
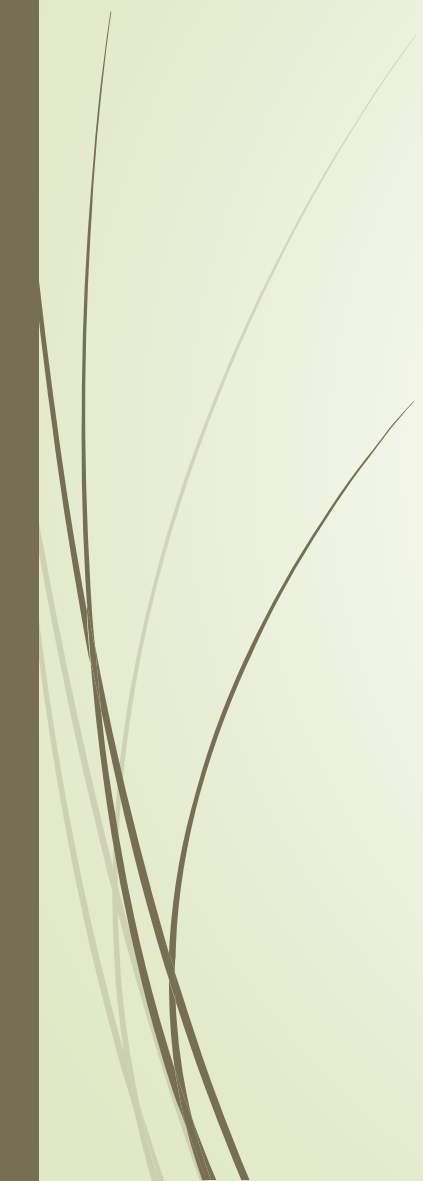


- 
- 
- **Regin Dahl Fysioterapeut Arvika Sjukhus
Cytostatika sektionen/Palliativa teamet**



Agenda

- Rehabilitering och träning av cytostatika patienter vid Arvika Sjukhus.
 - Patient Case, erfarenhet på fysioterapi av CIPP.
 - Funktionell träning av palliativa patienter.
- 



SKILLNADEN MELLAN REHABILITERING AV CYTOSTATIKAPATIENT OCH Palliativ PATIENT

CYTOSTATIKA PATIENT

FOKUS PÅ TRÄNING



PALLITIV PATIENT

FOKUS PÅ
FUNKTIONELL
TRÄNING/ADL





Cytostatika patienterna erbjuds:

- Obligatorisk samtal, om aktivitet och träning,
- Fysioterapi för de som inte når rekommenderad aktivitet.

- Vid behov, fysisk träning i grupp och bassäng.
- Vid behov, samtal inför start av jobb.



Hur arbetar jag med Cytostatika patienterna?

Syfte: Hjälpa till självhjälp och kroppskännedom, därigenom snabbare tillgång till egen kraft och funktion med ökad livskvalitet under och efter behandling med cytostatika och strålbehandling.



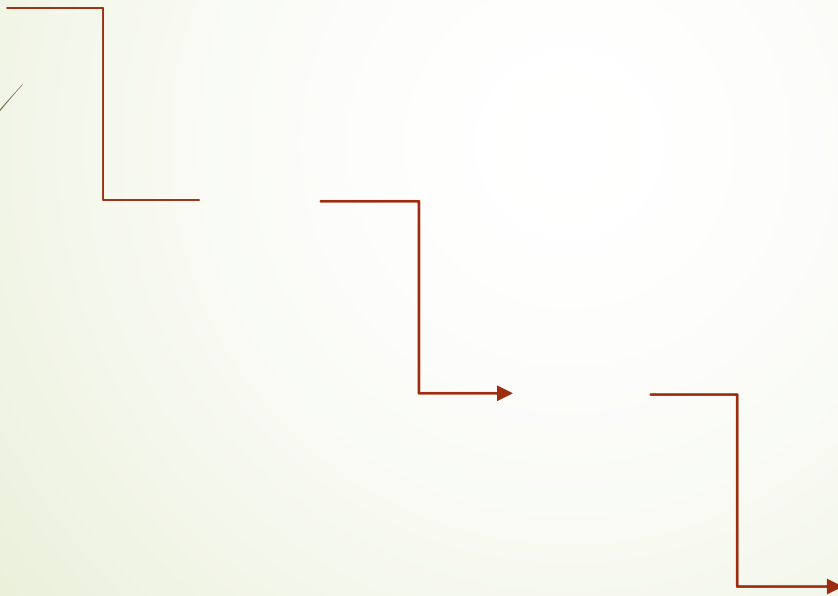
Rehabiliterings mål

Rehabiliteringsmål :

1. Stödja och ta vara på patientens befintliga aktivitets nivå.
2. Motivera patienten till att uppnå rekommenderad aktivitet (FrM) innan nästa cytostatika behandling.
3. Ge patienten erfarenhet på hur man skall rehabilitera sig själv efter sista behandling.

