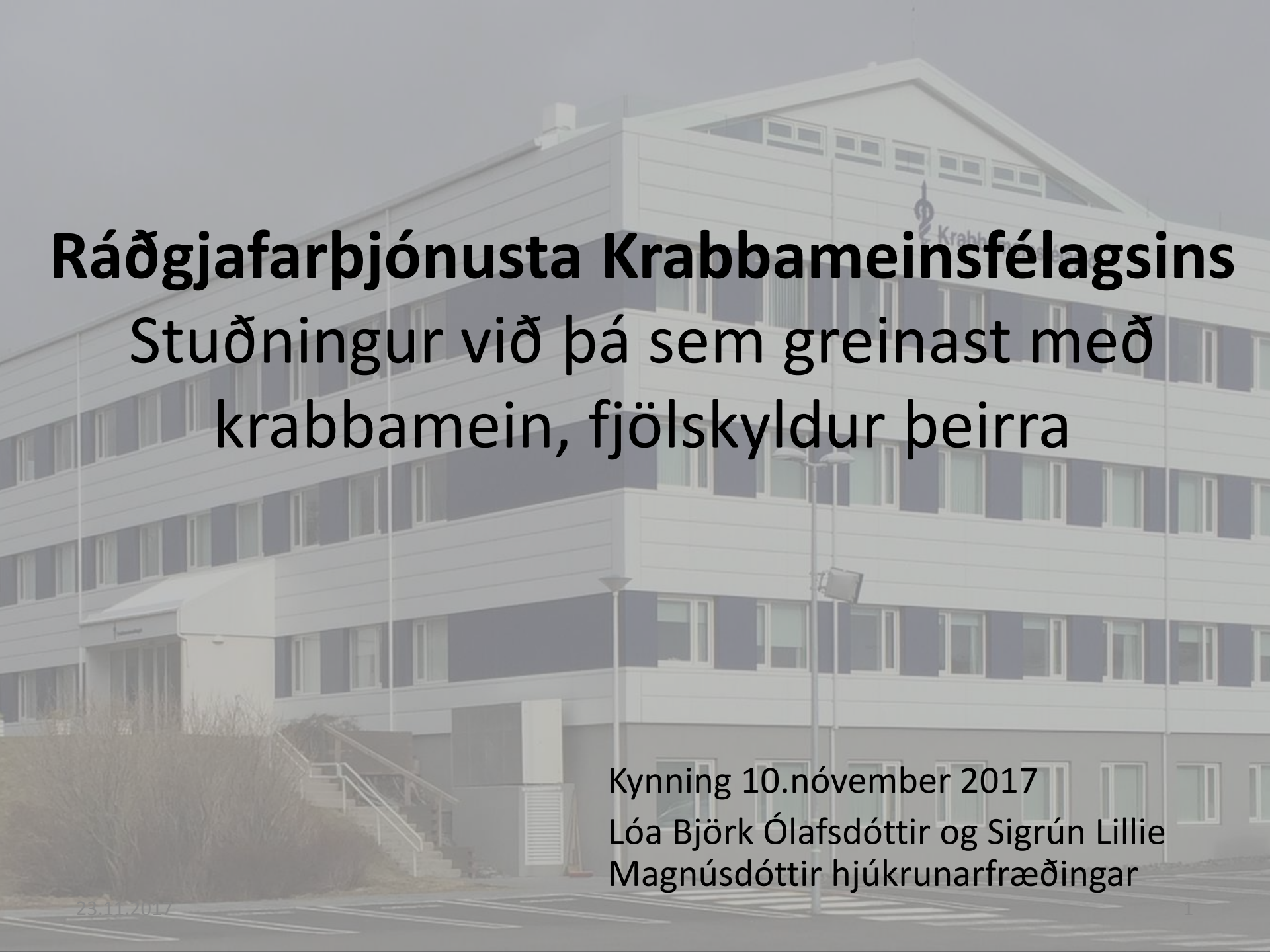




Ráðgjafarþjónusta Krabbameinsfélagsins

Stuðningur við þá sem greinast með krabbamein, fjölskyldur þeirra

Kynning 10.nóvember 2017

Lóa Björk Ólafsdóttir og Sigrún Lillie
Magnúsdóttir hjúkrunarfræðingar

Munum fjalla um:

- Nokkrar staðreyndir
- Krabbamein / fjölskyldur
 - að takast á við veikindi
 - Að vera nánin aðstandandi
 - Hvað er til ráða?
- Ráðgjafarþjónustna Krabbameinsfélagsins



Krabbameinsfélagið hefur frá upphafi lagt sig fram um að koma til móts við þarfir einstaklinga sem hafa greinst með krabbamein og aðstandendur þeirra

Traust, fagmennska, virðing og umhyggja

Að meðaltali greinast árlega um 1.500 Íslendingar með krabbamein

Karlar

- 781



Konur

- 745



**Tæplega 600 Íslendingar látast árlega.
Í dag eru tæplega 14000 Íslendingar á lífi
eftir greiningu krabbameins**

Mergæxli

Upplýsingar frá Krabbameinsskrá

Árlega greinast að meðaltali 21

Meðaltöl ára 2007-2016



12 Karlar

[4-17]



9 Konur

[6-13]

**Í árslok 2015 voru 70 karlar á lífi með sjúkdóminn
og 56 konur**

Að takast á við veikindi



Þegar þú greinist
með krabbamein
vakna ótal spurningar.

Við leitum
svara með þér.

Að greinast með krabbamein

- sjökk/doði/óraunverulegt
- reiði
- ótti/óvissa
- depurð
- sektarkennd
- einmanakennd/einangrun



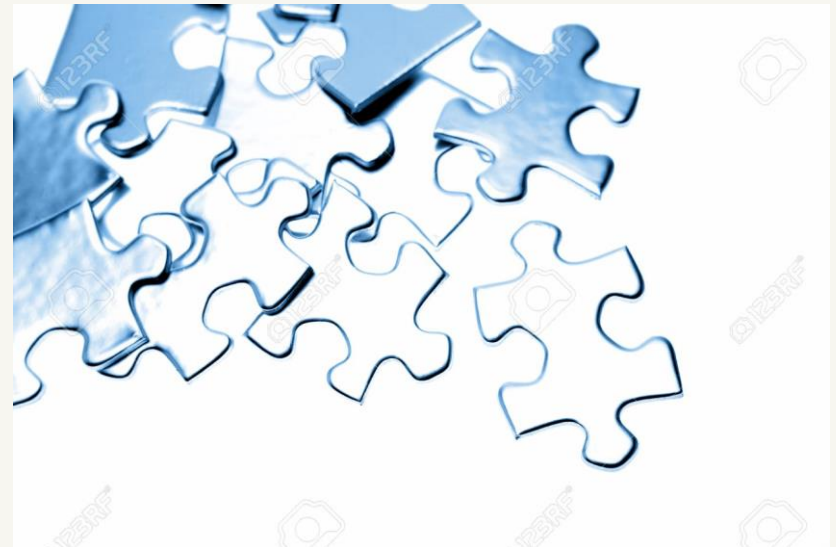
Gömlu áföllin

Þegar fólk verður fyrir áfalli opnast oft glugginn að eldri áföllum eða erfiðleikum sem hafa komið upp í lífinu.



Breytingar

- Vinna
- Hlutverk
- Fólk
- Áhrif
krabbameinsmeðferðar
- Sambönd



Krabbamein / fjölskylda



Maki

- Oft svipuð viðbrögð og hjá þeim sem greinist, þ.e. Sjökk, reiði, depurð, ótti/óvissa, sektarkennd.
- Oft mikið álag – margt sem hvílir á.
- Þarf oft að læra að þiggja hjálp og hlúa að sjálfum sér.



