

VLOGA NARAVNIH ZDRAVILIŠČ V REHABILITACIJI BOLNIKOV Z RAKOM

ROLE OF NATURAL HEALTH SPAS IN REHABILITATION OF CANCER PATIENTS

Silvester Krelj, dr. med.
Zdravilišče Laško d.d.

Povzetek

Večina slovenskih naravnih zdravilišč je s svojimi programi vključena v sistem javne zdravstvene mreže in opravlja zdraviliško zdravstveno dejavnost. S svojimi zdravstvenimi programi se vključujejo v sekundarno raven organizirane medicinske rehabilitacije v Sloveniji. V zdraviliščih že leta poteka rehabilitacija nekaterih bolnikov z rakom, ki imajo okvare gibal, gastrointestinalnega, centralnega in perifernega živčnega sistema, dojk in rodil. Rehabilitacijo opravljajo z naravnimi zdravilnimi sredstvi, z metodami medicinske rehabilitacije, dietoterapije in nekaterimi oblikami psihoterapije. Namen rehabilitacije je izboljšati splošno funkcijsko sposobnost organizma in posameznih organskih sistemov ter s tem izboljšati kakovost življenja. V zdraviliščih je mogoče izvajati tudi postopke komplementarnih terapij.

Pravico do zdraviliškega zdravljenja opredeljujejo pravila Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije (ZZZS), omejujejo čas bivanja in število terapevtskih postopkov za posameznega zavarovanca. V standardu »tip 6« je opredeljena pravica do rehabilitacije po operacijah raka na rodilih, dojkah in po posegih v mali medenici in na testisih. Za vse ostale bolnike z rakom velja določilo, da je zdraviliško zdravljenje utemeljeno, če pričakujemo odpravljanje oziroma izboljšanje funkcijske motnje. Bolezensko stanje določimo in uvrstimo v posamezni tip standarda glede na diagnozo in lokacijo rakave bolezni. Potreben bi bil program in standard, ki bi opredelil rehabilitacijo bolnikov z rakom v zdravilišču.

Ključne besede:

zdravilišče, rehabilitacija, rak, komplementarne terapije

Summary

Most of the Slovene thermal spas with their programs are included in the public health system network and provide spa and medical care services. With their medical programs, they are included into the organized medical rehabilitation in Slovenia at the secondary level. For many years, the spas have provided rehabilitation of cancer patients with disorders and impairments of locomotive, gastrointestinal, central and peripheral nervous systems, breast and reproductive organs. The rehabilitation is carried out in the form of natural medicinal means, medical rehabilitation methods, diet therapy and certain forms of psychotherapy. The purpose of rehabilitation is to improve general functional abilities of a human organism and individual organ systems and in that manner enhance the quality of life. Health resorts also offer complementary therapy methods.

A patient is entitled to be treated in a health resort according to the rules of the Health Insurance Institute of Slovenia (ZZZS), which define the duration of stay and the number of therapeutic procedures for each individual insured patient. The standard type 6 defines the entitlement to rehabilitation after surgical operation of malignant tumors in breast, reproductive organs and operations of small pelvis and testicles. For all other cancer patients, the rule states that they are entitled to treatment in health resorts if their functional disorders are expected to be improved or removed. The condition of disease is defined and classified according to individual standard type with regard to the diagnosis and location of malignant disease. The development of a program and standard would be necessary to define the rehabilitation of cancer patients in health resorts.

Key words:

health spa, rehabilitation, cancer, complementary therapies

UVOD

Slovenska naravna zdravilišča že desetletja opravljajo zdraviliško zdravstveno dejavnost, ki temelji na tradiciji souporabe naravnih zdravilnih sredstev in rehabilitacije, v procesu zdravljenja različnih vrst bolezni in bolezenskih stanj.

Večina slovenskih naravnih zdravilišč je združena v Skupnosti slovenskih naravnih zdravilišč. Vključena so v javno zdravstveno mrežo in opravljajo zdraviliško zdravljenje z naravnimi zdravilnimi sredstvi, z metodami medicinske rehabilitacije, dietoterapije in z nekaterimi oblikami psihoterapije. Izvajajo tudi specialistično ambulantno dejavnost

in ambulantno fizikalno terapijo, zdravstveno vzgojno delo in ukrepe sekundarne preventive. Medicinska dejavnost v zdraviliščih je del sekundarne ravni organizirane medicinske rehabilitacije v Sloveniji.