”Vanligt” upplevd patient förlopp

Symptomen vid 1 cytostatika behandling



Symptomen vid sista cytostatika behandling

Livskvalitet



Några utmaningar för rehabiliteringen

- Fatigue, hjärnans trötthet, och trötthet i kroppen
- Olika symptomen i fötterna och händerna (CIPP).
- Att ta vara på aktivitet från tidigare
- Att lära patienten att balansera mellan aktivitet, livskvalité och vila under behandlingen.
- Att lära hur patienten kan rehabilitera sej själv efter cytbehandlingen.
- Att stödja teamet och patienten i den medicinska behandlingen.

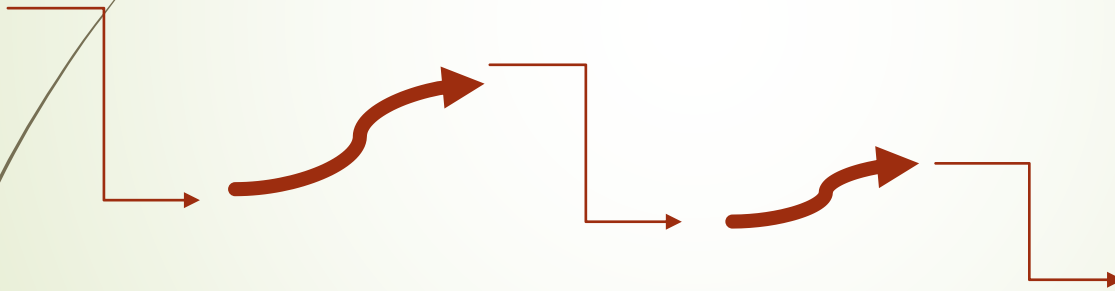
Fatigue Rehabiliterings Modell (FrM)

Mål: minimum ca 45 minuter till 1 timmes träning om dagen för god symtomkontroll.

1. Bas med 30 min promenad med minimum 3 korta intervaller från 30 sec. till 2 minuter.
2. Valfri aktivitet som bygger på tidigare aktivitet, för att behålla patientens livskvalité och autonomi under och efter behandlingen.

Patient förlopp med FrM

1 cytostatika behandling



Sista behandling

Livskvalité



Dosering – Inte som tjuren Ferdinand



Källa:
http://static.illustrations.com/cache/t26/film-e-poze/2009/08/Ferdinand_the_Bull_1251724364_3_1938.jpg



VILA


- ▶ Att unna sej vila utan dålig samvete.



- ▶ Vila smart. Utnyttja vilan med syfte på att behålla mest möjligt av sin livskvalitén, orka mera och lättare.



- ▶ Organisera vilan för att underlätta DLA under dagen och väckan fram tills nästa behandling.



Fysioterapi stöder den medicinske behandlingen

Ett annat oväntat positivt resultat för cytostatika patienterna, är att med mindre kroppsliga symptom har vi är fart följande:


- Patienten orkar flera cytostatikabehandlingar.
- Patienten genomför oftare och lättare hela behandlingen
- De ombokar och avbeställer mindre.



Patient Case

Cytostatika inducerad perifer polyneuropati (CIPP)





5 huvudorsaker till cytostatika inducerad perifer polyneuropati (CIPP)?

Min praxiserfarenhet visar:

- Medikament påverkan (f. eks Oxaliplatin).
- Central Cirkulation svaghet i kroppen
- Hård muskulatur i vaden
- Svullnader i ankel, kudde känsla under foten.
- Sämre balans och små steg.

Åtgärd

- **Cirkulation** ➔ Intervall träning.
- **Hård muskulatur** ➔ massage, mobilstation och/eller krampförebyggande övningar för vaden m.
- **Medikament påverkan** ➔ Gå träning med måttlig tempo över lång tid.
- **Svullnad ankel** ➔ Lymfdränage, mobilisering av ankelled i extension/dorsal flexion.
- **Dålig balans** ➔ Mobilstation i extensions, balans övningar och använda stavar med syfte att ta längre steg.



