokról. Ez lehetővé teszi a kezelés hatékonyságának értékelését országos és regionális szinten.
- Ez a minőség-nyilvántartási rendszer megbízható információkat is szolgáltat a kutatás támogatására és a kezelési ajánlások kidolgozására.
- 2018 decemberében a Rák Alapítvány volt az első a világon, amely egy országban elindította a rákköltség-megfigyelés éves alkalmazását.

4. A betegszervezetek szerepe a rákrehabilitációban

- ***A Jó életminőség a rák ellenére*** projekt célja egy olyan működési modell létrehozása, amelyben a betegszervezeteket partnernek tekintik a rákbetegek rehabilitációjában. Ez a megközelítés biztosítja, hogy ők is elérjék a megfelelő információforrásokat, és kapjanak iránymutatást az onkológiai szakmai szervezetektől és támogatást a Nemzeti Társadalombiztosítási Intézettől.
- Kívánatos, hogy a betegszervezetek a rákbetegek teljes ellátási folyamatának láncszemei. III. részesei lehessenek.
- A projekt során képzési program indul iránymutatással a társ-támogató és a hospice-támogatást nyújtó személyzet számára, ideértve a közeli személyek igényeit is.

5. A rákszervezetek erősítik a rákkal kapcsolatos kutatásokat

A finn rákregiszter saját kutatási tevékenységeinek fejlesztése

- A projekt célja a népességalapú kutatási módszerek és adatok felhasználása a rákmegelőzés, korai diagnosztizálás és kezelés területén a politikaalkotás támogatására.
- További cél az, hogy a rákregisztrációs szolgáltatásokat kutatás- és felhasználóbarátabbá, valamint a különféle célcsoportok igényeire reagálóvá tegyék.
- A projekt konkrét termékei a következők: interaktív jelentések és webalapú kérdőívek. Ezek segítségével gyorsabban válaszolhat az érintett a kutatók és más felhasználók kérdéseire.
- A Rákregiszter saját kutatási stratégiája vezeti a kutatás fő vonalát. A Rák Alapítvány szponzorálja.

Rehabilitáció az egészségügyi ellátásban

- A rákos betegek közegészségügyi rehabilitációhoz férhetnek hozzá attól függően, hogy a betegség és a kezeléssel összefüggő károk milyen mértékben befolyásolják a munkaképességüket és a mindennapi élettel való megbirkózást.
- A rehabilitáció a beteg egészségi állapotának, a munkájának és az egészségügyi szakemberekkel való együttműködési képességének értékelésén és leírásán alapul.



Egyéni rehabilitációs terv

- Felméri és meghatározza a rehabilitáció szükségességét,
- meghatározza a személyes rehabilitációs célokat,
- kiválasztja a rehabilitáció megfelelő formáit és szolgáltatásait.

A terv célja:

- A beteg céljai elérésének támogatása,
- a munkaképesség és a működési képesség pozitív változásainak támogatása.

A rehabilitációs tervet

- a speciális egészségügyi ellátás,
- foglalkozási egészségügy vagy
- az alapellátás készíti.

A rehabilitáció során a tervet készítő egészségügyi egység dönt a szükséges rehabilitációs ellátás megtervezéséről a rehabilitációs igények és szükségletek alapján, és nyomon követi az eseményeket.

Hogyan jut el a beteg az egészségügyi rehabilitációs szolgáltatói egységhez Finnországban?

- A beteg a háziorvossal vagy a kapcsolattartó nővérrel beszél meg, hogy hol szeretne segítséget kapni és támogatást.
- Miután azonosították a támogatási igényt, könnyebb lesz megtalálni a számára megfelelő rehabilitációs szolgáltatót.
- Felvilágosítják a beteget a lehetőségeiről, hogy hol, milyen rehabilitációs szolgáltatások állnak rendelkezésre, melyik kezelőközpontban.
- A Rák Társaság Tanácsadó Szolgálatától is lehet kérdezni telefonon.
- A tanácsadó személyzet segít megtalálni a megfelelő a rehabilitációs lehetőséget.

Funkcionális rákrehabilitáció lényege

- rehabilitációs útmutatás és tanácsadás
- tanulmányok a rehabilitáció szükségességéről
- kezelés és terápia a munkaképesség és a működési képesség javítására

Ide tartoznak, de nem korlátozódnak ezekre a fizioterápia, a limfoterápia, a táplálkozási terápia, a foglalkozási terápia, a logopédia, a neuropszichológiai rehabilitáció, a pszichoterápia és az egyéb terápiák és intézkedések, amelyek javítják és fenntartják a teljesítményt.

- testmozgás és pihenés
- rehabilitációs időszakok rehabilitációs központokban
- segédeszközök szolgáltatásai (pl. mellprotézisek)
- rehabilitációs tanfolyamok, azaz adaptációs tréningek (Finnország társadalombiztosítási intézményeinél és a rákszervezeteknél).