Börn

- Börn eru fljót að skynja þegar eitthvað er ekki í lagi
- Þurfa að fá upplýsingar sem hæfir þeirra aldri um veikindi foreldris
- Ímynda sér oft hlutina verri en þeir eru ef þau fá ekki upplýsingar
- Þurfa að vita að veikindin eru ekki þeim að kenna
- Þurfa að vita þau verði ekki skilin ein eftir
- Þurfa að fá tækifæri til að spyrja spurninga
- Þurfa að finna fyrir umhyggju og hlýju



Unglingar

- Oft miklar hormónabreytingar og tilfinningasveiflur
- Þörfin fyrir að marka sér sjálfstæði og fjarlægjast stundum fjölskylduna
- Gæti annað hvort virst eins og veikindin snerti þá ekkert eða komið fram tilfinningar eins og reiði, skapsveiflur, kvíði
- Mikilvægt að gefa þeim tíma til að átta sig og leyfa þeim að taka þátt í því sem er að gerast.
- Getur hjálpað að hitta aðra unglinga í svipuðum sporum



Fræðsluefni

- Vefsíðan www.krabb.is
- Hægt að finna fræðsluefni sem varðar til dæmis það að greinast með krabbamein, að vera aðstandandi og að tala við börnin um veikindi.



Breytir reynslan fólki ?

„ The art of precious scars“

- Nýt betur litlu hlutanna í lífinu
- Verðmætamatið hefur breyst
- Skil betur aðra sem eru að fara í gegnum erfiða hluti
- Sterkari en ég hélt
- Æsi mig ekki yfir hlutum sem skipta engu máli
- Veit hverjir eru vinir mínir



Ráðgjafarþjónustan

Við leitum svara með þér



RÁÐGJAFARTEYMIÐ



Una



Auður



Sigrún



Lóa



Þorri



Ragnheiður



Hulda

Ráðgjafarþjónustan



Opið alla virka daga kl. 9-16 mánudaga til miðvikudaga,
Fimmtudag 9-18 og föstudaga 9-14. Símatími er kl. 13-15
Þjónustan er í flestum tilfellum að kostnaðarlausu

Símaráðgjöf

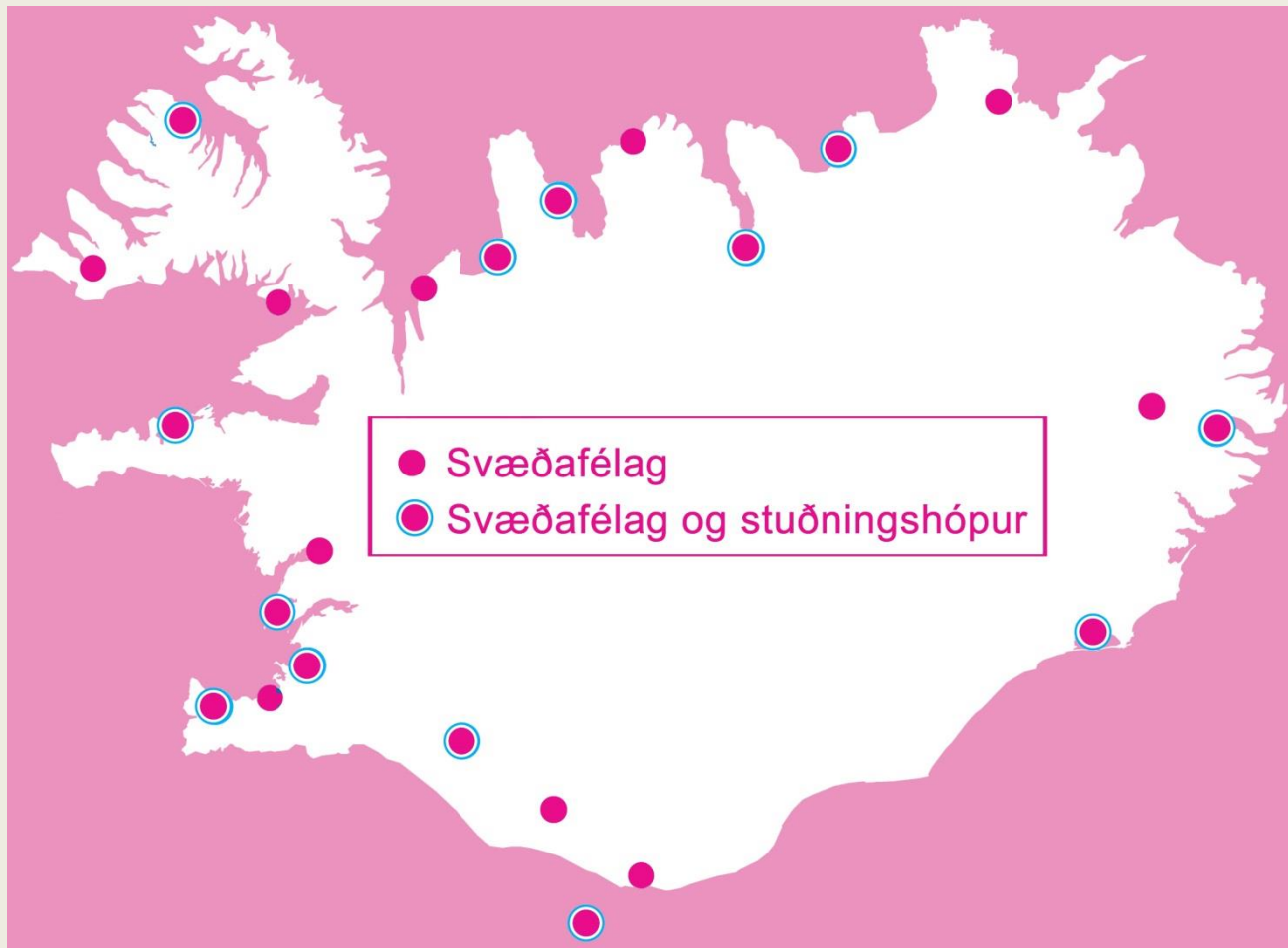
- Alla virka daga kl. 13-15
- Við símann eru hjúkrunarfræðingar og félagsráðgjafi
- Læknir við símann í marsáttakinu
- Gjaldfrjálst símanúmer **800 4040**
- **radgjof@krabb.is**

