

# Rintasyöpäleikkauspotilaan fysioterapiaprosessin kehittäminen

## Tyksin fysioterapiayksikössä

Himberg Marianne, Artava Sari, Tuuli Anneli, Jokinen Elina, Rekunen Maijastiina



### Ft-poliklinikkaohjauk käynti

- ✘ Käynti laajan toimenpiteen läpikäyneille (rinnan poisto, kainaloevakuatio) n. 2 vkon kuluttua potilaan **lähisairaalassa**.
- ✘ Kontrolloidaan leikkauksesta toipumista ja arkielämässä toimimista. Huomioidaan erityisesti: yläraajan liikkuvuus, haavan/arven paraneminen, lymfastrangit, turvotus ja kompression tarve.
- ✘ Kannustetaan fyysiseen aktiivisuuteen ja rohkaistaan omaan kuntoutumiseen.

### Kuntoutusinfo digihoitopolulla

- ✘ Fysioterapeutit ja rintasyöpähoitajat ovat laatineet **Syöpäpotilaan digihoitopolulle kuntoutusinfovideon** potilaan kuntoutumisen tukemiseksi. Kerran kuukaudessa järjestettävässä **ryhmächatissa** on mahdollisuus esittää kysymyksiä asiantuntijoille ja saada vertaistukea muilta osallistujilta. Potilaat, jotka eivät ole digihoitopolulla, saavat materiaalin kirjallisena.
- ✘ Palautetta prosessin kehittämiseksi kerätään systemaattisesti.



### Toimenpide

### Preoperatiivinen ohjeistus

**TARVE:** Fysioterapiaohjauksen optimaalinen kohdentuminen rintasyöpäleikkauspotilaan hoitopolulla.

**TARKOITUS:** Rintasyöpäleikkauspotilaan kuntoutumisen prosessin uudistaminen ja tehostaminen moniammatillisesti.

- » digitaalisten ohjausmenetelmien kehittäminen ja hyödyntäminen
- » moniammatillinen yhteistyö
- » kokonaisvaltainen kohtaaminen
- » progressiivinen liikkuvuus- ja lihasvoimaharjoitteluopas
- » preoperatiivisuus
- » kohdennettu ft-ohjauk käynti
- » liikunnan ja fyysisen aktiivisuuden korostaminen
- » arkielämässä selviytymisen tukeminen
- » vertaistuki



- ✘ **Kuntoutuminen rintasyöpäleikkauksen jälkeen** –opas annetaan potilaalle leikkauksen suunnittelukäynnillä **etukäteen** tutustuttavaksi.
- ✘ Oppaassa kuntoutumisen eteneminen laadittu kolmivaiheiseksi sisältäen **progressiivisen** liikkuvuus- ja lihasvoimaohjeistuksen.
- ✘ Oppaassa painotetaan myös fyysisen aktiivisuuden ja **liikunnan merkitystä**.