Kela rehabilitációs tanfolyamok

(Kela: A finn TB)

A Kela célzott kurzusokat szervez, meghatározott rákos betegek számára, pl.:

- prosztatatarák
- hematológiai rák
- a száj és a torok rákja
- emlőrák

Ezen felül - függetlenül a rák típusától - minden rákos beteg számára vannak kurzusok.

Néhány Kela- tanfolyam bizonyos korosztályra irányul.

Vannak egyéni és páros tanfolyamok. Utóbbi a házastársakra vonatkozik.

Az igényes orvosi rehabilitáció keretében multidiszciplináris rehabilitációs szolgáltatásba részesülhet a beteg, a regionális rehabilitációs centrumokban akár 3 hetes kezelésre is.

Hogyan jelentkezhet a beteg a Kela kurzusára?

- A jelentkezés a KUA KU 132 űrlap felhasználásával történik. * (bővebben a következő dián)
- A kérelemhez mellékelnie kell az orvos B nyilatkozatát, amelyet a kezelőorvostól kell kérni.
- A jelentkezést és az orvosi jelentést megküldik Kela-nak.
- A Kela kurzusokról, a megüresedett helyekről és az alkalmazási útmutatókról további információt találhat a beteg a Kela online szolgáltatásával.
- Ha úgy érzi a beteg, hogy nem talál megfelelő Kela által szervezett kurzust, vagy további segítségre van szüksége, felveheti a kapcsolatot a Rák Társaság regionális tagszövetségével vagy valamelyik nemzeti betegszervezettel.
- Cél: megtalálni a beteg számára megfelelő kurzust.

A KUA KU 132 űrlapokról:

A Rehabilitációt 5 fő csoportra osztották:

1. Szakmai rehab.
2. Diszkrecionális rehab.
3. Rehabilitációs pszichoterápia
4. Rehabilitációs járadék
5. Igényes orvosi rehabilitáció

Mindegyikhez 6-10 tematikus űrlap tartozik. Ezek PDF formátumban letölthetők.

Példa: a 2-es diszkrecionális rehabilitációhoz az alábbi 8 űrlap tartozik

- 1. Hozzájárulás az információk nyilvánosságra hozatalához és átvételéhez.*
Engedélyezési formanyomtatvány a nemzeti nyugdíjintézmény és a foglalkoztatói nyugdíj-intézet birtokában lévő információk rendelkezésre bocsátására és fogadására a rehabilitációs kérdés kezelésében való együttműködés céljából.
- 2. Idegen nyelvi értelmezés szükségessége a rehabilitációban - csatolás a rehabilitációs alkalmazáshoz*
Akik nem ismerik a finn nyelvet, tolmácsot igényelhetnek.
- 3. Alkalmazás - diszkrecionális rehabilitációra.*
Egyéni rehabilitációs periódusokra, valamint rehabilitációs, adaptációs coachingra vonatkozik pároknak.
- 4. Rehabilitációs számla (szolgáltató)*
A rehabilitációs szolgáltató számlázza a rehabilitáció költségeit.
- 5. Rehabilitációs törvényjavaslat (rehabilitáció)*
A rehabilitátor az űrlapot fogja felhasználni a rehabilitációs költségek fedezésére.
- 6. Terápia visszaesése - diszkrecionális rehabilitáció*
Az űrlap felszámítja a rehabilitációs pszichoterápiával és a diszkrecionális terápiával kapcsolatos költségeket.
- 7. A rehabilitációs költségek elszámolása, szolgáltató*
A szolgáltatók az űrlap felhasználásával számolják fel a rehabilitációs költségeket.
- 8. Engedély - Részvétel egy távoli rehabilitációs kísérletben*
A formanyomtatványt a Kela Rehabilitációban használják, amikor szükség van az ügyfél hozzájárulására a megadott rehabilitáció távoli rehabilitációjához.

Rehabilitáció a Regionális Rákszövetségeknél

Általános szabály - néhány kivételtől eltekintve - hogy a kurzusokra egy általános jelentkezési űrlap kitöltésével és elküldésével lehet jelentkezni.

A jelentkezési lap kitölthető online és kinyomtatható, vagy kinyomtatható, manuálisan is kitölthető.

Az űrlapot a kurzust szervező regionális Rákszövetséghez vagy betegszervezethez lehet benyújtani kb. 1 hónappal a kurzus megkezdése előtt.

Néhány Rákszövetséget csak saját űrlap formáikkal lehet megkeresni.

A kurzusra való jelentkezésre vonatkozó részletes információk mindig megtalálhatók a kurzusleírásban, vagy a kurzust szervezőjével kell felvenni a kapcsolatot.

Mennyibe kerülnek a kurzusok?

A tanfolyamok 3-5 naposak és ingyenesek.

Tartalmaznak egy programot, útmutatást, valamint lehetséges szállást és ételmet.

Utazási költségek visszatérítését vagy rehabilitációs támogatást is lehet kérni a Kela-tól speciális esetekben, pl. ha a kurzus miatt nem tud munkát szerezni beteg.

A Kela által nyújtott kompenzáció igénylésének legegyszerűbb módja a kela.fi.

