

<b>Kwaliteitscriteria Groepsrevalidatie Oncologie Herstel &amp; Balans®/2003</b>	
<p>Deze kwaliteitscriteria zijn vastgesteld door het bestuur van de Stichting Herstel &amp; Balans (2003) ten behoeve van de kwaliteitsborging van het revalidatieprogramma Herstel &amp; Balans op locaties. De Stichting verstrekt licenties voor de uitvoering van Herstel &amp; Balans aan instellingen die voldoen aan de kwaliteitscriteria.</p> <p>De kwaliteitscriteria gelden als richtinggevend kader voor het ontwikkelen en uitvoeren van de lokale behandelprotocollen. Toetsing van licentiaanvragen geschiedt aan de hand van de kwaliteitscriteria. Op deze wijze biedt de Stichting aan patiënten en zorgverzekeraars inzicht in de kwaliteit van deze oncologische revalidatie.</p>	
<b>Omschrijving doelgroep</b>	Volwassen mensen met kanker, die de primaire behandeling afgerond hebben met perspectief op langdurig herstel en (chronische) klachten houden waarvoor groepsbehandeling/revalidatie met individuele differentiatie geïndiceerd is.
<b>Inclusiecriteria/ indicatie</b>	<p>Patiënt:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• is 18 jaar of ouder; en</li> <li>• is gediagnosticeerd met een vorm van kanker; en</li> <li>• heeft de primaire behandeling voor kanker (chirurgie, radiotherapie, chemotherapie, immunotherapie) afgerond (bij voorkeur minimaal twee maanden geleden); en</li> <li>• heeft een discrepantie tussen het huidige en optimale niveau van functioneren met klachten op de volgende probleemgebieden:               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ lichamelijke beperkingen zoals verminderde belastbaarheid, verlaagd activiteitsniveau, vermoeidheidsklachten;</li> <li>○ psychisch en sociale beperkingen zoals emotionele instabiliteit, angst, depressie, nervositeit, slaapstoornissen, concentratiestoornissen, minder evenwichtig sociaal functioneren; en</li> </ul> </li> <li>• is fysiek, psychisch en sociaal in staat aan een groepsprogramma deel te nemen.</li> </ul>
<b>Exclusiecriteria/ contra-indicatie</b>	<p>Patiënt heeft:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• beperkende lichamelijke risico's ten gevolge van kanker, ernstige comorbiditeit; of</li> <li>• ernstige psychopathologie, ernstige cognitieve stoornissen; of</li> <li>• beperkende bijwerkingen van behandeling of medicatie; of</li> <li>• een indicatie voor complexe revalidatie.</li> </ul>
<b>Verwijzing</b>	Verwijzing door behandelend specialist (bij voorkeur) of huisarts is vereist.
<b>Aanbod</b>	<p><u>Algemeen</u></p> <p>Revalidatie voor mensen met kanker omvat het geheel aan activiteiten dat nodig is om te bevorderen dat de patiënt in de persoonlijk optimaal haalbare algehele conditie (fysiek, psychisch en sociaal) verkeert, zodat hij/zij weer zo optimaal mogelijk kan functioneren.</p> <p>Herstel &amp; Balans is een laagdrempelig programma voor een brede oncologische doelgroep, met individuele differentiatie.</p>

### Uitgangspunten

Het programma is modulair opgebouwd met als doel het verbeteren van het fysieke, psychische en sociale functioneren.

Het is een groepsprogramma met individuele differentiatie.

Het programma is gebaseerd op fysiologische, gedragstherapeutische en psycho-educatieve principes.

### Doel

Revalidatie voor mensen met kanker is gericht op het optimaliseren van hun functioneren en kwaliteit van leven. Binnen het programma worden fysieke, psychische en sociale subdoelen onderscheiden:

- Fysieke subdoelen:
  - het leren (her)kennen en ervaren van eigen grenzen en mogelijkheden;
  - het leren omgaan met, verminderen of voorkomen van beperkingen zoals vermoeidheid, angst voor bewegen, lymfoedeem;
  - het optimaliseren van het inspanningsvermogen om het gewenste activiteitsniveau te bereiken;
  - het ontwikkelen/onderhouden van een actieve leefstijl; het ontwikkelen/hervinden van plezier in bewegen.
- Psychische subdoelen:
  - cognitief: het verwerven van inzicht in factoren die een rol spelen bij de ziekte kanker en de gevolgen daarvan;
  - emotioneel: het verbeteren van het emotioneel functioneren;
  - gedragsmatig: op een functionele manier omgaan met de ziekte kanker en de gevolgen daarvan.
- Sociale subdoelen:
  - herwinnen van het emotioneel evenwicht binnen de relatie en sociale omgeving;
  - optimale hervatting van werk en/of huishoudelijke taken;
  - optimale hervatting van vrijetijdsbesteding;
  - optimale hervatting van de rol in het gezin en sociale relaties.

