

Praktisch

Voor wie?

Voor alle belangrijke personen die aanwezig zijn tijdens het ziekteproces

Prijs?

Gesprekken zijn gratis

Plaats?

Sint-Andriesziekenhuis

Bruggestraat 84

8700 Tielt

Interesse?

Oncologisch Support Team

T 051 42 57 45

ost@sintandriestielt.be



Uw gezondheid, onze zorg.

Leven met een naaste met kanker

Informatiebrochure



Uw gezondheid, onze zorg.

Oncologisch Support Team
051 42 57 45

Sint-Andriesziekenhuis vzw
Bruggestraat 84, 8700 Tielt
T 051 42 51 11 - F 051 42 50 20
info@sintandriestielt.be - www.sintandriestielt.be

06/10/20

Bron: Psychologen en Oncologisch Support Team
Sint-Andriesziekenhuis, 6 oktober 2020



Beste mevrouw, meneer **Beste partner, familielid, mantelzorger**

Wat verandert er in jouw leven als je naaste kanker heeft? Je wil hem/haar zo goed mogelijk ondersteunen, maar hoe pak je dat aan? En waar kan jij terecht met je gevoelens, vragen en problemen?

Het kan helpen om hierover te praten, tips te krijgen of om gewoon eens je hart te luchten. Je wil je sterk houden voor je naaste, maar ook jij bent wel eens de moed kwijt.

Verschillen in verwerking

Jouw emoties lopen niet altijd gelijk met die van je dierbare. Jij kan bijvoorbeeld verdrietig zijn, terwijl de ander juist hoopvol is.

Of andersom, de ander ziet het helemaal niet meer zitten, terwijl jij er juist tegenaan wil gaan.

Angst en onzekerheid

Ook als familielid of mantelzorger ben je bang en voel je je onzeker, om de zieke, maar wellicht ook om jullie onderlinge relatie en toekomst.

Machteloosheid

Je zou zo graag iets doen, maar wat? Je kunt de pijn en de angst niet wegnemen. Besef dat je als naaste een grote steun bent, door er 'gewoon' te zijn.

Boosheid

De ziekte verandert ook jouw leven, jouw plannen en verwachtingen. Je had het je waarschijnlijk helemaal anders voorgesteld. Soms vraag je je af: 'waarom moet dit nu juist gebeuren?'. Dat kan je boos en opstandig maken.

Wisselende stemmingen

De stemming van iemand met kanker kan heel wisselend zijn. Ook jouw gemoedstoestand kan variëren van verdrietig tot opgewekt en alles wat daar tussenin zit. Als je naaste tegen je uitvalt of zich juist in zichzelf terugtrekt, heeft dat natuurlijk zijn weerslag op jullie relatie.

Omgang met symptomen/nevenwerkingen

Kennen en herkennen van symptomen en nevenwerkingen is erg belangrijk. Iedere patiënt ervaart ze anders en gaat er anders mee om. Hoe kan je je dierbare daarin maximaal ondersteunen en hoe kan je er zelf rust bij vinden?

Veranderingen in de relatie

Soms lijkt het alsof niets meer is zoals vroeger. Bij veel mensen verandert de ziekte hun kijk op het leven. Ook veranderingen in de taakverdeling en rolinvulling zijn onvermijdelijk. Toch is het belangrijk om te zoeken naar een nieuw evenwicht waar iedereen zich goed bij voelt.

Wellicht zal je naaste aanvankelijk meer behoefte hebben aan steun dan jij. Wederzijdse steun is echter belangrijk, daar hebben jullie allebei behoefte aan. Een relatie blijft een kwestie van geven en nemen.

Aandacht voor jezelf

De meeste familieleden en mantelzorgers willen zoveel mogelijk voor hun zieke naaste doen. Sommigen eisen te veel van zichzelf. Bescherm ook jezelf: je kunt eenvoudigweg niet altijd klaarstaan! Juist omdat jouw steun voor langere tijd nodig is, kan het raadzaam zijn je zorgen met anderen te delen en tijd voor jezelf te nemen, zodat je even kan bijtanken.

