

GYNEKOLOGISET SOLUNSALPAAJAHOIDOT

Syöpään sairastuminen on monesti järkytys sekä potilaalle että läheisille. Syövän hoitotulokset ovat viimeisten vuosikymmenien aikana parantuneet huomattavasti. Yhä useampi sairastunut paranee syövästä. Myös silloin, kun taudin parantaminen ei onnistu, on mahdollista hoitojen avulla vähentää oireita ja usein myös pitää tautia kurissa pidempiä aikoja, joskus useitakin vuosia.

Tutkimukset ja usein raskaatkin hoidot alkavat nopealla aikataululla. Normaali tuttu arkielämä muuttuu täysin ja monia lähitulevaisuudelle tehtyjä suunnitelmia voi joutua muuttamaan. Lisäksi taustalla on koko ajan pelko tulevaisuudesta ja omasta selviämisestä. Naisilla on sairastuessaan usein myös suuri huoli omaisista ja heidän pärjäämisestään.

Syövän diagnoosi, sitä seuraavat tutkimukset ja hoidot ovat kokonaisuudessaan hyvin raskasta aikaa sekä psyykkisesti että fyysisesti. Sairaala on monelle ihmiselle vieras ja pelottava maailma. Kysymyksiä herää paljon ja niihin tarvitaan vastauksia, jotta tästä ajasta olisi helpompaa selvitä.

Tästä esitteestä löydät yhteystiedot Äitiys- ja naistentautien poliklinikalle, Naistentautien syöpäsairaanhoitajille, Synnytys- ja naistentautien osastolle, päivystävän sairaanhoitajan puhelinnumeron sekä Turun yliopistollisen sairaalan Naistentautien poliklinikalle. Päivystävän sairaanhoitajan numerosta vastataan kaikkina vuorokauden aikoina.

Äitiys- ja naistentautien poliklinikka

Ajanvaraus arkisin klo 12-14.30 p. 02 627 7811

Päivystävä sairaanhoitaja p. 044 707 7822

Naistentautien syöpäsairaanhoitajat

Puhelinnumero käytössä virka-aikana maanantaisin, keskiviikkoisin ja perjantaisin

klo 9-12 p. 044 707 7816

Turun yliopistollinen keskussairaala TYKS

Naistentautien poliklinikka arkisin 8.30-12 p. 02 3130 320

Sairaalan sosiaalityöntekijä

Sosiaalityöntekijä p. 044 707 6506

Päiväsairaala

N-rakennus, 0-kerros, p. 02 627 3530

Sisällys

Solunsalpaajahoidot

Hoitojen suunnittelu

Hammashoito

Rokotukset

Veriarvojen seuranta

Yleisimmät haittavaikutukset

Kuume

Ravitsemus

Suunhoito-ohjeet

Liikunta, kuntoilu ja hyvä olo

Seksuaalisuus

Eritteiden käsittely

Sairaalasielunhoito

Henkinen tuki

Vertaistuki

Sosiaalityöntekijä & kuntoutusohjaaja

Solunsalpaajahoito

Syövän lääkehoitona käytetään solunsalpaajia (sytostaatteja). Solunsalpaajat estävät syöpäsolujen kasvua ja niiden jakautumista. Solunsalpaajia annetaan jaksoittain viikon, kahden, kolmen tai neljän viikon välein lääkkeestä tai lääkeyhdistelmästä riippuen.

Solunsalpaajahoitoja voidaan antaa ennen leikkausta tai leikkauksen jälkeen. Levinneessä taudissa solunsalpaajia käytetään pysäyttämään ja hidastamaan syöpätaudin etenemistä.

Solunsalpaajahoito vaikuttaa koko elimistöön, sekä normaaleihin soluihin että syöpäsoluihin. Lääkkeiden vaikutus kohdistuu erityisesti nopeasti jakautuviin soluihin, kuten verta muodostavan luuytimen soluihin (valkosolut, punasolut ja verihiutaleet). Kaikille potilaille ei kuitenkaan tule haittavaikutuksia.