### Behandelprogramma

1. Introductiebijeenkomst: 1,5 à 2 uur per groep.

2. Intake: 0,5 - 1 uur per persoon

- gesprek over indicatie en individuele doelstelling;
- fysieke beginmeting/test.

3. Bewegingsmodule:

- methodiek: individuele fysieke training en groepsbeweging met sport- en spelactiviteiten, ontspanningsoefeningen, oefenen van basisvaardigheden, zo mogelijk bewegen in water.
- thema's: bijvoorbeeld conditionele vaardigheden, uithoudingsvermogen, bewegingsangst, verdeling en dosering van kracht, energie en uithoudingsvermogen, plezier in bewegen, sportmogelijkheden.
- 36 - 48 contact-uren te verdelen over 10 - 12 weken op basis van de individuele indicatie/doelstelling (zorg op maat).

4. Psycho-educatieve module:

- methodiek: voorlichting, gedragsgeoriënteerde groepsgesprekken, gestructureerd lotgenotencontact;
- thema's: stressreductie, verwerkingsstrategieën, toekomstperspectief en verwijsmogelijkheden, inspanningsfysiologie/trainingsleer;
- 16 - 20 contact-uren te verdelen over 10 weken op basis van de individuele indicatie/doelstelling (zorg op maat).

5. Tussenevaluatie: 0,5 uur per persoon.

6. Evaluatie en advies: 0,5 uur per persoon.

- evaluatiegesprek en fysieke nameting/test en evaluatiegesprek;
- advies met betrekking tot zelfzorg en verwijsmogelijkheden;
- sport- en bewegingsadvies.

<p><b>Specifieke criteria</b></p>	<p><u>Groepsprogramma</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• de programma's worden uitgevoerd in groepsverband;</li> <li>• groepsgrootte: minimaal 8 personen;</li> <li>• aantal begeleiders: één persoon per 8 à 10 deelnemers.</li> </ul> <p><u>Disciplines en deskundigheid</u></p> <p>Professioneel deskundigen op het gebied van fysieke behandeling (bijv. fysiotherapeut, bewegingsagoog; minimaal 1 fysiotherapeut/groep) en psycho-educatieve interventies (bijv. gezondheidspsycholoog, oncologieverpleegkundige, maatschappelijk werker) met de volgende deskundigheid:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• specifieke expertise op het gebied van revalidatie voor kankerpatiënten: kennis van en ervaring met pathologie, oncologie, trainingsleer, cognitieve en gedragsmatige principes;</li> <li>• inhoudelijke deskundigheid in de thema's van de psycho-educatieve module;</li> <li>• kennis van en ervaring met multidisciplinaire groepsbehandelingen.</li> </ul> <p>De uitvoerend deskundigen hebben de basisscholing Herstel &amp; Balans gevolgd en nemen deel aan de intervisie/nascholing Herstel &amp; Balans.</p> <p><u>Faciliteiten</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• locatie met zalen voor groepsprogramma voor minimaal 8 personen, geschikt voor individuele kracht- en cardiotraining, groepssport en psycho-educatie</li> <li>• apparatuur in de vorm van loopband, fiets-/roei-ergometers; sport- en spelmateriaal;</li> <li>• dames- en herenkleedkamers met douches, toiletten;</li> <li>• zo mogelijk zwembad</li> </ul> <p><u>Netwerk ten behoeve van kwaliteitsborging</u></p> <p>De uitvoerende instelling:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• heeft regionale afspraken over consultatie over het behandelprogramma van individuele deelnemers ten behoeve van de uitvoerders. D.w.z. oncologische consultatie van behandelende oncologen en revalidatieconsultatie van revalidatiearts/-centrum;</li> <li>• neemt minimaal 40 patiënten per jaar in behandeling;</li> <li>• draagt zorg voor kwaliteitsbewaking;</li> <li>• een samenwerkingsverband met een integraal kankercentrum en een revalidatie-instelling of revalidatie-afdeling van een ziekenhuis.</li> </ul>
<p><b>Documentatie ter toetsing</b></p>	<p>Aanbod</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lokaal behandelprotocol (beschrijving doelgroep, inclusie- en exclusiecriteria, doel, aanbod uitgewerkt in onderdelen en tijdsduur, faciliteiten, groepsgrootte).</li> <li>• Documentatie over soort, aantal en nascholing van de behandeldisciplines.</li> </ul> <p>Netwerk</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Documentatie over het netwerk ten behoeve van kwaliteitsborging (o.a. afspraken over samenwerkingsverband, consultatie, verwijzingen).</li> <li>• Documentatie over tariefstelling per deelnemer en afspraken met zorgverzekeraars.</li> </ul> <p>Evaluatie</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Overzicht van aantal behandelde patiënten (per groep per jaar).</li> <li>• Evaluatie van het programma aan de hand van kwaliteitsindicatoren (in ontwikkeling).</li> <li>• Eventueel relevante publicaties.</li> </ul>