

# Dallund

RehabiliteringsCenter

Kvartalsnyt · Nr. 3 · 2005 · 3. Årgang



Foto: Tomas Bertelsen



## Tema: Midtvejsresultater

# Skræddersyede behandlingstilbud kræver skræddersyet rehabilitering

De foreløbige resultater fra FOCA-RE's midtvejsundersøgelse viser bl.a. at kursister føler sig signifikant mindre trætte i hverdagen efter et ophold på rehabiliteringscenter Dallund, mange kommer tilbage til arbejde, og generelt forsøger de tidligere kursister at leve et sundere liv

Af Mette Byrgesen Jensen

■ I forbindelse med Prinsesse Alexandras besøg på Rehabiliteringscenter Dallund den

19. maj 2005 blev nogle af centrets foreløbige forskningsresultater offentliggjort. Prinsessen ville gerne have et fingerpeg om, hvorvidt et kursusophold på Dallund har en effekt i kræftrehabiliteringsforløbet. Hun konkluderede som afslutning på de mange input; "Skræddersyede behandlingstilbud kræver skræddersyet rehabilitering".

- Prinsessen har ret, når hun siger at "Skræddersyet kræftbehandling kræver skræddersyet kræftrehabilitering!" Det er utrolig vigtig at være opmærksom på, at ikke alle har brug for det samme, siger centerleder Charlotte Piester.

- Kræftrehabilitering er en del af hele patientforløbet og der skal sættes ind fra diag- ▶

## Indhold

"Tager temperaturen" på den enkeltes forløb	4
Tilbage på arbejde igen	5
Karen lærte at give slip	5
Royalt besøg på Dallund	6
Ny kræftplan på plads i juni	8
Årstidens opskrift	11
Kort nyt	12

## Midtvejsresultater

### Vigtig dokumentation

De fleste professionelle ved godt, at rehabilitering nytter.

De ved, når det er lykkedes, og de kan se den forskel, god rehabilitering gør.

Her på Dallund er vi heller ikke i tvivl om, at den intervention, som vi tilbyder, gør en mægtig forskel for rigtig mange kræfttramte. Men desværre lever vi i en tid, hvor "mavefornemmelser" bare ikke er nok, logikken og fornuften ved det hele, men det er ikke nok til at indføre nye rutiner og nye procedurer.

Der skal dokumentation til!

Derfor er det meget motiverende, når vores forskere for nylig gennem en midtvejsundersøgelse kunne påvise statistisk signifikant, at livsstilsændringer samt andre faktorer hos vores kursister ændrer sig positivt efter opholdet, samt at denne ændring holder i op til seks måneder efter.

Hvorfor er det motiverende?

Jo, fordi det er godt, når "mavefornemmelsen" bliver bekræftet gennem rigtig forskning. Vi i Kræftens Bekæmpelse ønsker jo netop at skabe dokumentation, så vi kan sikre vores vision; at alle kræftpatienter bliver tilbudt kræftrehabilitering i deres patientforløb.

En af årsagerne til midtvejsundersøgelsen var et besøg af Prinsesse Alexandra i uge 20. Prinsessen ønskede at vide noget om centrets aktiviteter, tale med kursisterne, samt ikke mindst at høre om vi kunne dokumentere, at vi gør en forskel i kræfttramtes liv - at rehabilitering nytter.

Det var en stolt dag på Dallund. Prinsessen var til vores store glæde meget tilfreds med sit besøg og konkluderede til afslutning;

"skræddersyet kræftbehandling kræver også skræddersyet rehabilitering".

Det er vi meget enige med Prinsessen i.



Charlotte Piester,  
Centerleder



Selve besøget var tilrettelagt med en præsentation af projektet "Rehabiliteringscenter Dallund" herunder også Kræftens Bekæmpelses vision med projektet; at der integreres kræftrehabilitering som en naturlig del af ethvert kræftpatientforløb i Danmark.

....Fortsat fra forsiden

nosetidspunkt og igennem hele forløbet med forebyggende aktiviteter. Kræftrehabilitering er genopbygning efter et langt og sejt sygdomsforløb. Mange har brug for lidt, nogen lidt mere og enkelte har brug for megen hjælp. For at kunne tilbyde individuel rehabilitering skal man vide; "hvem har behov for hvad og hvornår".

- Vi ser ugentligt, hvordan vores kursus positivt udvikler det enkelte menneske til igen at tage føringen i deres eget liv. Den udstråling "den ranke ryg", som vi ser hver lørdag, når kursisterne forlader kurset, fortæller så meget, fortsætter hun.

I alt har ca. 2500 kursister været gennem Dallunds rehabiliteringskursus. Såvel de skriftlige som mundtlige evalueringer fortæller og viser løbende, hvor godt det er for kræfttramte at komme igennem et rehabiliteringskursus. Men det er den egentlige forskning på Dallund, der i sidste ende skal overbevise

politikere og andre beslutningstagere om, at rehabilitering nytter.

Forskningsprojektet FOCARE (Forskning i Cancer Rehabilitering) blev etableret som en del af Dallund projektet i slutningen af 2002. Godt 2000 kursister har indtil nu medvirket i FOCARE undersøgelsen. Kursisterne modtager et spørgeskema to og en halv uge før, de skal på Dallund. Derefter følger en follow-up undersøgelse, hvor kursisterne udfylder yderligere tre spørgeskemaer, som stort set er identiske med det første skema. Dette sker henholdsvis fire uger, samt seks og tolv måneder efter opholdet på Dallund.