On tärkeää, että kerrot hoitohenkilökunnalle **kaikista** haittavaikutuksista ja hoidon jälkeisistä muutoksista terveydentilassasi!

Hoito suunnitellaan yksilöllisesti. Se voi koostua yhdestä tai useammasta solunsalpaajäläkkeestä. Hoito annetaan tiputuksena suoneen. Kanyyli poistetaan hoidon päätyttyä. Hoidon aikana voit istua hoitotuolissa tai olla sängyssä. Hoidon aikana voit myös liikkua, esimerkiksi käydä wc:ssä. Päiväsairaalassa on tarjolla pientä välipalaa, mutta voit syödä myös omia eväitä. Voit ottaa mukaasi mieluista ajankulua kuten kirjan tai ristikkolehden.

Solunsalpaajahoitojen suunnittelu

Potilaat käyvät maanantaisin tai keskiviikkoisin lääkärin ja sairaanhoitajan vastaanotolla Naistentautien poliklinikalla. Hoitoa varten otetaan edeltävästi tarvittavat laboratorionäytteet, tehdään hoitosuunnitelma ja sovitaan hoitopäivä. Hoitojen edetessä riittää usein verikokeilla/sydänfilmissä käynti ennen seuraavaa hoitokertaa, ja hoitaja tarkistaa vastaukset ja soittaa sinulle voinnistasi. Tämä voidaan tarvittaessa muuttaa käynniksi lääkärin vastaanotolla. **Omaiset ovat tervetulleita potilaan tueksi poliklinikkakäynneille.**

Esilääkitys kotona

- lääkäri on kirjoittanut sinulle sähköiset reseptit kotona otettavista solunsalpaajahoidon esilääkkeistä
- ota lääkkeet ohjeen mukaan tuntia ennen lääkehoitoon tulemistä
- saat vastaanotolta kirjallisen ohjeen kotona otettavista esilääkkeistä

Solunsalpaajahoidot annetaan polikliinisesti Päiväsairaalassa, joka sijaitsee Satasairaalan N-rakennuksen 0-kerroksessa vastapäätä talvipuutarhaa.

Hoidon kaikissa vaiheissa potilaalla on mahdollisuus ottaa yhteyttä lääkäriin tai sairaanhoitajaan voidakseen kertoa mahdollisista hoidon sivuvaikutuksista tai saada lisätietoa sairaudestaan ja solunsalpaajahoitoihin liittyvistä kysymyksistä. **Yhteydenotot tapahtuvat Äitiys- ja naistentautien poliklinikalle, ei Päiväsairaalaan!**

Solunsalpaajahoidoissa käyvät potilaat saavat todistuksen matkakorvausta varten hoitojen ajaksi. Maksat jokaisesta matkasta enintään 25 euron omavastuun. Yhteensä omavastuu on enintään 300 euroa vuodessa (ns. matkakatto). Kun se ylittyy, sinun ei tarvitse maksaa omavastuuta loppuvuoden matkoista. **Omalla autolla ajamista** ei suositella hoitopäivänä tiettyjen lääkkeiden yhteydessä. Tästä annetaan yksilöllisesti tietoa asianomaisille potilaille!

Hammashoito

Hampaat harjataan pehmeällä hammasharjalla kaksi kertaa vuorokaudessa. Myös hammasväliä on hyvä puhdistaa. Suosittelemme xylitol-valmisteiden käyttöä.

Lisääntyneen tulehdusriskin vuoksi hampaiden tulee olla kunnossa ennen solunsalpaajahoidojen aloittamista.

Mikäli joudut hakeutumaan hammaslääkəriin äkillisen vaivan vuoksi solunsalpaajahoidojen aikana, muista mainita hoidostasi. Soita asiasta myös syöpäsairaanhoitajalle. Hampaiden poisto tehdään aina antibioottisuojassa. Sopivin ajoitus on viikkoa ennen seuraavaa solunsalpaajahoidoa. Voit pyytää tarvittaessa hammaslääkəriäsi ottamaan yhteyttä hoitavaan lääkəriin Naistentautien poliklinikalla.

