

Zelfhulpmodules voor patiënten St. Antonius Kankercentrum

8 december 2020



Het St. Antonius Kankercentrum heeft voor patiënten die het e-health platform en de zelfhulpmodules van Therapieland willen gaan [gebruiken](#) een introductiefilmpje opgenomen bij het Kankercentrum in Utrecht. Het ziekenhuis wil de patiënten op het platform welkom heten in een voor hen vertrouwde omgeving.

Drie online zelfhulpmodules

De online programma's van Therapieland bieden onder andere tips en adviezen over onderwerpen die belangrijk zijn voor kankerpatiënten. Denk daarbij aan het omgaan met emoties, de vermoeidheid, het verwerken van de diagnose, seksualiteit en werk. Er zijn drie verschillende modules die de patiënt in zijn of haar eigen tempo kan volgen.

Elke module bestaat uit begeleidende video's, voorbeelden uit de praktijk en opdrachten. In de bibliotheek van Therapieland kunnen de patiënten extra informatie, oefeningen en filmpjes vinden. De modules zijn ontwikkeld door e-health ontwikkelaars in samenwerking met psychologen van Therapieland, ervaringsdeskundigen en experts.

De verschillende modules kunnen uit een of meerdere sessies bestaan. Het programma 'Kanker - Tijdens de behandeling' bestaat bijvoorbeeld uit vier sessie. In de eerste sessie wordt stil gestaan bij de impact van kanker. De tweede sessie is gericht op gevoelens en hoe je hiermee om kunt gaan. Daarna volgt er twee sessies over de veranderingen in het dagelijkse

leven en het stellen van prioriteiten.

Eigen kracht en mogelijkheden

“De programma’s kunnen patiënten ondersteunen bij het omgaan met kanker, waarbij hun eigen kracht en mogelijkheden het uitgangspunt zijn. Uiteraard gaat het om zorg op maat: deze online behandeling sluit voor een deel van de mensen goed aan, anderen maken misschien liever gebruik van een app, zoals de Untire-app, en er is ook een groep voor wie e-health geen optie is. Mijn ervaring binnen de medische psychologie is dat een combinatie van persoonlijke gesprekken en e-health, we noemen dit ‘blended care’, ook waardevol is”, vertelt Nienke van der Veer, klinisch psycholoog in het St. Antonius.

Patiënten van het St. Antonius Kankercentrum die de komende maanden van een of meerdere zelfhulpmodules gebruik willen gaan maken kunnen [hier](#) een account aanmaken. In de welkomstvideo van het Kankercentrum wordt ook uitgelegd waar patiënten kunnen aangeven dat ze extra ondersteuning nodig hebben.