ZDRAVILIŠKO ZDRAVLJENJE RAKAVIH BOLEZNI

Uporaba naravnih zdravilnih sredstev je zdraviliščem omogočila specializacijo za rehabilitacijo in zdravljenje posameznih bolezni, okvar in poškodb. Možnosti za zdraviliško zdravljenje rakavih obolenj opredeljujejo pravila ZZS, ki naštevajo bolezenska stanja, primerna za napotitev v zdravilišča. Posamezna bolezenska stanja so umeščena v tipe standardov od 1-9. Rakave bolezni so delno zajete v opisu standarda »tip 6«, ki našteva ginekološke bolezni in stanja po operativnih posegih v mali medenici, na testisih in prsni, ko gre za radikalne operacije in stanja po radioterapiji na rodilih in dojkah zaradi raka. Med bolezenskimi stanji, pri katerih je mogoča napotitev na zdraviliško zdravljenje, so našteje tudi tiste rakave bolezni, kjer pričakujemo odpravo funkcijskih motenj, tip standarda določimo glede na diagnozo oziroma na lokacijo raka. V zdraviliščih izvajamo rehabilitacijo bolnikov z rakom, ki so neposredno po zaključenem zdravljenju v bolnišnici, na inštitutu ali kliniki napoteni na predlog izbranega zdravnika specialista kot nadaljevanje bolnišničnega zdravljenja. Ostali in tisti po prestali radioterapiji in kemoterapiji so v zdravilišče napoteni običajno po preteku 3 mesecev od zadnje terapije na predlog izbranega osebnega zdravnika. Pravila ZZS določajo čas bivanja bolnikov v zdravilišču in omejujejo število in vrsto terapij (1).

NARAVNA ZDRAVILNA SREDSTVA V ZDRAVILIŠČIH

Pri rehabilitaciji bolnikov z rakom lahko v slovenskih zdraviliščih uporabljajo različna naravna sredstva. Naravna zdravilna sredstva, ki jih uporabljajo v slovenskih naravnih zdraviliščih so: termalna in mineralna voda, peloidi, morska voda, slanica in klima. Termalne vode imajo različne temperature in jih ločimo glede na običajno temperaturo človeškega telesa na hipotermalne, izotermalne in hipertermalne. Mineralne so tiste, ki vsebujejo najmanj 1000 mg raztopljenega snovi in/ali 250 mg naravno raztopljenega CO₂ v litru vode. Naravne zdravilne vode uporabljamo v zdravstvene namene za kopalne kure in pitje. V naši državi se za pitne kure uporabljata mineralni vodi zdravilišča Rogaška Slatina in Radenci (2).

MEDICINSKA REHABILITACIJA BOLNIKOV Z RAKOM V ZDRAVILIŠČIH

Zdravilišče, ki izvaja program rehabilitacije mora imeti ustrezno izobraženo medicinsko osebje, opremo, in zgra-

jeno mora biti tako, da so vsi prostori dostopni gibalno oviranim ljudem. Pri svojem delu zdravilišča uporabljajo metode fizikalne terapije, delovne terapije, rehabilitacijske nege, dietoterapije in nekatere oblike psihoterapije. Postopki fizikalne terapije omogočajo izboljšanje splošne gibljivosti, koordinacije, pridobivanje splošne telesne pripravljenosti in vzdržljivosti, lajšajo bolečine, utrujenost in zmanjšujejo lokalne edeme. Medicinsko osebje bolnike in njihove svojce poučuje, kako ublažiti posledice osnovne bolezni in stranskih učinkov radioterapije in kemoterapije.

Z delovno terapijo naj bi dosegli čim večjo samostojnost bolnikov v ožjem in širšem okolju. Z učenjem dnevnih aktivnosti in zaposlitveno terapijo izboljšujemo funkcijske sposobnosti bolnikov, njihovo splošno počutje in kakovost življenja. Na bolniškem oddelku je poskrbljeno za štiriindvajsetno nego bolnikov. Negovalni postopki so namenjeni negi kože, pravilnemu položaju v postelji in nadzoru izločanja tekočin. Posebna pozornost je posvečena bolnikom z motnjami požiranja in odvajanja. Nega poteka štiriindvajset ur neprekinjeno, zdravnik pa je v stanju pripravljenosti. Dietoterapija je pomemben del rehabilitacijskega procesa, ki lahko izboljša izid rehabilitacije. Zaradi narave rakavega obolenja pride lahko že v začetnem poteku bolezni do zmanjšane vnosa hrane in tekočin. Okvara gastrointestinalnega trakta, slabost, bruhanje, diareja in zaprtje še dodatno otežijo vnos hrane. Pravilna sestava in priprava hrane in tekočin lahko zelo izboljša energetska bilanco organizma, poveča odpornost in sposobnost za opravljanje rehabilitacijskih postopkov (3).

