

VELKOMMEN

Ta gjerne kontakt for mer informasjon:

Lærings- og mestringssenteret

Radiumhospitalet

Rådgiver/kreftsykepleier

Pernille Varre

Tlf 95 96 86 30

Rikshospitalet

Kreftsykepleier

Arnulf Røisgaard

Tlf 23 07 05 80

PÅMELDING:

Per telefon 22935922 eller per mail Lmskkt@ous-hf.no

Husk å oppgi fullt navn, kurs, dato, telefonnummer
og din mailadresse

Utgiver:

Lærings- og mestringssenteret, Radiumhospitalet

Avdeling for klinisk service

Kreftklinikken

Målgruppe:

Pasienter som har vært
behandlet for kreft i hode og
halskreft og deres pårørende

ØRE- NESE- HALSKREFT

Veien videre for deg som er behandlet
for ØNH kreft og for dine pårørende
VÅR 2021



Lærings og mestringskurs
I regi av Enhet for læring og mestring, Kreftklinikken, OUS
Radiumhospitalet

VELKOMMEN TIL KURS, DIGITALT ELLER PÅ RADIUMHOSPITALET

Erfaring viser at mange pasienter behandlet for øre, nese, halskreft kan slite med ettervirkninger etter avsluttet behandling. Hensikten med kurset er at du skal få økt kunnskap og forståelse for din situasjon. Kunnskap øker muligheten for aktivt å kunne medvirke, gjøre gode valg og mestre situasjonen. Det legges opp til dialog, plenumsdiskusjoner og erfaringsutveksling. Kurset er anbefalt av avdelingens leger og sykepleiere.

Tema : (med forbehold om endringer)

- Erfaringer fra tidligere pasient, Munn og halskreftforeningen
- Å leve med ettervirkninger etter hode og halskreft
- Opptrening av stemme, talevansker og svelgvansker ved logoped
- Munnpleie og tørre slimhinner, ved tannpleier
- Å leve med ettervirkninger, mestring og aksept
- Betydning av fysisk aktivitet og trening
- Røyking under og etter kreftbehandling
- Erfaringsutveksling
- Del vil bli servert lunsj på kurset

Egenandel (gjelder kun pasient)
Kr. 351,-. Hvis du har frikort, trenger du ikke å betale.

Reise- oppholdsutgifter

Reiseutgifter dekkes etter reglene for lærings- og mestringsopphold etter Lov om Spesialisthelsetjenesten § 5-5 med tilhørende forskrifter.

Pasientreiser dekker rimeligste reisemåte med fratrekk av egenandel kr. 298,- tur/retur.
Pasientreiser dekker kr. 580,- for overnatting + kr 225,- for kost pr. person pr. døgn.

NB Ta kontakt med Pasientreiser, tlf 915 05515 i forkant av kurset (www.pasientreiser.no)

Overnatting

Hvis du/dere trenger overnatting på hotell, må dere ordne dette selv.
Vi tipser om: Medirest Montebello hotell og Gaustad hotell tlf.: 23252400 og Olympiatoppen sportshotell, tlf.: 22 025735

Kurs for pasienter som er ferdig behandlet for øre, nese, halskreft og deres pårørende våren 2021:

Kurs onsdag 26. og torsdag 27. mai

Kurset blir digitalt eller fysisk

Dersom digitalt, så er deltakelse på kurset enkelt, du får god informasjon og support underveis

Lærings- og mestringscenteret (LMS) samarbeider med:

- ØNH-avdelingen, Rikshospitalet
- ØNH- Tann og kjevepoliklinikk
- Avdeling for kreftbehandling, Polikliniken , Radiumhospitalet
- Munn og halskreftforeningen ved likeperson
- Statped sørøst
- Kursansvarlig lege: Onkolog ved Radiumhospitalet