### Foreløbige resultater

De foreløbige resultater er taget ud fra det spørgeskema, som kursisterne besvarer seks mdr. efter opholdet på Dallund. Af de godt 2000 kursister som deltager i undersøgelsen har hele 94 % besvaret dette spørgeskema. Det i sig selv er en rekord høj svarprocent.

Majoriteten af alle kursister på Dal-



Foto: Tomas Bertelsen

De foreløbige resultater fra den store forløbsundersøgelse FOCARE blev præsenteret af psykolog, PhD. Ellen Boesen, Kræftens Bekæmpelse.



lund er kvinder (86%) og gennemsnitsalderen er 54 år.

Psykolog, PhD. Ellen Boesen fra Kræftens Bekæmpelse præsenterede FOCAREs midtvejsresultater: - Selvom vi endnu er på forskningsstadiet, så ved vi nu, at rehabilitering har en positiv effekt på flere områder, bl.a. den følelse af træthed mange kræftpatienter har efter endt behandling, eller det faktum at mange kommer tilbage til arbejde igen efter et ophold på Dallund, forklarer hun.

Udgangspunktet for den enkelte kræftpatient inden et ophold er ellers i sig selv en udfordring. Det viser sig, at deltagerne før Dallund har flere problemer sammenlignet med normalbefolkningen. Deltagerne har lavere samlet livskvalitet, nedsat fysisk, psykologisk og social funktion, flere koncentrationsproblemer, mere smerte og kvalme, samt mere træthed. Denne del af undersøgelsen er sat i forhold til tal for den norske normalbefolkning vægtet på køn, da de norske studier er de ene-

ste, på det område, der kan sammenlignes med danske tal.

#### Seks mdr. efter Dallund er resultaterne bl.a.:

- *Tilbagevenden til arbejde* - mange kommer i arbejde efter et ophold på Dallund. 38 pct. af brystkræftpatienter under 60 år var i arbejde, før de deltog i et kursus. Seks måneder efter opholdet var tallet steget til 53 pct. Flere kommer tilbage til deres tidligere arbejde, mens andre f.eks. får et fleksjob.

#### Statistisk signifikante ændringer fra før opholdet på Dallund til seks mdr. efter:

- *Livsstil* - kursisterne lever efter deres ophold på Dallund sundere. De forsøger at spise mere fedtfattigt og varieret samt at få tilstrækkelig med søvn. Desuden har de fokus på at undgå stress.
- *Træthed* - kursisterne føler sig meget mindre trætte i hverdagen efter et

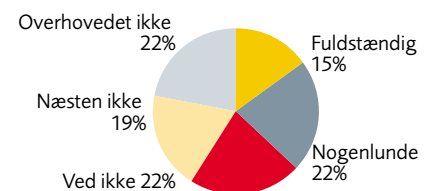
### Kursistudsagn:

## Jeg kan ikke bruge min fritid som før

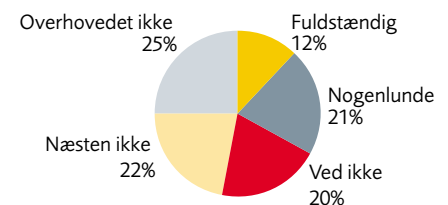
Dallund udvikler redskaber, der beskriver patienterne og deres situation i forbindelse med rehabilitering, men efter diagnose og behandling af deres kræftsygdom.

Svarerne fra mere end 1.300 patienter findes i Dallunds data-base. Resultaterne kan analyseres på mange måder. Neden for vises nogle karakteristiske fund.

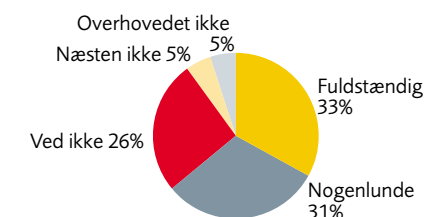
#### Alle patienter, N= 1.377



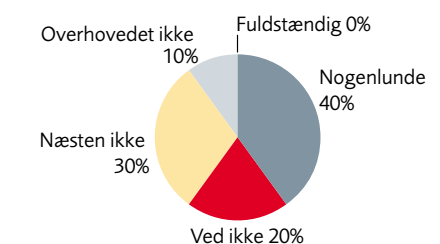
#### Brystkræft, N= 747



#### Lungekræft, N= 65



#### Prostatakræft, N= 23



## Midtvejsresultater

ophold på Dallund. Træthed er et kendt symptom hos kræftpatienter – op imod 70 % har dette problem. Og for rigtig mange opleves trætheden som nærmest invaliderende og med til at gøre det endnu sværere at vende tilbage til et normalt liv efter sygdommen.

- **Velbefindende** - markante forbedringer i kursisternes psykiske velbefin-

dende. De føler sig mindre angst og deprimerede, og alle oplever at have fået mere energi.

- Vi ved altså allerede nu, at det nytter at hjælpe kræftpatienter tilbage til en tilstand, hvor de kan deltage i samfundet igen. Det, der også er vigtigt, er gennem yderligere forskning at finde frem til hvem, der virkelig har brug for de

her ting. Vi er opmærksomme på, at ikke alle har brug for samme mængde eller typer af rehabilitering, siger Ellen Boesen.

