



# Cancerrehabilitering

## Sjukgymnastens roll nu och i framtiden

Ylva Dahlin  
Specialistsjukgymnast inom onkologi  
2012-03-15

Sjukgymnasten arbetar  
med rörelse

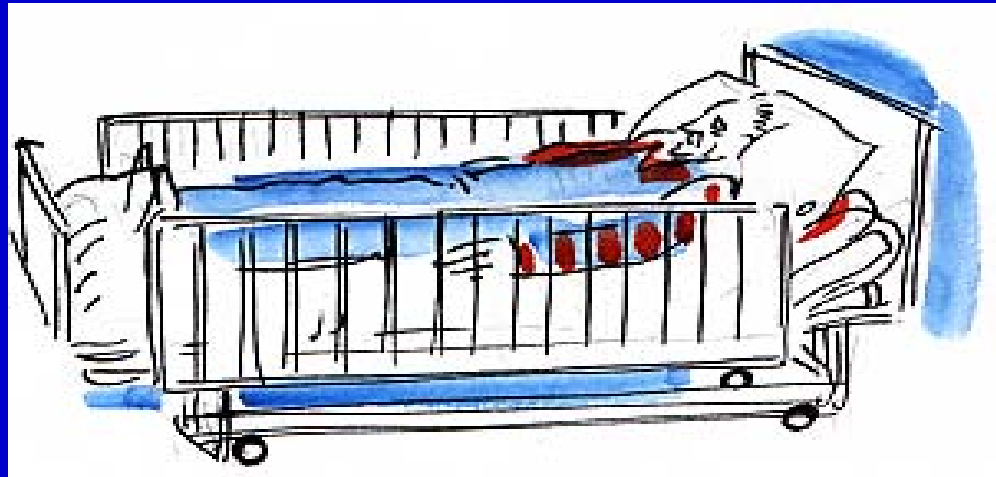
som huvudsakligt medel för  
att främja hälsa och

minska ohälsa när  
människans hälsa  
begränsas

eller hotar att begränsas av  
sjukdom och skada,

ålder och miljöfaktorer.





Lotta 45 år,  
kliniskt recidivfri 1 år efter  
bröstcancerdiagnos.

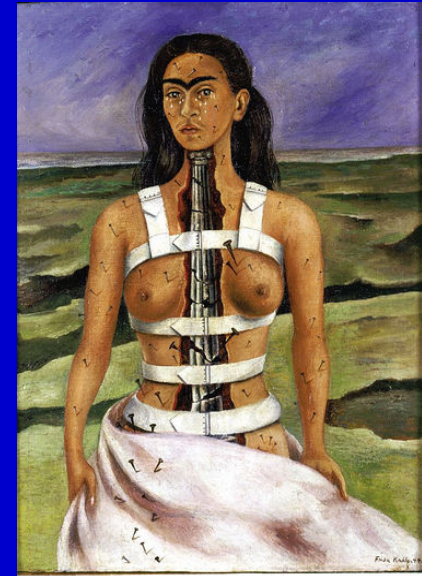


**Fysiska** - massiv trötthet, ledvärk, svettningar, sover dåligt, spänningshuvudvärk

**Psykiska** - nedstämd, svårt med initiativ

**Sociala** - inte jobba heltid, inga sociala kontakter, inget samliv

**Existentiella** - vad är meningen med allt det här?



Hur ser det ut hos er?  
Hur fångar ni upp era Lottor?

# 13 researchers most important messages for cancer patients and survivors:



Avoid inactivity!