V posameznih zdraviliščih je mogoča tudi psihološka obravnava in pomoč obolelim, da si okrepijo samozaupanje in lažje prevzamejo odgovornost za proces zdravljenja. Sem sodi tudi sprememba okolja ob prihodu v zdravilišče in stiki z zunanjim svetom, ki pozitivno vplivajo na bolnikovo počutje.

KOMPLEMENTARNE TERAPIJE ALI DODATNI PROGRAMI ZA POMOČ PRI REHABILITACIJI BOLNIKOV Z RAKOM

Zdravilišča so razvila različne dejavnosti in programe, ki so lahko most med z dokazi podprto medicino in komplementarnimi terapijami in so podpora osnovnemu zdravljenju. Na voljo so številni postopki, kot npr.: akupunktura, različne vrste masaž in ročnih terapevtskih tehnik, Aleksandrova tehnika in Feldenkreisova metoda, avtogeni trening, meditacija, terapija z glasbo in barvami, aromaterapija, joga, tai-chi, aerobika v vodi, savna in fitnes (4). Večina teh tehnik je namenjena lajšanju in preprečevanju bolečin in stresa.

PREDLOG PROGRAMA REHABILITACIJE BOLNIKA Z RAKOM V ZDRAVILIŠČU

Namen programa je zagotoviti enake možnosti za obolele z rakom in enoten pristop pri napotitvi v zdravilišče. Reha-

bilitacija bolnikov z rakom v zdravilišču naj bo smiselno nadaljevanje zgodnje in druge predhodne rehabilitacijske obravnave. Indikacije za napotitev bolnikov v zdravilišče ni mogoče postaviti zgolj na podlagi mednarodne klasifikacije diagnoz, treba je upoštevati lokacijo rakavega obolenja, preostale funkcijske sposobnosti in funkcionalno stanje v celoti ter druge dejavnike, kot je spol, starost in zaposlitev. Obravnava bi morala biti individualna. V programu rehabilitacije naj bi sodelovala poleg drugih strokovnjakov tudi onkolog in psiholog (5).

ZAKLJUČEK

V slovenskih zdraviliščih v okviru zdraviliškega zdravljenja že poteka rehabilitacija bolnikov z rakom. Terapijo izvajamo z naravnimi zdravilnimi sredstvi in z metodami medicinske rehabilitacije. Osnovni cilj je obnovitev oziroma izboljšanje splošnega funkcijskega stanja, motoričnih sposobnosti in opravljanja dnevnih aktivnosti. Treba bo izdelati programe in standarde za rehabilitacijo bolnikov z rakom v zdraviliščih. Zdravilišča imajo ustrezno opremo, dopolniti pa bo treba še interdisciplinarno sodelovanje z onkologom, psihologom in dietetikom. Med rehabilitacijo bolniki lahko bivajo v zdravilišču ali prihajajo ambulantno. Pravila ZZZS določajo način, dolžino bivanja in število terapij za posameznega zavarovanca.

Tabela 1: število bolnikov z rakom v zdraviliščih v letu 2007

Zdravilišče	Indik 6	Ostali
Dobrna	1007	102
Dol. toplice	43	
Laško	53	91
Rog. Slatina	ni podatkov	
Skupaj	1103	193

Literatura:

1. Lovrenov Ž. Napotovanje na zdraviliško zdravljenje. In: Tepeš B, ur. Metode in uspešnost zahtevnejše medicinske rehabilitacije v naravnih zdraviliščih - 1: zbornik predavanj, Zdravilišče Laško, 10. in 11. junij 2005. Celje: Skupnost slovenskih naravnih zdravilišč, 2005: 6-9.
2. Tepeš B. Zgodovina balneologije in osnove balneorehabilitacije. In: Tepeš B, ur. Metode in uspešnost zahtevnejše medicinske rehabilitacije v naravnih zdraviliščih - 1: zbornik predavanj, Zdravilišče Laško, 10. in 11. junij 2005. Celje: Skupnost slovenskih naravnih zdravilišč, 2005: 10-18.
3. Franklin DJ. Cancer rehabilitation: challenges, approaches, and new directions. *Phys Med Rehabil Clin N Am* 2007; 18: 899-924.
4. Shiflett SC. Overview of complementary therapies in physical medicine and rehabilitation. *Phys Med Rehabil Clin N Am* 1999;10: 521-529.
5. Krelj S. Možnosti po zdravljenju raka v naravnih zdraviliščih. In: Grabljevec K, ur. et al. Rehabilitacija po zdravljenju raka. 20. onkološki vikend: zbornik, Laško, 25. in 26. maj 2007. Ljubljana: Kancerološko združenje SZD; Združenje za fizikalno in rehabilitacijsko medicino SZD; Onkološki inštitut; Inštitut Republike Slovenije za rehabilitacijo; Zveza slovenskih društev za boj proti raku, 2007: 120-123.