



СОЦИАЛЬНАЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ ПОСЛЕ ЛЕЧЕНИЯ РАКА

Онкологическое заболевание оказывает влияние не только на самочувствие и состояние здоровья пациента. Оно часто сопровождается эмоциональным напряжением, изоляцией и ощущением одиночества, перестройками в образе жизни. Без комплексной адаптации даже успешное лечение не гарантирует возвращения к полноценной жизни и сохранения ее качества.



Вид реабилитации

Физическая
Социальная
Психологическая

Область внимания

Патологический процесс, нарушение функций организма
Бытовые навыки, изоляция и экономические трудности
Тяжелые переживания, эмоции и поведение человека



Пациенты, прошедшие лечение от онкозаболеваний, отмечают такие сложности:



- финансовые трудности и проблемы с работой;
- общее ухудшение здоровья;
- необходимость перестраивать образ жизни.



Цели социальной и психологической реабилитации онкологических пациентов:

- восстановление психологического равновесия и эмоциональной устойчивости;
- адаптация к изменившейся жизненной ситуации;
- повышение социальной и профессиональной активности;
- поддержание высокого качества жизни.





Сфера реабилитации в России
молодая, но очень быстро развивается.
В отечественную практику
внедряются передовые решения
всестороннего восстановления.

- Реабилитационный диагноз: определение индивидуальных проблем, ограничивающих функционирование пациента.
- Мультидисциплинарные команды: врачи, психологи, социальные работники, эрготерапевты и педагоги формируют комплексную индивидуальную программу восстановления.
- Нозологический принцип работы специалистов: психологи ведущих онкоцентров специализируются на конкретных типах онкозаболеваний, что повышает эффективность помощи.



При оформлении инвалидности разрабатывается Индивидуальная программа реабилитации и абилитации (ИПРА), которая может включать такие меры поддержки, как:

- обеспечение техническими средствами реабилитации;
- индивидуальную или групповую работу с психологом;
- помочь специализированного педагога, дефектолога или логопеда;
- социальное сопровождение и адаптацию в быту;
- помочь в трудоустройстве, переобучение и профориентацию.

Их предоставление зависит от конкретной ситуации онкологического пациента.



Вопросы и рекомендации, актуальные для всех, кто вышел в ремиссию:

- Как справиться со страхом рецидива

Определите свою зону ответственности. В первую очередь, это образ жизни: активность, питание, режим и привычки. Спросите у врача, какие обследования нужно посетить в обязательном порядке, и следуйте рекомендациям. Не подавляйте эмоции: лучше выразите в творчестве или просто поделитесь с близкими.

- Как примириться с ограничениями в еде и любимых занятиях

Онкозаболевания окружены множеством мифов, поэтому сначала важно обсудить с лечащим врачом, что вам на самом деле можно и нельзя. Не отчаивайтесь раньше времени, чаще всего ограничения надуманы.

- Как наладить отношения с близкими

И начало лечения, и его окончание связаны с перестройками в образе жизни. Растерян не только пациент, но и его близкие. Внесите больше ясности в общение: расскажите, как с вами общаться, чем помогать, а где лучше не вмешиваться.