Et randomiseringsprojekt med samme spørgeskemaundersøgelse er sat i gang 2004 og forventes afsluttet med udgangen af 2007. Denne undersøgelse forventes at inkludere i alt ca. 750 kræftpatienter.

### "Tager temperaturen" på den enkeltes forløb

Med afsæt i Dallunds forskningsprogram samt tilhørende videns- og erfaringsopsamlingsaktiviteter blev også Dallunds interne visitationsredskab "Dallundskala" præsenteret. Dallund har gennem de sidste par år med Læge Tom Kristensen i spidsen, udviklet og arbejdet på et redskab, der enkelt og simpelt skal målrette og derved effektivisere rehabiliteringsforløbet for den enkelte, samt ikke mindst sørge for en korrekt anvendelse af ressourcerne: - Det er vores vision, at redskabet skal anvendes i hele patientforløbet for løbende at "tage temperaturen" på den enkeltes rehabiliteringsbehov, forklarer Charlotte Piester.

Dallundskala består af en målestok, som angiver, hvor tæt den enkelte er på at leve det liv, som personen ønsker. Den anden del består af en række spørgsmål udfra de problemer, den enkelte måtte have efter kræftbehandlingen. Ser vi på, hvor de kommende kursister til Dallund sætter kryds i problemstillinger, fordeler det sig således:

Fysiske problemer	96 %
Praktiske problemer	44 %
Psykiske problemer	85 %
Familieproblemer	27 %
Arbejds- / skoleprobl.	39 %
Åndelige / religiøse probl.	26 %
Ingen problemer angivet	2 %

- Bare denne ovenstående fordeling giver i sig selv god argumentation for at arbejde med kræftrehabilitering, mener Charlotte Piester.

Dallund har indtil nu gode resultater med Dallundskala og er i gang med at videreudvikle reskabet ved samarbejde i Norden.



## Tilbage på arbejde igen

Efter opholdet på Dallund gik der 14 dage inden Jonna Stendahl var tilbage på arbejde igen. Hun havde på det tidspunkt været sygemeldt i mere end et halvt år

■ - Mit største ønske var at komme på arbejde igen. Men jeg havde været bange for ikke at slå til. Det havde bl.a. knebet lidt med hukommelsen, hvilket jeg på Dallund fandt ud af, var helt naturligt for den her sygdom. Efter opholdet på Dallund vendte jeg derfor stille og roligt tilbage til mit arbejde som receptionist på Odense Tekniske Skole, fortæller Jonna Stendahl.

Jonna Stendahl er 59 år. Hun fik konstateret æggestokkekræft i maj måned sidste år. Hun var psykisk meget stærk, da diagnosen blev givet. Var den, der trøstede børn og børnebørn: - Jeg blev helt rolig, da jeg fik beskeden. Jeg kunne jo ikke gøre noget ved det. Min mor var død af samme sygdom i 1981, 56 år gammel, forklarer hun.

Hele sidste år var meget hård ved Jonna Stendahl. Den behandling, hun fik for kræften gik bl.a. i benene og svækkede Jonnas overskud og muligheder. Der blev ændret på behandlingen og efter jul kunne hun pludselig mærke, at det gik bedre dag for dag. Derfor besluttede hun sig i starten af dette år for et ophold på Dallund.

- Jeg kan næsten ikke give udtryk for, hvor godt det ophold var for mig. Det var lige fra den måde, vi blev modtaget på og behandlet af alle de ansatte på Dallund, til muligheden for at snakke med andre kursister og personalet om de ting, der rørte sig i os. Og det var gymnastikken, hvor man hele tiden prøvede grænser og blev glad, når noget lykkedes, som man ikke troede,



Jonna Stendahl lærte på Dallund at tage en dag af gangen, leve og være glad.

man var i stand til. Det var det hele, der gjorde det, forklarer Jonna Stendahl.

- Jeg lærte på Dallund, at det alene er os, det drejer sig om og ikke alle de andre. Man skal lytte til sin egen krop. Derfor blev det også slået fast, at det var meget vigtigt f.eks. ikke at begynde på arbejde igen, før man følte sig helt parat til det. Jeg havde nok længe været parat og skulle bare lige have det sidste spark til at komme videre med mit liv. Til at komme på arbejde igen, hvilket fik

stor betydning for mit velbefindende siger Jonna Stendahl.

Desværre har Jonna Stendahl fået tilbagefald og er igen i fuld gang med en omfattende kemokur.

## Karen lærte at give slip

På Dallund erkendte jeg, at det at have kræft var noget, som jeg både kunne og skulle leve med, fortæller Karen Nørgaard

■ Karen Nørgaard, 49 år, har haft brystkræft to gange. Første gang i 1994 da de to yngste børn af fire, tvillingerne, var knap tre år gamle. Den gang fik Karen fjernet det ene bryst og gennemgik en strålebehandling. Anden gang, hun fik kræft, var i 2003, da hun opdagede en knude på ribbenet, hvor brystet havde siddet, samt endnu en knude i armhulen.

- Jeg var meget ked af, at det var kommet tilbage. Jeg synes dog selv, at jeg var meget fattet under undersøgelserne og diagnosen. Jeg vidste jo en hel del

om, hvad det drejede sig om. Jeg var sygemeldt fra mit arbejde og troede faktisk ikke, at jeg kom i gang igen. Det var ikke, fordi jeg var deprimeret. Jeg troede bare, at jeg nok var nødt til at få pension, da jeg ikke regnede med at skulle overleve særlig lang tid. Jeg troede, at jeg snart skulle dø, fordi jeg fik at vide at kræften denne gang ikke kunne fjernes, fortæller Karen Nørgaard.