Rokotukset

Kausi-influenssarokotteen ottamista suositellaan kaikille solunsalpaajahoidoissa käyville potilaille ja heidän läheisilleen. Rokote on maksuton potilaalle ja potilaan kanssa samassa taloudessa asuville läheisille.

Solunsalpaajahoidon aikana voi matkustaa. Tarvittavat rokotukset on mahdollista ottaa. Matkustamisesta ja siihen liittyvistä asioista on syytä keskustella lääkäriin kanssa.

Veriarvojen seuranta

Veriarvot tarkistetaan aina ennen jokaista hoitoa tai hoitojaksoa. Verikokeilla voi käydä Satasairaalan tai oman terveyskeskuksen laboratoriossa. Ajan voit varata puhelimitse tai internetin välityksellä. Verikokeita varten **ei yleensä tarvitse** olla ravinnotta.

Verikoevastauksista, voinnista ja hoidon toteutumisesta soitetaan sovittuna päivänä.

Muutokset veriarvoissa

Veren valkosolut ovat tärkeä osa ihmisen normaalia puolustusjärjestelmää tulehduksia vastaan. Solunsalpaajat vaikuttavat luuytimen toimintaan laskemalla veren valkosolujen (leukosyytit ja neutrofiilit) määrää. Tulehdusriski kasvaa, kun veren valkosolumäärä vähenee. Solut ovat matalimmillaan 1-2 viikkoa hoidosta. Tulehdusriskin vuoksi sinun tulisi huolehtia hyvästä käsihygieniasta. Ylähengitystietulehdusta sairastavia ihmisiä sekä suuria ihmismassoja tulisi välttää.

Hemoglobiinin lasku heikentää hapen kulkua kehon eri osiin, mikä voi aiheuttaa hengästymistä ja väsymistä. Rautalääkityksestä on kuitenkin harvoin hyötyä. Verihiutaleiden määrän voimakas väheneminen saattaa lisätä verenvuotoriskiä. Oireita voi olla nenäverenvuoto, vuoto ikenistä, verivirtsaisuus ja mustelmat.

Kuume

Jos sinulle nousee kuume 38°C tai sinulla on pientä lämpöä muutamia päiviä, tai muita tulehduksen oireita, tai sinun yleisvointisi heikkenee, sinun täytyy ottaa yhteyttä naistentautien syöpähoitajaan tai naistentautien päivystävään hoitajaan. Kerro milloin olet saanut solunsalpaajahoidon. Tarvittaessa sinua pyydetään tulemaan naistentautien päivystykseen. Seuraavaa hoitoa voidaan joutua siirtämään tulehduksen hoidon vuoksi. Jos sairastut esimerkiksi vatsatautiin tai flunssaan muutamaa päivää ennen hoitoa tai hoitopäivänä, sinun tulee soittaa naistentautien syöpähoitajalle/päivystävälle hoitajalle. Siellä arvioidaan, voidaanko hoito toteuttaa.

Solunsalpaajahoidon yleisimmät haittavaikutukset

Hoitojen haittavaikutukset vaihtelevat annettavien lääkkeiden mukaan. Haittavaikutusten ilmaantuminen sekä niiden voimakkuus vaihtelevat yksilöllisesti. Sitä ei voi etukäteen ennustaa tuleeko sinulle haittavaikutuksia ja millaisia ne tulevat olemaan. Yleensä haittavaikutukset ovat lieventyneet ennen uuden hoitajakson aloittamista.

Pahoinvointi ja oksentelu

Yleisin solunsalpaajien haittavaikutus on pahoinvointi. Pahoinvointi voi olla hoidosta riippuen hyvin lievää tai voimakasta. Ennen hoitoa ja hoidon jälkeinen pahoinvoinnin estolääkitys vaihtelee suuresti hoito-ohjelmasta riippuen. Sinun hoitoosi liittyvät pahoinvoinnin estolääkitysohjeet saat kirjallisesti ja lääkäri tekee hoitoa suunniteltaessa tarvittavat reseptit.

