

– fra FYSIOTERAPEUTEN nr 11 2002:

Livsviktig behandling

– Oppfordrer likesinnede til aktivitet

For fem år siden ble Tone Guettler operert for underlivskreft. I like mange år har hun fått lymfødembehandling hos fysioterapeut. For henne er denne behandlingen viktig spesielt i forhold til sitt yrkesaktive liv.

Av Heidi Johnsen
heidi.johnsen@fysio.no

Guettler, som jobber 80 prosent som bibliotekar, er leder i Norsk Lymfødemforenings lokalavdeling Oslo/Akershus. På landsbasis er det rundt 900 medlemmer, mens hennes lokallag har rundt 320. Hun vet det er langt flere enn de som er medlemmer som har en eller annen form for lymfødem.

To til fire ganger i måneden går hun til behandling hos fysioterapeut. Behandlingen består blant annet av komplett lymfødembehandling og bandasjering.

Årlig bruker hun kompresjonsutstyr for rundt 20 000 kroner. Dette dekkes av trygden etter søknad. Hun forteller at fysioterapeutene er flinke til å hjelpe til med å fylle ut søknader.

Men hun synes prisen fysioterapeuter tar for å tilpasse mål-syddede kompresjonsstrømper er høy.

Variert tilbud

Guettler er "heldig" som bor sentralt og har god tilgang på lymfødembehandling. I resten av landet er tilbudet variert. Ifølge Lymfeposten, medlems-

bladet til Norsk Lymfødemforening, er det mange pasienter rundt om i landet som har problemer med å finne fram til en behandler i sitt nærområde. Det er rundt 190 fysioterapeuter med spesialkompetanse i lymfødembehandling i Norge. Fra Bodø og nordover til Vadsø finnes per i dag bare 17. Fire er ansatt ved regionssykehuset i Tromsø og behandler ikke pasienter som ikke er innlagt.



Viktig samarbeid. For Tone Guettler, foran, er fysioterapeuten Marit Johansen en viktig samarbeidspartner i behandlingen.

Foto: Heidi Johnsen

En spørreundersøkelse i pasientforeningen i Oslo og Akershus viser at få må vente på behandling her, og den behandlingen som gis oppfattes som tilfredsstillende.

Selvbilde

Ingen kan se på Guettler at hun har problemer med ødem etter kreftoperasjonen, og at hun daglig må bruke kompresjonsstrømper og bandasjer for å holde ødemproblemene i sjakk. Men hun sier det gjør noe med et menneske å leve med en kronisk sykdom.

Det tar tid å finne seg selv i den nye situasjonen. Det er ikke alltid lett å kle av seg på badestranden eller i svømmehallen med strømper eller bandasjer. Da jeg en gang sa til en nabo som også er fysioterapeut at jeg var så lei dette benet, fikk jeg til svar: "Kvitt deg med det da. Det finnes mye lekkert i rullestoler for tiden".

Det gjorde noe meg og ga meg nye perspektiver på livet. Når noen spør meg hvorfor jeg har bandasjer, eller jeg selv er lei, sier jeg til dem og til meg selv at jeg har overlevd en kreftsykdom. Denne fysioterapeutens svar formidler jeg videre

fordi det er viktig at man kan få litt perspektiv på sin situasjon. Det er viktig å møte forståelse, og hjelp til å sette ord på følelser, sier Guettler.

Selvbehandling

For personer med lymfødem er selvbehandling viktig. Guettler forteller at hun behandler seg selv hver dag og gjør øvelser av og til. Hun understreker at dette legges det for lite vekt på. Blant annet vises det for lite øvelser som er nyttige. Uttalelsene kommer hun med på bakgrunn av tilbakemeldinger i medlemsbladet.

Her mener jeg fysioterapeuter har en viktig oppgave i å lære sine pasienter øvelser som hjelper og oppfordre dem til å være aktive, sier hun.

* * *