For at komme igennem det kriseforløb, erkender Karen Nørgaard, at opholdet på Dallund hjalp hende meget. Hun kom der ret hurtigt efter operationen og havde selv fundet frem til opholdet i håb om, at det kunne give hende nogle redskaber til at takle den ny situation: - Jeg kom gladede hjem fra Dallund. Jeg var blevet grebet i at falde nedad og havde fået fornyet håb for tilværelsen. Jeg lærte at leve i nuet men også at

bevare troen på fremtiden, siger hun.

- Det vigtigste ved opholdet var erkendelsen og accepten af mig selv og andre. Jeg kan ikke følge alle gode råd og bestemmer selv, hvilke ændringer jeg vil lave. F.eks. om jeg vil motionere mere eller spise sundere. Jeg lærte at være mere åben og tale om, hvad der rører sig i mig både, når jeg er glad, og når jeg er ked af det. Jeg lærte at tage imod hjælp og at give slip på kontrollen.

Karen Nørgaard er tilbage på arbejdsmarkedet i et flexjob som farmaceut på et apotek. Hun er blevet bedre til at mærke efter, hvad hun har lyst til og instillet på at gøre en indsats for netop det, hun brænder for. Som hun siger: "jeg gør noget ved det, som jeg kan gøre noget ved og ikke så meget ved det, jeg ikke kan lave om på alligevel".

# Royalt besøg på Dallund

**Anledningen for Prinsesse Alexandras besøg på Rehabiliteringscenter Dallund var at indvie prinsessen i centrets aktiviteter samt at præsentere nogle foreløbige forskningsresultater**

■ Det blev en spændende dag. Prinsessen viste stor interesse for arrangementet lige fra modtagelsen af de flagende og smilende børn fra Sønder sø ved ankomsten, gennemgangen af de mere alvorlige emner som resultaterne af den deciderede forskning, der foregår i rehabilitering på Dallund, samt til mødet med de egentlige hovedpersoner - kursisterne i fuld gang med de planlagte rehabiliteringsaktiviteter.

Prinsesse Alexandra er involveret i Kræftens Bekæmpelse og har blandt andet fokus og interesse for brystkræft. Mål-

gruppen for Dallunds kursusuge i selv samme uge var derfor planlagt til at være repræsenteret af brystkræftpatienter under 50 år.

Prinsessen fik udover en gennemgang af resultaterne af FOCAREs midtvejsundersøgelse også mulighed for at tale med kursisterne. De nuværende kursister mødte prinsessen under rundvisningen på slottet, hvor 10 kursister bl.a. var i gang med afspænding, men det blev også til samtaler under mere private forhold med to af kursisterne. Prinsesse Alexandra mødte samtidig også en tidligere kursist, der kunne fortælle, hvilken forskel hendes ophold på Dallund havde haft for hendes videre rehabiliteringsforløb.

Prinsessens besøg blev afsluttet med en spørgerunde og prinsessen konkluderede altså; at skræddersyede behandlingstilbud kræver skræddersyet rehabiliteringsforløb.

Fotos: Tomas Bertelsen



Prinsessen ankom til Dallund ved middagstid den 19. maj 2005 under smuk blå himmel og mindst 220 festlige, smilende og flagende børn fra Sønder sø.

Prinsessen fik mulighed for at tale med to af de 20 kursister, som var på Dallund i den selv samme uge. Samtalen drejede sig bl.a. om, hvorfor de havde valgt at tage på kursus, hvilke forventninger de havde, og hvad de hver især havde haft af udfordringer inden opholdet. Hun talte også med en tidligere kursist, der havde været på Dallund i november 2004.



Efter den første præsentation blev Prinsesse Alexandra vist rundt på slottet af centerleder Charlotte Piester.

# Ny kræftplan på plads i juni

Ved folketingets åbningstale 5. oktober 2004 meddelte statsministeren, at regeringen ønskede at bringe kræftbehandlingen op på højeste internationale niveau. I juni i år udgav Sundhedsstyrelsen kræftplan II, der tager fat på hele behandlingsforløbet

■ - Vi er meget glade for kræftplan II, fordi den netop tager fat på hele patientforløbet – herunder også forebyggelse og rehabilitering. Det er nyt og det er godt. Kræftens Bekæmpelse har arbejdet intenst på at gøre opmærksom på de behov, der findes. Med afsæt i kræftplan II er tiden gunstig til at blive konkret og nu endelig - gå fra ord til handling, konkluderer centerleder Charlotte Piester, Dallund.

Folketinget og regeringen er enige om, at det vil kræve ekstra ressourcer at sikre det sammenhængende patientforløb: - Det er derfor Kræftens Bekæm-

pelses opgave at holde politikerne fast på deres ord og sikre gennem konkrete forhandlinger om næste års finanslov, at der afsættes tilstrækkelige ressourcer, der konkret kan anvendes til eksempelvis rehabiliteringstilbud både regionalt og kommunalt, fortsætter hun.

