Digitalt understøttet rehabilitering af borgere med hoved-halskræft

I februar 2020 blev der på sundhed.dk lanceret et digitalt understøttet rehabiliteringstilbud til borgere med hoved- halskræft. Tilbuddet, som er en del af hjemmesiden www.sundhed.dk, er udarbejdet af det kommunale rehabiliteringscenter Center for Kræft og Sundhed København i tæt samarbejde med sundhed.dk, sundhedsprofessionelle i hele landet og Netværk for patienter med hals- og mundhulekræft. Projektet er støttet af puljemidler fra Sundhedsstyrelsen.

Tilbuddet har fokus på to målgrupper
Sundhedsprofessionelle: https://www.sundhed.dk/sundhedsfaglig/opslag-og-vaerktoejer/rehabilitering-hoved-halskraeft/
Borgere og pårørende: https://www.sundhed.dk/borger/behandling-og-rettigheder/kraeft/hoved-halskraeft/

Hjælp til diætister
I området for sundhedsprofessionelle kan du som diætist søge viden om de typiske kostrelaterede udfordringer og ernæringsmæssige risici, der kan opstå hos borgere med hoved-halskræft.

Her kan du finde en guide til spørgsmål, du kan stille i din kostanamnese samt konkrete praktiske anvisninger for, hvordan borgerne vejledes til at komme i gang med at spise igen efter endt behandling. Du kan hurtigt få indsigt i patientgruppens ernæringsproblemer, og hvordan du griber den diætetiske praksis an.
På området for sundhedsprofessionelle finder du også vejledningsmateriale til print og udlevering som fx energi- og proteintabel, spiseguide, konsistenscirkel og meget andet.
Materialet kan bruges som et visuelt værktøj for erfarne diætister på hoved- halskræftområdet, men er særligt anvendeligt og retningsanvisende for de diætister, der er nye i faget eller ikke har erfaring på området.

Det digitalt understøttede rehabiliteringstilbud er skabt af et tværfagligt og tværsektorielt team af erfarne sundhedsprofessionelle på området (læger, sygeplejersker, ergoterapeuter, fysioterapeuter, psykologer og diætister) til anvendelse i tværfaglig praksis. Du kan derfor også finde instrukser om genoptræning af tygge- og synkefunktion, vejledning om fysisk træning, viden om bivirkninger, senfølger, problemer med tale og de psykiske og sociale problemstillinger, der kan opstå for borgerne.

Råd til borgerne
Det andet område er målrettet borgere med hoved-halskræft og deres pårørende. Her er der adgang til fakta, råd og vejledning om blandt andet kost og ernæring, sygdom, behandling og senfølger. Der er små film, hvor diætist Gitte Ploug Balling giver råd og vejledning omkring kost og konsistens og små film med patientcases og podcasts.

Konsistenscirklen: Efter en længere periode på sondemad eller tilskudsdrikke må mad med forskellig konsistens gradvist introduceres. Konsistenscirklen illustrerer hvorledes man gradvist kan udfordres med forskellige konsistenser.

Mail: TF11@kk.dk

Sådan bruger diætist Gitte Ploug Balling siden i sin daglige kliniske praksis i Center for Kræft og Sundhed København

"Jeg har fokus på at gøre mine patienter opmærksomme på, at siden eksisterer og er tilgængelig. De forskellige råd og vejledninger understøtter den intervention, som jeg har med den enkelte. Mange af de grafiske fremstillinger kan med fordel printes og udleveres til patienterne, fx konsistenscirklen og energi- og proteintabellen, så patienterne kan have inspirationen hængende hjemme på køleskabet. Jeg oplever, at mange af mine patienter er glade for de små film, der er på siden. Hoved-halskræftpatienter er en meget overset patientgruppe, og det er vigtigt, at der nu er et sted, hvor de kan få vejledning, og hvor alle kan finde patienthistorier at spejle sig i."