

Als uw partner kanker heeft

Wat betekent dit voor u en wat kunt u doen

Uw partner heeft een hematologische aandoening en krijgt een intensieve behandeling tijdens een opname in het ziekenhuis. Wij geven u graag een aantal adviezen over de zorg voor uw partner en de combinatie van zorg en taken thuis. Kijk daarbij vooral naar wat voor u belangrijk is en wat past bij uw situatie.

Opname en behandeling

Wanneer u de zorg krijgt voor uw partner en u taken thuis moet combineren, vraagt dit van u beiden aanpassing. Zeker wanneer de situatie lang duurt, kan dit veel van u vragen. U moet de taken thuis combineren met de bezoeken aan het ziekenhuis. Dit kan intensief zijn.

- U kunt te maken krijgen met onzekerheid en onduidelijkheid rondom de ziekte en de behandeling. U kunt hier vragen over hebben. Het kan helpen om samen met uw partner uw vragen en zorgen met de verpleegkundige en artsen te delen. Voor de zorgverleners is het belangrijk om te weten wat er bij u en uw partner leeft.
- U kunt een gesprek met de behandelaar laten inplannen of kijken of het mogelijk is aanwezig te zijn bij de artsensite.
- Familie en andere naasten kunnen u vragen bezoeken in te plannen. Voor een goede verdeling is het wellicht zinvol om dit in overleg met hen te doseren en te coördineren. U creëert zo ook ruimte en tijd voor uzelf.
- Wilt u even samen zijn met uw partner, bespreek dit dan met de verpleegkundige.
- Wilt u dichtbij uw partner blijven, dan kunt u logeren in het familiehuis. Vraag in de kliniek naar de mogelijkheden en vergoeding via de ziektekostenverzekeraar.

Relatie

De ziekte en behandeling van uw partner kan invloed hebben op uw relatie. Kanker kan de verhouding tussen partners veranderen en kan een relatie onder druk zetten. Hierdoor kan het moeilijk zijn om uw gedachten en emoties te delen uit angst de ander te belasten.

- Probeer uw gevoelens toch met elkaar te bespreken. Dit kan leiden tot wederzijds begrip en maakt het gemakkelijker om elkaar te blijven steunen. Vertel wat u denkt, wat u voelt, waar u bang voor bent en wat u nodig heeft. Desondanks kunnen er verschillen zijn in hoe u en uw partner omgaan met de situatie.
- Sta regelmatig stil bij de vraag wat u allebei nodig heeft om deze periode door te komen en elkaar te blijven steunen.

Gezin en ander naasten

De situatie raakt ook uw eventuele gezin en naasten.

- Heeft u kinderen? Informeer en begeleid hen dan gedurende het ziekteproces en de behandeling.
- Stel prioriteiten in het informeren van uw sociaal netwerk. Dit kan door het bijhouden van een weblog of door op vaste momenten een e-mail te versturen. Doel hiervan is om een grote groep mensen op de hoogte te houden. De huidige sociale media bieden veel mogelijkheden, maar lijken soms ook om reacties te vragen. Kijk wat voor u wenselijk is.
- Probeer u te realiseren dat ieder op een andere manier reageert op de situatie en dat deze reacties tegengesteld kunnen zijn met hoe u er zelf mee omgaat.



- Bedenk dat het fijn is om iemand in uw omgeving te hebben waar u uw zorgen mee kunt delen.
- Geef aan waar mensen u mee kunnen helpen. Denk hierbij aan mentale steun of concrete zorgtaken en praktische zaken zoals: maaltijden koken, boodschappen doen en huishoudelijke taken. Dit kan u helpen om te ontspannen en geeft uw familie en kennissen de mogelijkheid om iets te kunnen betekenen.

Werk

Heeft u een baan, dan moet u uw werk, de zorg voor uw partner en de zorg voor uw eventuele gezin thuis zien te combineren. Hierbij is het contact met uw werkgever belangrijk.

- Houdt uw werkgever op de hoogte van de situatie. Bedenk in hoeverre u in staat bent om te werken en bespreek dit met uw werkgever.
- Wanneer het werk een te grote belasting wordt naast de zorg en bezoeken aan uw partner, ga dan in gesprek over de mogelijkheden binnen het huidige werk en verlofregelingen.
- Ook wanneer u nog niet bent ziek gemeld, kunt u een gesprek aanvragen met uw bedrijfsarts. De bedrijfsarts kan met u meedenken over hoe u het op lange termijn vol kunt houden.

Zorg voor uzelf

Er komt veel op uw af, u krijgt te maken met spanning en onzekerheid. De ziekte staat centraal waarbij voor uw partner de focus ligt op het ondergaan van de behandeling. Het is mogelijk dat u hierdoor weinig aan uzelf toekomt en aan uw eigen emoties.

- Het aanhouden van een vaste structuur in de dag kan helpen, het geeft rust en overzicht.
- Maak tijd voor uzelf, blijf dingen doen waar u ontspanning in kunt vinden. Zo houdt u het langer vol.

Behoeftte aan extra ondersteuning?

Heeft u nog vragen of behoefte aan extra ondersteuning, dan kunt u via psychosociale zorg terecht bij medisch maatschappelijk werk.

- Voor ondersteuning, begeleiding en advies voor zowel u als uw partner.
- Voor het zoeken naar mogelijkheden om met de problemen als gevolg van de ziekte om te gaan.

U kunt zelf contact opnemen of aan de verpleegkundige of arts vragen dit voor u te doen. U kunt ook ondersteuning krijgen van een geestelijk verzorger, psycholoog, psychiatrisch verpleegkundige of psychiater.

Meer informatie

- Psychosociale zorg: https://www.erasmusmc.nl/psychosociale_zorg/contact/
- Platform met informatie over de verschillende verlofregelingen: www.mantelzorgpower.nl
- Informeren en begeleiden van kinderen: 'Wanneer u als vader of moeder kanker heeft, wat betekent dit voor uw kinderen?'
- Coördineren bezoeken van familie en naasten: ziekenhuisplanner.nl



Familiehuis

In het Familiehuis kunnen partners en familieleden van patiënten logeren gedurende de periode van behandeling. In het Familiehuis beschikken zij (voor een relatief kleine eigen bijdrage) over een eigen gastenkamer met badkamer. Ook kunnen ze gebruikmaken van de gemeenschappelijke faciliteiten zoals als een keuken, eetkamer en woonkamer. Het huis geeft zowel de zieke als logerende familieleden de rust van het dichtbij elkaar kunnen zijn.

Meer informatie over het Familiehuis kunt u vinden op de website www.familiehuis.nl.

Telefoon: (010) 704 11 05.

Mail: familiehuis@erasmusmc.nl

Patiëntinformatiecentrum Oncologie (PATIO)

Het patiëntinformatiecentrum is er voor iedereen die met kanker te maken krijgt, als patiënt of naaste. Het informatiecentrum bevindt zich aan de Zimmermanweg en is geopend van maandag t/m vrijdag van 8.00 - 16.30 uur. Telefoon: (010) 704 12 02. Mail: patio@erasmusmc.nl
Voor alle mogelijkheden en activiteiten: www.erasmusmc.nl/kankerinstituut/patio. Kijkt u ook eens naar het ervaringsverhaal van Joris: youtu.be/4GVqbuyUSnA