### Specialiserede arbejdsgrupper

På de forskellige områder af Kræftplan II - lige fra forebyggelse, behandling og til rehabilitering etc. har der siddet en specialiseret arbejdsgruppe. Planen giver derfor konkrete anbefalinger på alle områder - også rehabilitering. Rehabiliteringsarbejdsgruppen udarbejdede i alt 11 konkrete anbefalinger, som i sammenfattede rapport blev summeret til fire:

1. Der bør ske en nøje afklaring af den enkelte kræftpatients behov for rehabilitering med henblik på en målrettet rehabiliteringsindsats tidligt i sygdomsforløbet
2. Der bør udvikles og implementeres kliniske retningslinjer og forløbsbeskrivelser (over sektorgrænsen) med til-

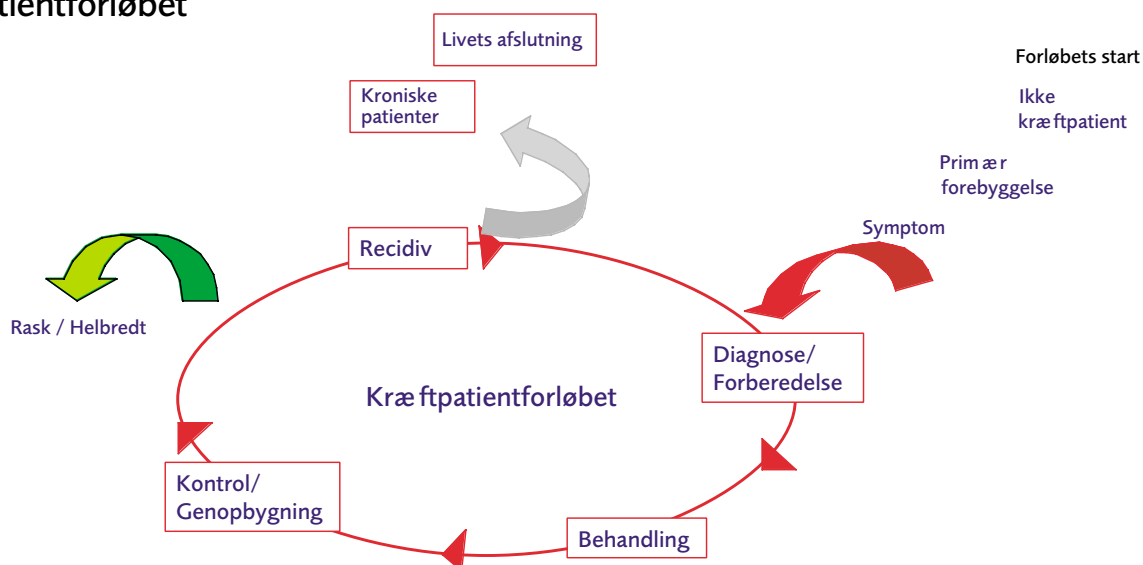
- hørende indikatorer til sikring og monitorering af kvaliteten af forløbene
3. Relevant personale bør sikres kompetence inden for rehabilitering
4. Etablering af et koordineret forskningsprogram med henblik på udvikling af rehabiliteringsmetoder og tilvejebringelse af evidens for rehabiliteringens effekt

### Dallund i fuld gang

- Fra Dallund har vi bidraget til anbefalingerne og vil nu også tage del i de opgaver, som ligger foran os for at sikre at rehabiliteringsindsatsen, når ud til alle kræfttramte. Vi er på Dallund allerede godt i gang med opgaverne, og de projekter vi har i gang eller som er på tegnebrættet, håber vi kan være til stor hjælp og inspiration, når kræftplanen for alvor skal implementeres, siger Charlotte Piester.

Dallunds bidrag til processen fremover er her i kursiv sammenholdt med alle rehabiliteringsarbejdsgruppens 11 anbefalinger for kræftrehabilitering i Danmark.

## Kræftpatientforløbet



Et kræftpatientforløb har mange faser – derfor skal rehabilitering tænkes ind i forløbet så tidligt som muligt.

### Aktuel status for kræft-rehabilitering:

1. at der sker en systematisk opsamling af viden om eksisterende, dokumenterede rehabiliteringstiltag med henblik på implementering af et minimumsniveau i hele landet,
  - a. *Dallund igangsætter i 2005 en systematisk opsamling af tilbud på landsplan. For at dele viden på området udvides denne opsamling med en åbning af Dallund hjemmeside for formidling af de mange eksisterende rehabiliteringstilbud både nationalt og internationalt.*
2. at der nationalt skabes et netværk af professionelle, som kan sikre implementering i praksis,
  - a. *Kræftens Bekæmpelse har i efteråret 2005 planer om at igangsætte aktivitet for at samle sådanne netværk på tværs af landet og interesser.*
3. at der oprettes kompetencecentre (jf. KOF-planens forslag) knyttet til hver af de tre universitetsregioner med henblik på formidling af viden og erfaringer samt bidrag til udvikling af konkrete rehabiliteringstiltag, iværksættelse af forskning og udvikling samt uddannelse og kompetenceudvikling af personale. De tre centres aktiviteter bør koordineres nationalt,
  - a. *Dallund bidrager allerede til dette ved at dele vores viden blandt andet gennem temadage om rehabilitering rundt om i landet, vidensdeling på nettet, samt undervisningstilbud for professionelle. Herudover ønsker vi at bidrage og involvere centret i koordinering af viden nationalt.*

### Hvilken indsats er der behov for:

4. at der etableres et koordineret forskningsprogram med henblik på udvikling af rehabiliteringsmetoder og tilvejebringelse af evidens for rehabiliteringens effekt, (forskning)
  - a. *Vores forskningsprojekt FOCARE har allerede stor erfaring på det*

## Kræftplan II's formål

"at styrke forebyggelsen af kræft og forbedre grundlaget for, at danske kræftpatienter får tilbudt udrednings- og behandlingsforløb, der bliver iværksat

tidligt, at forløbet opleves sammenhængende af patienterne og har høj international faglig kvalitet".