A tanfolyamokat Veikkaus adományából szervezik. *(Megjegyzés. Ez egy sportfogadással foglalkozó társaság, amely a Rákszövetségek támogatója.)*

Szabadidős tanfolyamok és ünnepi hetek

A rákszervezetek különféle szabadidős ünnepeket kínálnak a rákos betegek és családjaik számára. Egész évben Finnország egész területén szervezik őket.

Az ünnepi hetek nem egészen ingyenesek, egy kicsit fizetni is kell a résztvevőknek. Részletesebb információkat mindig közöl a szervező.

A Rákkutató Társaság ünnepi is számos közös tevékenységet kínálnak, például a *természetben való mozgást, az új fajokkal való kísérletezést, éjszakai játékokat.*

A szállás, étkezés és különféle szabadidős tevékenységek az ünnepek díjához tartoznak.

A Rák Egyesület által 2019-ben szervezett rekreációs tanfolyamok és vakációk programja PDF formátumban letölthető.



Määränpäänä hyvä elämä

Syöpäjärjestöjen kurssiopas



A Finn Rák Társaság és a Rák Egyesület

2019-es kiadványa

Cél egy jobb életért

Tanfolyamtémák rákbetegeknek

Jobboldali képen a *Rák Társaság* regionális központjait piros pont-,

a *Rákrehabilitációs Centrumokat* fehér négyzet jelzi.



Nyaralási hetek rákos betegek számára

2019-ben a Regionális Rákszövetségek három kéthetes üdülést kínáltak a rákos betegek és hozzátartozóik számára majdnem mindegyik régióban.

Az üdülés alatt számos különféle tevékenységet vehettek igénybe, például szabadtéri tevékenységeket, vetélkedőket és társadalmi összejöveteleket.

Az ünnepi hetekre levonható személyenként 50-125 € a teljes költségből.

A 16 év alatti gyermekek számára ingyenes a családi vakáció.

Az ár tartalmazza a teljes ellátást, a szállást kétágyas szobában és a családi ünnepeket a családi szobákban, valamint a programot.

Ezt is a Veikkaus támogatja.

Rehabilitációs tanfolyamok a betegszervezeteknél

A rákszervezetek sokféle kurzust kínálnak a rehabilitáció és a megküzdés támogatására. Ezeket hivatalosan **adaptációs coaching** tanfolyamnak nevezik.

A tanfolyamokat nyílt és bentlakásos rehabilitációs központokban szervezik.

- Nyílt órákat hetente tartanak, gyakran esténként, néhány órán át tartó ülésekkel.
- A rehabilitációs központokban tartott tanfolyamok 3-5 napig tartanak, és éjszakai kurzusokat is tartalmaznak.

Ezen felül különféle online tanfolyamokat is kínálnak.
A tanfolyamokat egészségügyi szakemberek vezetik.

A tanfolyamokon részt vehetnek:

- nyugdíjasok,
- munkaképes korú emberek,
- családok
- és rákbeteg fiatalok.

A tanfolyamok célja az erő és eszközök megtalálása a gyógyulás, valamint a jólét elősegítésére.

- A tanfolyamok információkat nyújtanak betegségéről és az ahhoz kapcsolódó életváltásokról,
- tippeket adnak a mindennapi élet és a gondolatok kezelésére, valamint
- lehetőséget az azonos helyzetben lévő sorstársakkal való találkozásra.

A társak támogatása elősegíti a rehabilitációt is.

A Finn Rák Társaság betegbarát intézkedései csodálatra méltóak

- Irányt mutatnak a betegszervezeteknek.
- Partnerként kezelik őket, hiszen ők is részesei lehetnek a túlélők életminőségének javításáért folytatott küzdelemnek.
- Együttműködnek az adománygyűjtő Rák Alapítvánnyal és Rák Egyesülettel.
- Ösztöndíjat adnak fiatal kutatóknak.
- Magánvállalkozásokat tudnak megnyerni rendszeres támogatóknak.

A PREVENCIÓT, KURÁCIÓT ÉS REHABILITÁCIÓT koherensnek tekintik, és együtt fejlesztik.

Felhasznált források

Cancer rehabilitation: A Nordic and European perspective

<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.3109/0284186X.2010.533194?src=recsys>

Suomen Syöpäyhdistys (Finn Rák Társaság)

<https://www.syopajarjestot.fi/jarjesto/suomen-syopayhdistys/>

Syöpäkuntoutus Suomessa. (Rákrehabilitáció Finnországban) 2014 (PDF)

<https://s3-eu-west-1.amazonaws.com/frantic/syopa-jarjestot/Syopakuntoutus-Suomessa.pdf>

Kuntoutuskurssit (Rehabilitációs tanfolyamok)

<https://www.kaikkisyovasta.fi/hoito-ja-kuntoutus/kuntoutus/kuntoutuskurssit/>

Terveydenhuollon kuntoutus (Rehabilitáció az egészségügyi ellátásban)

<https://www.kaikkisyovasta.fi/hoito-ja-kuntoutus/kuntoutus/kuntoutuskurssit/vinkitkuntoutumiseen/terveydenhuollonkuntoutus/>