

# Psychosociale zorg binnen de borstkliniek

Informatie voor patiënten



## De periode voor de diagnose: het onzekere wachten

Je bent waarschijnlijk door je huisarts of gynaecoloog doorverwezen naar de borstkliniek omdat er een knobbeltje in je borst ontdekt is of omdat er iets verontrustend op de mammografie te zien is. Dit is vaak het begin van een periode die door zeer veel personen als erg stresserend wordt ervaren. Er worden plots vraagtekens geplaatst bij je lichaam dat je vaak tot voor kort nog als gezond beleefde. Gevoelens van angst, spanning en onzekerheid komen de kop opsteken. Je hoopt op geruststelling maar de schrik voor het horen van slecht nieuws is meestal erg groot. Het team van de borstkliniek stelt dan ook alles in het werk om deze stresserende periode zo kort mogelijk te houden.

Om een juiste diagnose te kunnen stellen dienen er meestal bijkomende onderzoeken te gebeuren. We proberen deze zo snel mogelijk af te spreken. De onderzoeken op zich zijn vaak een extra bron van spanning en angst. Goed geïnformeerd zijn over de reden en het verloop van het onderzoek kan ongerustheid verminderen.

We moedigen je dan ook aan om alle vragen te stellen waarop je een antwoord wenst. De arts is uiteraard de best geplaatste persoon om al je medische vragen te beantwoorden. De borstverpleegkundige zal na de consultatie samen met jou de afspraken voor de verdere onderzoeken plannen en de tijd nemen om je verder te informeren indien je dat wenst.

De ontdekking van de afwijking, de onderzoeken, het wachten op de resultaten maken allemaal deel uit van een zenuwslopende periode. Ervaar je onrust of angst of heb je behoefte aan een ondersteunend gesprek, dan kan je in deze periode ook terecht bij de psychologen van de borstkliniek. Een kennismakend gesprek kan voorzien worden na een consultatie bij de arts of op afspraak. Deze dienstverlening is voor elke patiënt van de borstkliniek gratis.

## De diagnose: een ingrijpende gebeurtenis

De periode van onzekerheid wordt afgesloten met de mededeling van de diagnose. Bij de ene persoon gaat het om goed nieuws en is er grote opluchting; bij de andere persoon gaat het om slecht nieuws en is er vaak ontredning. Geconfronteerd worden met de diagnose van een kwaadaardig gezwel of kanker is een ingrijpende gebeurtenis die vaak gepaard gaat met intense gevoelens die je kunnen overspoelen. Misschien voel je in het begin helemaal niets en ben je als het ware wat verdoofd. Weet dat er geen goede noch slechte manieren van reageren zijn. Iedereen reageert op zijn eigen unieke manier op het horen van slecht nieuws.

Na de mededeling van de diagnose zal de arts met jou je individueel behandelplan bespreken.

Afhankelijk van de diagnose bestaat dit plan uit 1 of meerdere onderdelen zoals een borstoperatie (al dan niet borstsparend - al dan niet met reconstructie), chemotherapie, radiotherapie of hormoontherapie. Soms kan de arts pas na borstoperatie je vertellen wat er allemaal dient te gebeuren om de kans op herstel zo groot mogelijk te maken. Afhankelijk van welke therapie jij verder nodig hebt zal je binnen de borstkliniek doorverwezen worden naar die arts die daarin gespecialiseerd is.

Het horen van al die medische informatie kan veel vragen en angst oproepen. Ook je dagelijkse leven en je toekomstplannen komen hierdoor plots op de helling te staan. Dit alles is voor jou maar ook voor je nabije omgeving (vb. partner, (klein) kinderen, ouders) een harde dobber om te verwerken. De borstkliniek biedt psychosociale zorg aan om jou en je omgeving hierin te ondersteunen.

## De psychosociale zorg: een steuntje in de rug

Onze borstverpleegkundigen en psychologen luisteren naar jouw verhaal en helpen zoeken naar antwoorden op moeilijke vragen. Zij werken nauw samen met de sociale dienst en het oncologisch supportteam van het ziekenhuis.

### Borstverpleegkundigen

De **borstverpleegkundige** is je vast aanspreekpunt naast de arts en de rode draad doorheen jouw traject. Van bij de eerste consultatie maak je kennis met haar. Indien je moet gehospitaliseerd worden voor een borstoperatie dan overloopt ze met jou al de voorbereidende stappen die gezet moeten worden. Zij zal je ook voor en na de operatie even bezoeken zodat er op dat moment nog ruimte is om allerlei vragen te stellen en even stil te staan bij je gevoel.

We raden je aan om alle vragen die bij je zijn opgekomen te noteren zodat je ze niet vergeet te stellen op het moment van de consultatie. De borstverpleegkundige kan jou zeker helpen met het zoeken naar antwoorden op tal van vragen zoals:

- › Welke borstprotheses bestaan er en wat kost mij dat?
- › Ga ik mijn arm kunnen gebruiken na de operatie?
- › Ga ik mijn haar verliezen?
- › Waar vind ik begrijpbare informatie? Welke boeken kan ik best lezen over borstkanker?
- › Hoe kom ik in contact met lotgenoten?
- › Wat zeg ik de kinderen en kleinkinderen?

Indien nodig zal de borstverpleegkundige je doorverwijzen naar de sociale dienst van jouw mutualiteit of het ziekenhuis voor vragen van meer sociaaladministratieve aard zoals een vraag naar thuishulp of financiële tegemoetkomingen.

### Oncopsychologen

Als je slecht nieuws hebt gekregen, maak je ook kennis met een **psychologe** van het team. Bij haar kan je terecht wanneer je het moeilijk vindt om je evenwicht te vinden. Zij kan je helpen om je aan te passen aan de nieuwe situatie. Indien nodig kunnen je partner en kinderen hierbij betrokken worden. Zo kunnen er naast individuele gesprekken ook partner- en gezinsgesprekken gepland worden.

In de psychologische begeleiding worden vooral gedachten en gevoelens verwoord en ga je op zoek naar alternatieve manieren van omgaan met je ziekte. Door middel van deze gesprekken en het aanleren van aandachtsoefeningen kan je terug meer greep krijgen op je leefsituatie.

**De psychosociale zorg binnen de borstkliniek is een vrijblijvende gelegenheid om angst, verdriet en kwaadheid maar ook hoop te delen. Uiteindelijk beslis jij of je met iemand wil praten én wat je wil delen.**



## Contact:

### Coördinerende Borstkliniek ZNA Middelheim

#### ZNA Middelheim

Lindendreef 1  
2020 Antwerpen

**03 280 31 90** borstkliniek

**03 280 31 11** algemeen

#### Borstverpleegkundigen

Tania Soetens en Romy Vandenbroek

03 280 31 90 - 03 280 21 57

mi.borstkliniek@zna.be

#### Psychologen

Karin Ulrichs en Roos Vande Kerckhove

03 280 22 40 - 03 280 22 46

karin.ulrichs@zna.be - roos.vandekerckhove@zna.be

### Borstkliniek ZNA Jan Palfijn

#### ZNA Jan Palfijn

Lange Bremstraat 70

2170 Merksem

**03 640 20 10** borstkliniek

**03 640 21 11** algemeen

#### Borstverpleegkundige

Chris Huybrechts

03 640 20 10

christine.huybrechts@zna.be

#### Psychologe

Bieke Maes

03 800 60 38

brigitta.maes@zna.be