## Resume af Kræftplan II

### Patientforløb

Planen anbefaler en forbedret organisation af diagnostik, behandling og opfølgning - konkret baseret på patientens behov.

- **Forebyggelse og tidlig opsporing**  
Omkring halvdelen af alle kræfttilfælde kunne undgås, hvis det var muligt at mindske de livsstilsfaktorer, der findes i dag. Tobak er den enkelte faktor, der udgør den største risiko. Kræftplanen indeholder i øvrigt også anbefalinger vedrørende screening for livmoderhals-, bryst- og tarmkræft.

### Kræftdiagnostik

Data tyder på, at en række kræftdiagnoser stilles senere i Danmark end i Norge og Finland. Årsagen er formentligt, at danskerne tøver for længe med at gå til lægen, samtidig med at der også er forsinkelser i henvisningen fra almen praksis til nærmere udredning ved mistanke om kræft.

### Kræftbehandling

- **Kirurgisk behandling**  
Kvaliteten af kræftkirurgien er af meget afgørende betydning for behandlingsresultatet.
- **Medicinsk behandling**  
Planen anbefaler, at der udarbejdes og implementeres nationale kliniske retningslinjer for standardbehandlingerne, og at der foretages løbende registrering af effekt og bivirkninger af behandlingerne.

### • Strålebehandling

Der skal med afsæt i den forventede faglige og teknologiske udvikling på stråleområdet og apparaturets løbende nedslidning udarbejdes amtslige/regionale udskiftnings- og implementeringsplaner. Sundhedsstyrelsen skal sikre koordineringen af de lokale planer.

### • Den ikke kræftspecifikke behandling

Mange patienter har brug for andre behandlingstilbud, som f.eks. rehabilitering og palliativ indsats.

### Patienten

Patienterne skal deltage aktivt i deres sygdoms- og behandlingsforløb. Det kræver f.eks., at patienter med særlige behov tilbydes den nødvendige vejledning og støtte.

### Personale og uddannelse

Der fastsættes mål for den viden og kompetence, den enkelte speciallæge skal erhverve sig. Og der forventes en ny specialuddannelse målrettet mod alle de sygeplejersker, der arbejder med kræftpatienter.

### Forskning

F.eks. skal kvaliteten af den kliniske forskning koordineres og styrkes.

Se hele Kræftplan II på [www.sst.dk](http://www.sst.dk)

område. Under denne anbefaling ligger ligeledes uddannelse af professionelle, hvor Dallund fra august i år tilbyder kursus for professionelle som led i den kommende opbygning af kompetencer og kvalifikationer.

5. at der udarbejdes forløbsbeskrivelser med standarder for rehabiliteringsindsats for de større kræftsygdomme (generiske forløb), (Klinisk indsats)

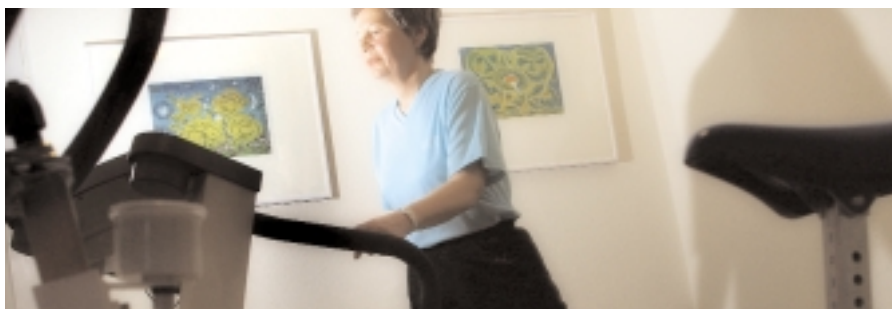
a. Vi kan supplere med information fra vores database, der indeholder udsagn fra mere end 2500 kursister, samt bidrage med den specialiserede videns- og erfaringsopsamling, som de forskellige fagpersoner på Dallund er i fuld gang med. Vores vigtige erfaringer kan konkret anvendes i tilrettelæggelsen af kommende standarder.

6. at rehabilitering inddrages i forbindelse med udarbejdelse af referenceprogrammer og kliniske vejledninger, (Klinisk indsats)

a. Se ovenstående input.

7. at der etableres rehabiliteringsenheder i forbindelse med kræftafdelingernes ambulatorier for alle diagnosegrupper (også diagnosegrupper der henhører under de kirurgiske enheder), (Klinisk indsats)

a. Vi kan konkret bidrage med viden til indholdet i patientundervisning. Vi samler viden om, hvem har behov for hvad, blandt andet gennem vores nye visitationsredskab "Dallundskala". Denne viden vil blive essentiel for planlægning af tilbud.



Rehabilitering kan bl.a. være at få kroppen fysisk aktiv igen.