- Jos tunnet estolääkityksestä huolimatta voimakasta pahoinvointia, siitä tulisi kertoa lääkärille tai hoitajalle
- Jos oksentelu on runsasta estolääkityksestä huolimatta tai ravinnon ja nesteiden nauttiminen on heikkoa, sinun on hakeuduttava lääkäriin

Ummetus

Solunsalpaajahoidosta voi olla seurauksena ummetus. Jos vatsantoiminta hidastuu, sinun tulisi aloittaa ummetuksen hoito välittömästi

- Runsas juominen edistää vatsan toimintaa
- Vihannekset, hedelmät, kokojyväleipä, vehnä- ja kauraleseet sekä pellavansiemenet ovat hyviä kuitupitoisen ravinnon lähteitä
- Ulkoilua ja liikuntaa voit harrastaa voimiesi mukaan
- Ummetuksen lääkkeellinen hoito on ennaltaehkäisevää hoitoa ja lääkkeitä voi käyttää päivittäin. Ensisijaisesti suositellaan magrocol-valmisteita (Pegorion®, Movicol® ym.), joiden vaikutus perustuu siihen, että ne sitovat vettä ja näin ollen laimentavat ulostetta

Heikentyneeseen vatsan toimintaan voi olla myös muita syitä kuten huono ravitsemus, liian vähäinen nesteiden nauttiminen, liikunnan vähyys ja vahvat kipulääkkeet.

Iho- ja limakalvo-ongelmat

Solunsalpaajahoitojen jälkeen sinulla saattaa esiintyä ihon kuivumista, ihottumaa, suun arkuutta ja kuivumista, silmien ärtymistä ja nenän limakalvon kuivuutta. Limakalvojen haittavaikutukset ilmenevät yleensä kipuna, punoituksena sekä joskus myös haavaumina. Joskus sieni-infektiot tai herpesviruksen aktivoituminen saattavat aiheuttaa infektion oireita, jotka tulee hoitaa niille tarkoitetuilla lääkkeillä.

Suun kuivuminen ja ärtymisen ovat solunsalpaajien yleisiä haittavaikutuksia. Tutustu esitteestä löytyviin suunhoito-ohjeisiin.

Solunsalpaajahoidot kuivattavat myös emättimen limakalvoa, joten virtsatieinfektioita voi tulla aikaisempaa herkemmin. Tästä syystä lääkäri voi tehdä reseptin paikallisesta hormonivalmisteesta.

Ripuli

Suoliston limakalvojen soluvaurio ilmenee useimmiten ripulina, joka voi kestää muutaman päivän. Runsas juominen on tärkeää kuivumisen ehkäisemiseksi. Nesteinä voi nauttia esimerkiksi vettä, hedelmämehuja, teetä, lihalientä tai mustikkakeittoa. Riisi, perunasose, banaani- tai omenasose, paahtoleipä tai keksit rauhoittavat useimmiten vatsaa.

Hapanmaitotuotteista saattaa olla apua, esimerkiksi Asidofilus tai Gefilus-tuotteista. Jos ripuli ei rauhoitu, ota yhteys naistentautien syöpähoitajaan/päivystävään hoitajaan.

Väsymys ja uupumus

Hoitojakson aikana sinulla saattaa esiintyä väsymystä ja uupumusta. Itse tautiin voi liittyä väsymystä ja myös hoidot rasittavat elimistöä. Mielialavaihtelut ovat yleisiä ja unirytmisi voi häiriintyä. Väsymys saattaa johtua myös anemiasta tai bakteeritulehduksesta, jotka ovat hoidettavissa. Aina ei väsymykselle ja uupumukselle löydetä syytä. Niiden kokeminen on hyvin yksilöllistä, eikä niitä esiinny kaikilla hoitoa saavilla.

Hiusten lähtö

Osa solunsalpaajista aiheuttaa hiustenlähtöä, ja muu karvoitus kuten ripset ja kulmakarvat, saattavat myös vähentyä. Hiukset alkavat lähteä noin kaksi tai kolme viikkoa ensimmäisen hoidon jälkeen, mutta hiustenlähtö on yksilöllistä. Osalla hiukset lähtevät nopeasti tukkoina ja toisilla vähitellen. Mikäli sinun hoito aiheuttaa hiustenlähdön, saat peruukin hankintaa varten palvelusetelin Naistentautien poliklinikalta. Peruukkia on hyvä sovittaa ja tilata se jo valmiiksi, ennen hiustesi lähtöä. Hiukset kasvavat takaisin hoidon päätyttyä.