Cave Fysioterapeuten

Fara för kontaminering, patienten har kläder på under behandlingen (Fertilitet hos behandlar). (Minimum 5 dagar tills cytostatikan har gått ur kroppen)

Inte använda "patienternas" toa.

Strålade patienter inga kontaminations fara, bara beakta röd och sår hud.

Akta om du själv är en smittrisk för dom med Stärkt nedsatt immunförsvar.



Fysioterapi tekniker jag har valt bort

- Manipuleringar, cave metastaser i skelettet
- Tunga vikter, heller lav vikt och många repetitioner.
- ”Sports töjningar”, med lång hävstång och över lång tid.
- Övningar med lång hävstång.
- Många övningar samtidigt, svårare att justera övningarna och dos vid smärta.
- Maxträning under behandlingen, men hård träning är önskelig.
- Övningar som gir ökat smärta av träningen/behandlingen, smärtorna skall ha reduceras innan ca 24 timmar.



Cave

- Fara för Patologiska frakturer/lytiska.
- Höga Infektioner
- Feber
- Anemi
- Stärkt nedsatt immunförsvar



SKILLNADEN MELLAN REHABILITERING AV CYTOSTATIKAPATIENT OCH Palliativ PATIENT

CYTOSTATIKA PATIENT

FOKUS PÅ TRÄNING



PALLITIV PATIENT

FOKUS PÅ
FUNKTIONELL
TRÄNING/ADL





ETISKA PRINCIPER Inom PALLIATIV VÅRD

- ← Autonomi
- ← Göra gott
- ← Inte skada
- ← Fördela resurserna rättvist



Tidpunkt för Start av fysioterapi

Mycket händer i början och många symptom och smärtor blir lindrigare eller borta.

Start av fysioterapi efter att patienterna är medicinskt stabiliserade av det Palliativa teamet.




Hitta livskvalité för patienten i patientens hem

Fokus på en god anamnes:

- Va är livskvalité för patienten och familjen?
- Hitta ADL för att bevara patientens autonomi.
- Hitta olika Symptom för symtomkontroll.
- Låta patienten röra sej i varje rum för att identifiera möjliga risk för att skada sej och hjälpmedel som underlättar ADL.

Praktisera fysioterapibehandling tillsammans med patienten.

- syfte att minimera skaderisk, stärka behandlings resultatet.
- syfte att stöda anhöriga och annat vårdpersonal.



Val av fysioterapeutiska interventioner


- Välja funktionella övningar med fokus på funktionell träning.
- Välja åtgärd som lindrar och ger symptomkontroll.
Sista veckan, mera fokus på:
- Välja mellan olika profylaxen, involverar anhöriga och annan vårdpersonal (hjärta, lunga, trycksår, profylax...) dom sista dagarna patienten lever.



Huvudmål att öka livskvalité

Aktuella delmål:

- Främja optimal funktion och största möjliga grad av självständighet.
- Förebygga komplikationer som följd av IM mobilisering.
- Förebygga och lindra smärta, dyspné, trötthet och andra symptom.
- Reducera / lindra lymfödem.
- Ge goda kroppsupplevelser.
- Främja avspänning, lindra ångest och oro.



Följande fysioterapi åtgärd kan vara aktuella

- Olika rörelser och träning på olika nivå, individuellt och i grupp.
- Smärtlindrande och smärtförebyggande åtgärder.
- Åtgärder för att optimera respirationen.
- Ödem- / lymfödembehandling.
- Åtgärder för att främja avspänning, ge god kroppsoplevelser och lindra ångest och oro.
- Anpassning av hjälpmedel / tillrättaläggning.
- Råd och vägledning till patient, närstående och vårdpersonal.



VILA och smärtstillande vid aktivitet

- Att unna sej vila utan dålig samvete för patienten och anhöriga.
- Vila smart. Utnyttja vilan med syfte på att behålla mest möjligt av din livskvalitén, orka mera och lättare.
- Organisera vilan under dagen och veckan fram tills nästa aktivitet.
- Motivera för att använda ordinerad ”vid behovs smärtstillande” för att underlätta och stöda kvaliteten och trygga ADL funktioner.

- 
- 
- **Regin Dahl Fysioterapeut Arvika Sjukhus
Cytostatika sektionen/Palliativa teamet**