



## **ONCOFYSIO**

### **Beweegprogramma voor (ex) kankerpatiënten**

De behandeling van kanker gaat vaak gepaard met bijwerkingen zoals sterke verslechtering van de conditie en extreme vermoeidheid, die ook tot lang na de behandeling kunnen aanhouden. Uit wetenschappelijk onderzoek is gebleken dat meer bewegen en het opbouwen van conditie een sterke positieve bijdrage levert aan de kwaliteit van leven. Daarom heeft Fysiotherapie Mantinghcentrum Stadskanaal een specifiek bewegings- en begeleidingsprogramma ontwikkeld voor (ex)kankerpatiënten:.

#### **Doelstelling**

Optimaliseren van de kwaliteit van leven door:

- Verbeteren van de conditie en spierkracht
- Verminderen van vermoeidheid
- Contact met lotgenoten
- Beter leren ontspannen
- Leren omgaan met de huidige situatie

#### **Behandelplan**

Na een individuele intake wordt er samen met uw gespecialiseerde ( psychosomatisch werkend) fysiotherapeut een programma opgesteld. Enerzijds willen we een zo groot mogelijk resultaat boeken, maar daarnaast staat voorop de U plezier heeft in de training.

## Opbouw programma

Het programma duurt, afhankelijk van uw situatie en herstel, 6 tot 18 maanden. In het programma zullen de volgende behandelmethodes gebruikt kunnen worden:

- Conditietraining
- Spierkrachttraining
- Coaching individueel en in de groep
- Hydrotherapie
- Massage
- Ontspanningstechnieken

## Aanmelden

Het programma wordt meestal vergoed door uw zorgverzekeraar.

Bent u geïnteresseerd in dit programma, dan kunt U contact met ons opnemen:

Fysiotherapie Mantinghcentrum Stadskanaal  
0599 610872