<http://www.cancer.gov/ncicancerbulletin/062910/page5>

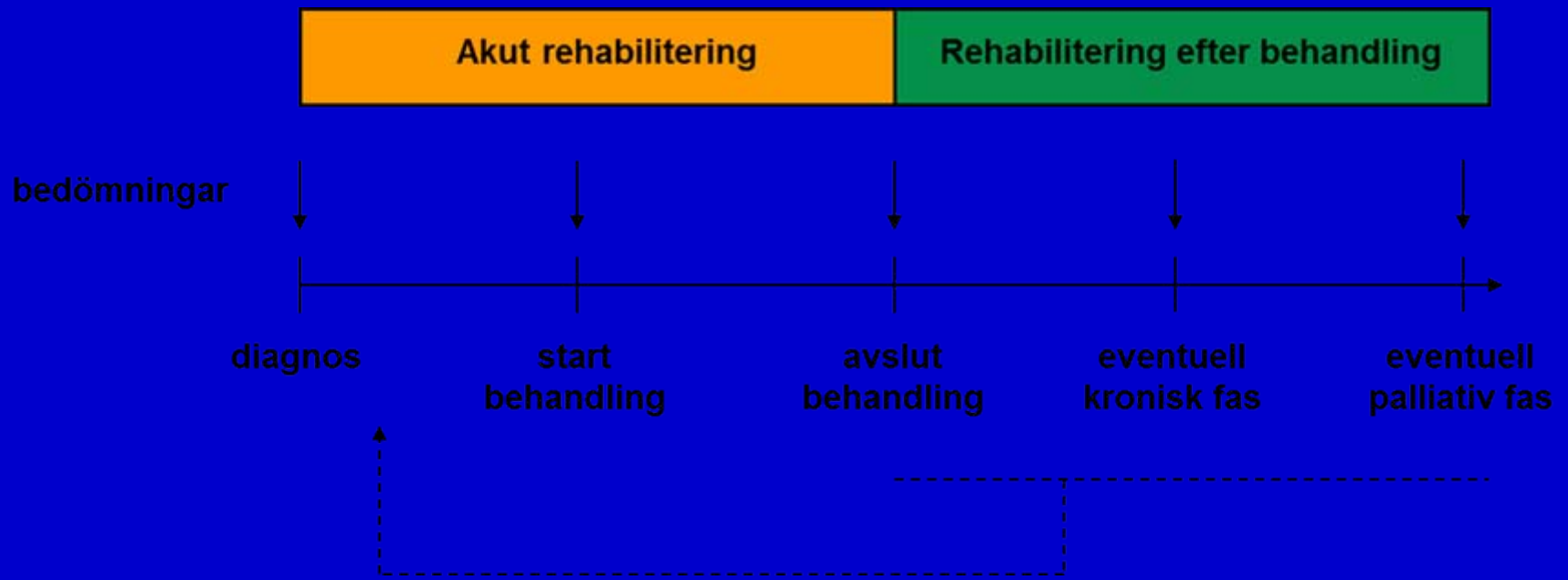
# American College of Sports Medicine Roundtable on Exercise Guidelines for Cancer Survivors 2010



[http://journals.lww.com/acsm-msse/Fulltext/2010/07000/American\\_College\\_of\\_Sports\\_Medicine\\_Roundtable\\_on.23.aspx](http://journals.lww.com/acsm-msse/Fulltext/2010/07000/American_College_of_Sports_Medicine_Roundtable_on.23.aspx)







<http://blogg.regionhalland.se/cancerrehabilitering/cancerrehabilitering/>

# Vad stärker sjukgymnasten roll

Mer och mer evidens för våra metoder

Kunniga sjukgymnaster

Allt mer välinformerade patienter

# Utmaningar

Otillräcklig kunskap om betydelsen av fysisk aktivitet

Otillräcklig kunskap om sjukgymnastens kompetens

Behov av marknadsföring

Ojämnt fördelade resurser

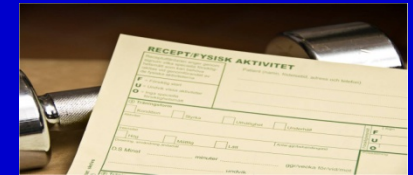
Vad behöver vi sjukgymnaster  
göra för att ta plats i framtidens  
cancervård?

# Sjukgymnastens roll i framtiden...

Förebyggande roll, folkhälsa.



Tidig cancerrehabilitering, FaR®



Beteendereinriktade metoder, MI,  
livsstilsmottagning

Slutenvård, rehabiliterande arbetssätt.

Marknadsföring



