

Bilag 1. Indhold i REHPAs standard rehabiliteringsforløb

Denne tabel giver overblik over rækkefølge, overskrift, formål, indhold og professionelle på de 16 kliniske indsatser, der er beskrevet i et standard rehabiliteringsforløb ved REHPAs forskningsklinik.

| Indsats | Titel på indsats | Formål og indhold | Profession/funktion |
|---------|---|--|--|
| 1 | patientrapporterede oplysninger ved forskningsklinikken | PRO indgår i behovsafdækning, vurdering og dialog om prioritering af behov. Dialogstøttearket hjælper deltageren med at afdække egne rehabiliterings- og lindringsbehov og indgår i en prioritering af disse relateret til funktion, aktivitet, lindring og livskvalitet | Tværfaglige professioner i forskningsklinikken |
| 2 | Velkomst, introduktion og fælleskab | Aktiviteter på første dag hjælper deltagerne med at føle sig velkommen og introduceret. Fællessang og musik stabiliserer følelsesmæssigt og giver grobund for lærende fællesskaber | Forløbsledere |
| 3 | Præsentation og gruppedannelse | Præsentation i plenum styrker fællesskab. Der introduceres til rummelighed, rammesætning, omgangstone og stemning. Gruppedynamik, ressourcer og sårbarheder kan aflæses | Forløbsledere |
| 4 | Hvordan med arbejdslivet? | Deltagerne opnår kendskab til relevant arbejdsmarkedslovgivning og rustes bedst muligt til at samarbejde med arbejdsgiver og/eller jobcenter om afklaring af egen arbejdsevne og arbejdsmarked | Socialrådgiver |
| 5 | Krop og fysisk aktivitet | 5.1 Fysiske tests; viden om aktuelt niveau for fysisk anstrengelse 5.2 Træningsdagbog; træning af indhold, intensitet og frekvens hjemme 5.3 Fysisk aktivitet; træning i socialt fællesskab giver livsglæde 5.4 Yoga; skånsom træning af krop og psyke samt afspænding 5.5 Massage; positive kropslige erfaringer som afspænding, ro og energi | Fysioterapeuter og massører |
| 6 | Eksistentiel dimension i rehabilitering | Rum for anerkendelse af at være eksistentielt ramt som menneske med ofte modsatrettede følelser så som håb/håbløshed, glæde/sorg, mening/meningsløshed, liv/død | Præst/filosof el. lign. profession |
| 7 | Kræftrelateret fatigue | Deltagerne opnår viden om kræftrelateret fatigue, årsager samt støtte og konkrete redskaber til at håndtere kræftrelateret fatigue i eget liv | Ergoterapeut/sygeplejerske |
| 8 | Søvnbesvær | Deltagerne opnår viden om søvnproblemer, årsagssammenhænge og støtte samt konkrete redskaber til at arbejde med egen søvnkvalitet | Sygeplejerske |
| 9 | Kræft og psyke | Bevidsthed om almindelige psykiske reaktioner på sygdom, behandling og følgevirkninger, egne reaktioner samt mulige coping-strategier | Psykolog |
| 10 | Livet i bevægelse | Støtte i personlig mening og retning og hvordan egne kilder til mening og værdier kommer til udtryk og kan fremmes i eget liv | Psykolog |
| 11 | Intimitet og seksualitet | Viden om, forståelse for og inspiration til hvordan egen seksualitet og intimitet evt. kan finde plads i eget liv | Sexolog |
| 12 | Mad og måltider | Viden om kostbefalinger ift. kræft samt refleksion og dialog over egne kostvaner, forandringspotentialer og muligheder for støtte | Diætist |
| 13 | Mindfulness | Gennem øvelser introduceres til metoder – herunder åndedræt, som kan fremme følelser af ro og nærvær for deltageren i dagligdagen | Certificeret fysioterapeut |
| 14 | De individuelle samtaler | Deltageren oplever rådgivning til bl.a. via PRO at prioritere interventioner og handlinger, når mål og handleplan skal beskrives | Tværfaglige professioner |
| 15 | Mål, motivation, forandringsprocesser og handleplan | Med den motiverende intervention som ramme udvikler deltagerne mål og handleplan, der, med eget hverdagsliv som udgangspunkt, fremmer funktionsevne, aktivitet, lindring og livkvalitet | Tværfaglige professioner |
| 16 | Afslutning på ophold | Deltagerne reflekterer mundtligt over, hvad de tager med sig og om det at komme hjem med/uden familienetværk. Evaluering samt et fælles farvel | Forløbsledere |