8. at specialiseret personale fra f.eks. kræftafdelinger inddrages i relevant omfang i den langsigtede rehabiliteringsindsats i primærsektoren, (Klinisk indsats)

a. Vi er aktive i debatter og planlægningen af, hvordan kræftrehabilitering kan organiseres i den nye strukturereform, når ansvaret for rehabilitering flytter fra amt til kommune. Vores fornemste opgave er her at få hele patientforløbet tænkt ind og komme væk fra kassetænkning. Det vigtigste i planlægningen er at opkvalificere primærsektoren ved f.eks. at etablere et tæt samarbejde med de specialiserede afdelinger.

#### Identifikation af, hvilke patienter har hvilke behov, hvornår

9. at der arbejdes målrettet med udvikling og anvendelse af visitationsparametre (identifikationsredskab) med henblik på, at den enkelte kræftpatient får et målrettet, individuelt til-

bud tilpasset det konkrete behov,

a. Dallundskalaen er netop et visitationsredskab udviklet på Dallund, der skal valideres i hele patientforløbet for herefter at kunne blive anvendt konkret. Dallundskalaen vil fremover blive afprøvet i hele patientforløbet.

#### Mål for indsatsen og indikatorer og monitorering:

10. at der arbejdes målrettet med udvikling og implementering af indikatorer med henblik på monitorering af indsatsen,
- a. Dallund ønsker igangsættelse af MTV studie som del af dette fokus område. Ligeledes arbejder vi internt med Dallundskalaen som et redskab for måling af indsats.

#### Hvilke aktører – tilrettelæggelse – kapacitet?

11. at kræftrehabiliteringsindsatsen initieres og iværksættes, når patienten får sin kræftdiagnose. Endvidere, at der skabes klarhed over ansvar og kompetence med henblik på at skabe størst mulig sammenhæng for patienten med anvendelse af de rette personaleressourcer.

a. Vi kan bidrage aktivt til kommende arbejdsgrupper i landet, som skal søge at konkretisere viden om rehabilitering såvel fra professionelle i dag, samt de projekter der allerede eksisterer rundt i landet. Vi stiller os gerne til rådighed via konsulentfunktioner.

## Arbejdsgruppen bag afsnittet om rehabilitering:

- Fuldmægtig Hans Lynggaard Jørgensen, Indenrigs- og sundhedsministeriet
- Centerchef, projektleder Charlotte Bruun Piester, Rehabiliteringscenter Dallund, Kræftens Bekæmpelse
- Professor Mikael Rørth, onkologisk klinik, Rigshospitalet
- Ledende oversygeplejerske Lone Ammentorp, onkologisk afdeling, KAS Herlev
- Overlæge, seniorforsker Christoffer Johansen, EPI, Kræftens Bekæmpelse
- Klinisk sygeplejevejleder, projektkoordinator Lise Bjerrum Thisted, onkologisk klinik, Rigshospitalet
- Chefsygeplejerske Ruth Truelsen, Sundhedsstyrelsen
- Konsulent Lisbet P. Andersen, Amtsrådsforeningen (sekretær)

# Årstidens opskrift

## Lette retter til frokost eller lune sensommeraftener

Af Birgit Andersen, køkkenchef

■ Med opskrifterne på denne faste side er det vigtigt både at inspirere og gøre det lettere at spise mere frugt og grønt. Flere undersøgelser viser nemlig, at de mennesker, der spiser meget frugt og grønt, har en nedsat risiko for at få kræft, hjerte-kar-sygdomme og diabetes.

Men det er ligeledes vigtigt for mig at finde spændende og lækre opskrifter, som jeg mener at kunne glæde andre med. Retterne her kan f.eks. spises som frokostretter enkeltvis, men hvis man i stedet vælger at servere dem sammen, udgør de et helt vegetarisk aftensmåltid, der ikke blot er sundt og nærende, men også smager fantastisk.

God appetit!



Foto: Heidi Maxmilling

### Spinattærte

1,5 dl. fuldkornshvedemel  
1,5 dl. hvedemel  
1/2 tsk. salt  
50 g. margarine  
1,5 dl. fromage frais

#### Fyld

450 g. optøet spinat  
3 æg  
50 g. revet ost  
1/4 tsk. revet muskatnød  
1/4 tsk. salt  
200 g. hytteost

**Tærtedej:** Bland fuldkornshvedemel, hvedemel og salt sammen. Skær margarinen i mindre stykker og smuldr den i melet. Tilsæt fromage frais og saml dejen hurtig. Rul eller tryk dejen ud i en tærteform (ca. 22 cm i diameter). Tryk dejen ca. 3 cm op ad kanten og forbag bunden midt i ovnen ca. 15 min. ved 200 grader.

**Fyld:** Knug spinaten godt og hak den groft. Pisk æggene sammen. Tilsæt spinat, ost og krydderier og vend hytteosten i. Hæld fyldet over den forbagte bund og bag tærten færdig midt i ovnen ca. 40 min. ved 200 grader.

### Rødbedesalat med hvidkål og æble

250 g. rødbeder  
200 g. hvidkål  
2 æbler f.eks. cox orange  
20 g. græskarkerner  
40 g. rosiner

#### Fremgangsmåde:

Rist græskarkernerne på en tør pande ved jævn varme. Skræl og riv rødbederne groft. Snit hvidkålen fint og skær æblerne i både. Bland herefter rødbeder, hvidkål, æbler, græskarkerner og rosiner.