Muut haittavaikutukset

Jotkut solunsalpaajat häiritsevät kynsien kasvua ja aiheuttavat kynsien haurastumista ja värimuutoksia. Osa solunsalpaajista saattaa vaikuttaa käsien ja jalkojen tuntohermojen

toimintaan, jolloin raajoissa ilmenee pistelyä ja puutumista. Jos lääkkeen tiedetään aiheuttavan näitä tai joitain muita haittavaikutuksia, niistä kerrotaan sinulle jo hoitoa aloitettaessa.

Solunsalpaajahoito aiheuttaa usein makumuutoksia, jotka menevät ohi hoitojen päätyttyä. Ruoassa voi olla outo, karvas tai metallinen maku eikä ruoka välttämättä maistu samalta kuin ennen.

Ravitsemus

Hyvän ravitsemustilan ylläpitäminen

Riittävä ja monipuolinen ruokavalio on tärkeä syöpähoitojen aikana ja niiden jälkeen. Hyvän ravitsemustilan ylläpito auttaa kestämiään hoidot, vähentää sivuvaikutusten määrää ja edistää toipumista. Syöpään sairastumisen aiheuttama stressi, sekä syöpähoitojen sivuvaikutukset heikentävät ruokahalua. Jos asiaan ei tule kiinnitettyä ajoissa huomiota, paino alkaa huomaamatta laskea ja vointi heikentyä. Koska laihtuminen on aina elimistön voimia kuluttavaa, hoitojen aikana ei saa laihtuttaa, vaikka ylipainoa olisikin. Joskus voi tosin käydä päinvastoin: tietyt lääkehoidot, liikunnan väheneminen sekä lohtusyöminen saattavat johtaa painon nousuun. Myös ylipainon kertyminen heikentää vointia ja selviytymistä sairauden kanssa, joten kaikille sopiva tavoite syöpähoitojen aikana on syövän toteamasta edeltävän painon ylläpito.

Mistä monipuolinen ruokavalio koostuu?

Syöpään sairastunutta koskevat samat ravitsemussuositukset kuin syöpään sairastumattomiakin. Jos vointisi ja ruokahalusi säilyvät hyvänä, tavoitteena on ravitsemussuositusten mukainen ruokavalio:

- Syö säännöllisesti 4-5 ateriaa päivässä
- Syö runsaasti kuitupitoisia kasvikunnan tuotteita: vihanneksia, juureksia, palkokasveja, marjoja, hedelmiä sekä täysjyväviljatuotteita
- Valitse proteiinin lähteeksi maitotuotteita, kalaa, vaaleaa lihaa, kananmuna ja palkokasveja
- Älä vältä rasvoja kokonaan. Käytä päivittäin ruoka-aineita, joista saat pehmeitä rasvahappoja, kuten kasviöljyt (erityisesti rypsi- ja oliiviöljyt), vähintään 60% rasvaa sisältävät kasvimargariinit, öljypohjaiset salaatikastikkeet, rasvainen kala, pähkinät ja mantelit. Sopiva määrä on 6tl kasvimargariinia tai 3-4 tl öljyä / vrk.
- Vähennä ruokavaliossasi punaisen lihan, sokerin ja eläinrasvan käyttöä
- Muista juoda riittävästi, noin 2 litraa päivässä

Ruokahalua voit kokeilla lisätä kattamalla kauniisti, huolehtimalla hyvästä ilmanvaihdosta, syömällä pieniä annoksia, viileitä tai haaleita ruokia, jotka ei ole voimakkaasti maustettuja. Mikäli sinulla on pahoinvointia, koita syödä pieniä välipaloja usein.