Jafningjastuðningur

- Stuðningsnet Krafts og Ráðgjafarþjónustunnar
- Svæðafélög og þjónustuskrifstofur á landsbyggðinni
- Efla þjónustu við fólk af landsbyggðinni

Máttur jafningjafræðslu og jafningjastuðnings er mikill.

Samstarf við svæðafélög um land allt.



Í boði hjá Ráðgjafarþjónustunni

Fjölbreytt dagskrá, ýmis námskeið,
fyrirlestra og fleira.

NÁMSKEIÐ

- Einbeiting og minni
- Gott útlit ... betri líðan
- HAM við kvíða
- Betri svefn, HAM við svefnvanda
- Að skapa og skrifa
- Qigong
- Núvitund

FASTIR LIÐIR

- Öndunaræfingar
- Hópslökun
- Samtal um réttindamál
- Hádegisfyrirlestrar
- Samtal við hjúkrunarfræðing, félagsráðgjafa eða sálfræðing
- Símaráðgjöf í síma 800 4040



Nánari
upplýsingar á
krabb.is

Sjá nánar á **krabb.is** og facebooksíðu Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins



TÖLULEGAR UPPLÝSINGAR 2013-2016

	2013	2014	2015	2016
Samskipti	1.790	3.866	3.572	4590
- Símtöl	897	1.043	969	1.431
- Tölvupóstur	322	2.344	2.126	2.531
- Viðtöl	571	479	477	725
Fjöldi viðburða	180	210	260	279
Aðsókn á viðburði	3.700	4.371	4.600	4.777



Íbúðir fyrir krabbameinssjúklinga

- Átta íbúðir sem félagið á með öðrum
- Ráðgjafarþjónustan ber ábyrgð á íbúðum og Landspítalinn sér um daglegan rekstur og úthlutun
- Ætlaðar fyrir fyrir fólk af landsbyggðinni sem þarf tímabundið vegna meðferðar eða rannsókna að dvelja í höfuðborginni
- Mjög mikið nýttar



23.11.2017



Sigrún Lillie
Heim

siðu
Pósthólf
Tilkynningar
Innsýn
Útgáfuverkfæri

Stillingar
Hjálp ▾



Ráðgjafarþjónusta
Krabbameinsfélagsins
@radgjafarthjonustan

Heim

Um

Víðburðir

Myndir

Myndbönd

Samfélag



Kann að meta ▾

Í vöktun ▾

Deila

...



Hafðu samband við okkur

Góðgerðarsamtök í á Reykjavík, Iceland
5,0 ★★★★★ · Lokað núna

Page Tips

Sjá allt



Ráðgjafarþjónustan

Takk fyrir

23.11.2017

