

Psychosociale problematiek bij oncologie

Wijk



Als verpleegkundige, verzorgende of verpleegkundig specialist in de wijk werk je soms met zorgvragers die kanker (gehad) hebben. De handreiking ‘Psychosociale problematiek bij oncologie’ geeft je advies om deze zorgvragers en hun naasten te helpen bij psychosociale problemen. Bijvoorbeeld als zij het moeilijk vinden met hun ziekte en de gevolgen ervan om te gaan. Of als zij zich machteloos voelen of niet zoveel sociale contacten hebben. Hieronder vind je een samenvatting van de belangrijkste aanbevelingen uit de handreiking.

Samenvatting

Wat is psychosociale problematiek?

Bij psychosociale problematiek heeft iemand last van vervelende gevoelens die te maken hebben met gedachten, gedrag, emoties, sociale contacten of vragen over zingeving. Bij mensen met kanker en hun naasten kan dit ervoor zorgen dat zij het moeilijk vinden om met de ziekte en de klachten of behandeling ervan om te gaan.

Voorbeelden van psychosociale problemen:

- zich kwetsbaar voelen
- paniek voelen
- verdrietig of angstig zijn
- depressieve gevoelens hebben
- weinig contact met andere mensen hebben
- problemen ervaren rondom zingeving of levensvragen

Jij kunt zorgvragers helpen om beter met deze problemen om te gaan en ergere psychosociale problemen te voorkomen. Ook als genezing van de ziekte niet meer mogelijk is. Dit wordt psychosociale ondersteuning genoemd.

Meetinstrumenten

Ga in gesprek met de zorgvrager en zijn naasten over hoe het met hen gaat en wat hen bezighoudt. Zo kun je psychosociale problemen op tijd herkennen. Kies één meetinstrument en gebruik dit in het hele verpleegkundige proces (herkennen, diagnosticeren, evalueren). Dit helpt om het gesprek structuur te geven en de verpleegkundige diagnose te stellen. Ook kun je dan beoordelen hoe eventuele problemen zich ontwikkelen.

Overweeg om een van de volgende meetinstrumenten te gebruiken:

- **Spinnenwebmodel van Positieve Gezondheid**
Vragenlijst om verschillende aspecten van iemands gezondheid te onderzoeken. Zoals vragen over zingeving en hoe iemand zich voelt.
- **Screening Inventory of Psychosocial Problems (SIPP)**
Instrument voor screenen, signaleren en/of monitoren van psychosociale problemen
- **Lastmeter**
Vragenlijst om te zien of de zorgvrager psychosociale zorg nodig heeft
- **EORTC QLQ-C30**
Vragenlijst over de kwaliteit van leven

Als aanvulling op bovenstaande meetinstrumenten kun je de volgende hulpmiddelen gebruiken bij het stellen van de verpleegkundige diagnose:

- **NANDA**
- **Omaha System**
- **ICF-model**

Evaluëren

Evalueer regelmatig met de zorgvrager, bijvoorbeeld elke 3 maanden of bij veranderingen in de situatie van de zorgvrager. Overweeg om hiervoor het model Positieve Gezondheid en/of de Lastmeter te gebruiken.



Bekijk uitgangsvraag 1, 2 en 4 van de handreiking voor meer informatie over meetinstrumenten.

Interventies

Hieronder vind je verschillende interventies die je kunt inzetten.

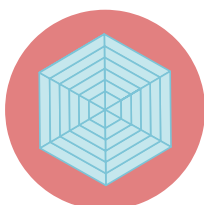
In gesprek



Luister zonder oordeel en met begrip naar de zorgvrager. Gebruik gesprekstechnieken, zoals actief luisteren, doorvragen en oprechte interesse tonen. Je kunt ook motiverende gespreksvoering gebruiken. Hierbij help je de zorgvrager om na te denken over wat hij of zij wil en nodig heeft. Bij gedeelde besluitvorming (shared decision making) kijk je samen naar de mogelijkheden en kies je wat het beste past bij de zorgvrager.

Overweeg om de zorgvrager telefonisch te begeleiden als dit beter past bij de situatie. Dit kan bijvoorbeeld een positief effect hebben op angst.

Interventiemodellen



Gebruik beide interventiemodellen of kies er één:

Het model **Positieve Gezondheid** helpt mensen beter omgaan met uitdagingen in hun lichaam en sociale en gevoelsleven.

Het **PLISSIT-model** is een stappenplan om seksuele gezondheid te bespreken, maar kan ook gebruikt worden bij psychosociale problemen.

Overweeg het gebruik van **Nursing Interventions Classification (NIC)** om passende interventies te vinden. Zoals informatie geven over psychosociale problemen of ondersteuning bij hoe de zorgvrager met problemen omgaat.

Websites en digitale hulpmiddelen



Gebruik informatieve websites en digitale hulpmiddelen bij de ondersteuning van mensen met psychosociale problemen. Je kunt deze websites ook met de zorgvrager delen of bespreken.

- **Kanker.nl**
Hier vind je informatie en apps over ondersteuning bij psychosociale problemen.
- **Wegwijzer bij kanker**
In de wegwijzer vind je een overzicht van verschillende soorten hulp en informatie, zoals praktische ondersteuning en juridische of financiële hulp.
- **Instellingen Psychosociale Oncologie (IPSO)**
Op IPSO is veel informatie over informele zorg in de regio te vinden.
- **Integraal Kankercentrum Nederland (IKNL)**
Hier vind je bijvoorbeeld richtlijnen over zorg bij kanker en doorverwijzingen naar andere websites met richtlijnen.
- **Aya Zorgnetwerk**
Hier vind je informatie over ondersteuning bij jongvolwassenen.
- **Care for Cancer**
Care for Cancer biedt ondersteuning aan mensen met kanker en hun naasten.
- **Verwijsgids Kanker**
In de verwijsgids vind je informatie over organisaties en zorgverleners waarnaar je kunt doorverwijzen.



Betrek naasten, met toestemming van de zorgvrager, zoveel mogelijk bij het toepassen van interventies waarbij geen medicatie wordt gebruikt.



Bekijk [uitgangsvraag 3 van de handreiking](#) voor meer informatie over interventies.

Doorverwijzing



Een goed gesprek met de zorgvrager kan voldoende zijn. Maar soms hebben de zorgvrager en/of zijn naaste extra steun nodig. Beoordeel op basis van jouw klinische ervaring en het gebruikte screeningsinstrument of extra psychosociale zorg nodig is. Overweeg ook om de psychosociale problemen en ondersteuning in het teamoverleg van jouw zorgorganisatie te bespreken.

Overweeg om het ABC-model uit de handreiking te gebruiken. Met dit model onderzoek je de wensen en behoeften van de zorgvrager. Ook kijk je of er sprake is van een crisissituatie. Verwijs daarna door naar een geschikte zorgverlener. Bijvoorbeeld een psycho-oncologisch centrum, fysiotherapeut, oncologieverpleegkundige of POH-GGZ.



Zorg dat je weet hoe de psychosociale zorg in de regio van de zorgvrager is geregeld. Werk samen met andere zorgverleners om de beste zorg te bieden en van elkaar te leren. Betrek ook de huisarts bij de zorg en stem met elkaar af tijdens het zorgproces.



Bekijk [uitgangsvraag 5 van de handreiking](#) voor meer informatie over het ABC-model en het verwijzen naar andere zorgverleners.