Luontaistuotteiden käyttöä on syytä välttää hoitojen aikana. Nämä tuotteet saattavat heikentää samanaikaisesti käytettävien syöpälääkkeiden tehoa tai voimistaa niiden haittavaikutuksia.

Alkoholijuomien käyttöä ei suositella.

Suunhoito-ohjeita solunsalpaajahoitoa saavalle potilaalle

Solunsalpaajahoito saattaa altistaa monenlaisille suuongelmille. Limakalvoille tulee herkästi tulehduksia, joten niiden kunnosta olisi tärkeä huolehtia hyvin.

Suun puhdistus

Hampaat harjataan pehmeällä hammasharjalla kaksi kertaa vuorokaudessa. Jos tavalliset hammastahnat tuntuvat liian voimakkailta, on apteekista saatavana mietoja, vaahtoutumattomia hammastahnoja. Ruokailun jälkeen suu huuhdellaan huolellisesti vedellä. Voimakkaiden suuvesien käyttöä ei suositella.

Kuiva suu

Suuta voi kostuttaa vedellä, jäämurskalla tai – paloilla. Lisäksi voi käyttää apteekista saatavia syljen eritystä lisääviä tabletteja (esim. Dentiplus®, Sylex®, Xerodent®) tai kosteuttavia geelejä (esim. Oralbalance®, Bioextra®). Apua saattaa olla myös suun keittosuolahuuhtelusta (1tl suolaa 2dl:n vettä) tai suun limakalvoille sivellystä oliiviöljystä.

Ärtynyt suu

Maultaan mieto, vähän maustettu ja hapoton ruoka ei ärsytä arkaa suuta esim. keitot, vellit, puurot jne. Vältä kuumia ruokia ja juomia. Haavaisessa suussa kylmät ruoat ja esim. jäätelö saattaa tuntua hyvältä. Kamomillateellä on rauhoittava vaikutus suun limakalvoihin.

Puuduttavaa suuvettä (Xylocain®) tai kipulääkettä voi ottaa ennen ruokailua syömisen helpottamiseksi.

Kipua suussa voi aiheuttaa myös hiivasieni-infektio eli sammak. Se ilmenee vaaleana peitteenä suun limakalvoilla ja kielessä. Lääkäri määrää lääkkeen sammaksen hoitoon. Caphosol liuksella tai suola-sooda vesiliuksella (1l vettä, 1rkl suolaa ja 1tl soodaa) huuhtelu saattaa estää sammaksen esiintymistä.

Liikunta, kuntoilu ja hyvä olo

Liikunnasta saa energiaa ja se auttaa jaksamaan vaikeassa elämäntilanteessa. Kevyt aerobinen liikunta, kuten kävely, rentoutumisharjoitukset tai jooga ovat hyviä liikuntamuotoja, joita voit harrastaa voimien mukaan. Myös uinti sopii hyvin, sillä se on hellävaraista nivelille. Se venyttää ja rentouttaa samalla lihaksia. Hyötyliikuntaa voi tehdä voimien mukaan.

Monet solunsalpaajat herkistävät ihoa auringonvalolle. Auringonottoa tulee välttää ja iho kannattaa suojata suojavoitein tai vaatepuhosella hoitojen aikana.

Syöpään sairastuessa ystäväpiiri sekä läheissuhteet voivat muuttua. Sairaus ei kuitenkaan ole este yhdessäololle eikä jo ennestään tutuille, rakkaille harrastuksille.

Tupakointia emme suosittele solunsalpaajahoidon aikana, sillä se lisää tulehdus- ja veritulppariskiä.

Seksuaalisuus

Seksuaalisuus on luonnollinen osa ihmisen elämää. Sen merkitys on jokaiselle erilainen, ja jokainen toteuttaa seksuaalisuuttaan omalla yksilöllisellä tavallaan.

Sairastuminen syöpään ja sen hoidot voivat vaikuttaa seksuaalisuuteen. Muutokset saattavat liittyä esimerkiksi kehon toimintaan, ulkonäköön, omaan seksuaali-identiteettiin, seksuaaliseen haluun tai siihen, miten suhtautuu omaan kumppaniinsa. Toisille seksuaalisuuteen ja seksiin liittyvät asiat ovat mielessä sairastumisesta huolimatta ja toisille ne eivät tule mieleen ollenkaan. On normaalia reagoida kummalla tavalla tahansa.