#### Marinade

2 spsk. olie  
2 tsk. dijonn sennep  
2 tsk. æbleeddike  
2 tsk. vand  
2 spsk. hakket persille  
1 knsp. salt  
1 knsp. peber  
evt. lidt sukker

#### Fremgangsmåde:

Rør olien i senneppen i en tynd stråle. Pisk æbleeddike, vand og persille i blandingen og smag til med salt og peber. Hæld marinaden over salaten og lad den trække inden serveringen.



Foto: Bioteknologisk Institut

## Kort nyt

### Årstidens gode nyhed

Frederiksborg Amt besluttede i juni måned at indgå samarbejde med Dallund om at deltage i FOCAREs randomiserings forskningsprojekt. Det betyder at følgende diagnosegrupper i amtet - brystkræft, mave/tarmkræft samt prostatakkræft - vil blive tilbudt at deltage i en lodtrækning om et ophold på Dallund. De respektive afdelinger, som vil blive berørt af projektet, samt forskerne i FOCARE er gået i gang med at tilrettelægge processen: - Det glæder os utroligt meget på Dallund og i Kræftens Bekæmpelse, at amtet har valgt at indgå i dette samarbejde, siger centerleder Charlotte Piester.

### Professionelle på kursus

Det nye initiativ på Dallund om at give professionelle mulighed for at deltage i et kursusforløb sammen med kræftpatienter har vist sig at være en succes: - Der har været masser af positiv respons og anerkendelse af initiativet. Vi har allerede planlagt kursusforløb for 12 professionelle og har sendt ca. 60 ansøgningsskemaer af sted til interesserede, fortæller centerleder Charlotte Piester.

Formålet med kurset er at give indsigt i, hvad kræftrehabilitering er, udfordringer på området, faglig indsigt, samt inspiration til opstart af lokale/regionale tilbud. Første hold af professionelle ankommer i september. For yderligere information kontakt Vibeke Sandberg på tlf.: 64891134.

### Støtte fra TrygFonden

TrygFonden har netop bevilget 350.000. kroner til det forskningsprojekt, der undersøger om deltagelse i internetgrupper efter Dallund, gør det nemmere for kursisterne at vende tilbage til en normal hverdag. Kun halvdelen af kursusholdene på Dallund får et undervisningsforløb om internettet og et opfølgende tilbud om at deltage i en internetgruppe, men kursister fra alle kursushold deltager i forsøget for at holde de to grupper op mod hinanden. Det endelige resultat af undersøgelsen bliver gjort op i slutningen af 2007.



Foto: Heidi Maxmiling

## Kom videre på Dallund

### - Rehabiliteringstilbud til kræftpatienter

■ Dallund er det første rehabiliteringscenter i Danmark, hvor færdigbehandlede kræftpatienter bliver tilbudt et aktivt kursusforløb af seks dages varighed. Målet med opholdet er at give kursisterne ny energi og nye mål gennem viden om deres sygdom, fysisk aktivitet, tid til samvær og erfaringsudveksling, sunde måltider samt udarbejdelse af egen handleplan.

Dallund er også et 5-årigt forskningsprojekt, hvor det egentlige formål er at samle viden og dokumentation om rehabilitering af kræftpatienter for derigennem at få integreret rehabilitering som en del af kræftpatientforløbet i Danmark.

Kursusopholdet er gratis for kræftpatienten under forudsætning af, at amtet har indgået aftale. Opholdet finansieres gennem et samarbejde mellem Kræftens Bekæmpelse og en række amter.

På [www.dallund.dk](http://www.dallund.dk) under "henvisning" finder du ansøgningsskema som pdf-fil, samt kriterier for visitation og kontaktpersoner i de deltagende amter. Materialet kan også fås ved henvendelse til Dallund, Kræftens Bekæmpelse, Kræftens Bekæmpelses kræftrådgivninger og på sygehusafdelingerne.

### RehabiliteringsCenter Dallund

Dallundvej 63  
5471 Søndersø  
Telefon: 64 89 11 34  
Telefax: 64 89 15 14  
e-mail: [dallund@dallund.dk](mailto:dallund@dallund.dk)  
[www.dallund.dk](http://www.dallund.dk)

### Redaktion:

Charlotte Piester, projekt- og centerchef  
Mette Byrgesen Jensen, journalist (DJ)  
Vibeke Sandberg, chefsekretær

## TEMAER I SENERE NUMRE

Skriv til Dallund, hvis der er emner til debat, dialog eller andet, du ønsker Kvartalsnyt skal indeholde i fremtiden, eller hvis du ønsker flere eksemplarer af Kvartalsnyt.

## KALENDER

### Kurser og andre arrangementer

August

08 - 13 Blandede m/k  
15 - 20 Brystkræft over 50 år  
22 - 27 Tilbage til arbejdet m/k  
29 - 03.09 Dallund - Videnscenter

September

05 - 10 Hæmatologi / Blandede diagnoser m/k  
13 - 17 Brystkræft under 50 år  
19 - 24 Blandede diagnoser m/k  
26 - 01.10 Seniorer over 60 år m/k

Oktober

03 - 08 Blandede diagnoser m/k  
10 - 15 Blandede diagnoser m/k  
17 - 22 Efterårsferie  
24 - 29 Mænd med blandede diagnoser  
31 - 05.11 Brystkræft m. tilbagefald / spredning