Sinulla on mahdollisuus keskustella seksuaalisuuteen liittyvistä asioista hoitavan lääkärin ja hoitohenkilökunnan kanssa. Seksuaalineuvojan vastaanotolle saat ajan halutessasi. Tiettyjen syöpähoitojen yhteydessä sinulle varataan aika seksuaalineuvojalle joka tapauksessa.

Kondomia suositellaan käytettäväksi solunsalpaajahoidon antopäivänä sekä viikko sen jälkeen.

Eritteiden käsittely solunsalpaajahoidon jälkeen

Solunsalpaajat erittyvät virtsaan, ulosteeseen, hikeen, sylkeen, emätineritteeseen ja oksennukseen enintään **7 vuorokautta solunsalpaajahoidon päätyttyä**. Vältä koskemasta suoraan eritteisiin, pese kädet vedellä ja saippualla, jos joudut kuitenkin koskemaan niihin. Sulje wc-käynnin jälkeen pytyt kansi ja vedä pytty kaksi kertaa. Pese kädet huolellisesti wc-käynnin jälkeen. Pese eritteistä likaantuneet vaatteet erillään muusta pyykistä. Laita käytetyt siteet muovipussiin ja hävitä normaalin sekajätteen mukana.

Sairaalasielunhoito

Sairaalapastorin kanssa voit keskustella luottamuksellisesti kaikista mieltäsi askarruttavista asioista – niin arkisista asioista, sairastumisen aiheuttamista tunteista kuin hengellisistä kysymyksistä. Pastori on myös omaisten tukena.

Sinun ei tarvitse olla minkään tietyn seurakunnan jäsen voidaksesi kysyä ja saada apua. Sairaalapastorin tavoittaa varmimmin arkisin klo 8-16 p. 044 730 9692 tai 02 627 6549.

Henkinen tuki

Syöpään sairastuminen ja hoitojen läpikäyminen ovat useimmille potilaille ja heidän perheilleen raskas ja ahdistava kokemus. Tarpeen mukaan on mahdollista keskustella psykiatrisen sairaanhoitajan kanssa.

Voit aina soittaa naistentautien syöpäsairaanhoitajalle ja keskustella asioista meidän kanssamme, voimme tehdä tarvittaessa lähetteen psykiatriselle sairaanhoitajalle.

Psykiatrinen sairaanhoitaja p. 02 627 7771.

Vertaistuki

Satakunnan Syöpäyhdistys ry tarjoaa tukea syöpäsairaille ja heidän läheisilleen sairauden eri vaiheissa. Syöpäsairaanhoitajilta ja vapaaehtoisilta tukihenkilöiltä saa tietoa sairaudesta ja siihen liittyvistä asioista. Sopeutumisvalmennuskursseilla ja tukiryhmissä on mahdollisuus saada tietoa ja tukea sekä tavata muita sairastuneita ja heidän omaisiaan. www.satakunnansyopayhdistys.fi
Satakunnan syöpäyhdistys arkisin klo 9-15, p. 02 630 5750.

Internetissä on paljon hyviä sivustoja, esim. Suomen Gynekologiset syöpäpotilaat ry Facebookissa.

Sosiaalityöntekijä ja kuntoutusohjaaja

Sairaalan sosiaalityöntekijä ja kuntoutusohjaaja auttavat sosiaaliturvaan ja sosiaalipalveluihin sekä kuntoutukseen liittyvissä kysymyksissä. Työssäkäyntiä, opiskelua ja harrastuksia voi jatkaa voinnin mukaan, vaikka toistuvat hoidot ja tutkimukset aiheuttavatkin usein väsymystä. Hoitojen päätyttyä työhön paluuseen liittyvissä asioissa auttaa kuntoutusohjaaja.

Sosiaalityöntekijä p. 044 707 6506

Kuntoutusohjaaja p. 044 707 3710