

## Genoptræning efter operation for brystkræft

Fysioterapeut Kirsten Rosenlund Tørsleff, Sønderborg, og Karen Veien

Strukturreformen, der trådte i kraft 1. januar 2007, betyder bl.a., at kommunerne har overtaget ansvaret for mange af de genoptræningsopgaver, der hidtil har ligget i sygehusregi. Dette ansvar gælder genoptræning af brystopererede efter udskrivelse fra sygehuset. I november 2006 henvendte Patientforeningen DBO sig til hver af de 98 nye kommuner for at gøre opmærksom på brystopereredes særlige behov for genoptræning og for at spørge, hvordan den pågældende kommune ville løfte denne opgave.



Svarene på vores henvendelse er mildest talt meget varierede og kan deles i tre bunker: 1) nogle kommuner vil selv sørge for genoptræning af brystopererede, 2) nogle kommuner mener, at denne specialiserede genoptræning skal forblive i sygehusregi, og 3) nogle kommuner har endnu ikke taget stilling til spørgsmålet. Et udsagn går dog igen i stort set alle besvarelser, og det er, at genoptræning kun vil kunne ske, hvis patienten af sygehuset har modtaget en såkaldt "genoptræningsplan".

Om genoptræningen foregår i kommunalt regi eller som hidtil på sygehusene er mindre væsentligt. Hovedsagen er, at den varetages af fysioterapeuter, som har specialiseret sig i behandlingen af brystopererede. I sidste ende er det vores mål, at genoptræning efter en operation for brystkræft skal være en integreret del af behandlingen.

Fysioterapeut Kirsten Tørsleff har mange års erfaring med behandling af de gener, der kan opstå efter en brystoperation. Hendes banebrydende arbejde med udvikling af "forskydelighedsbehandling" er omtalt i det anerkendte videnskabelige tidsskrift *The Breast*<sup>1</sup>. I efteråret 2006 beskrev Kirsten Tørsleff betydningen af tidlig, målrettet fysioterapeutisk behandling af brystopererede i foreningen Danske Fysioterapeuters blad *Fysioterapeuten*<sup>2</sup>.

Vi har stillet Kirsten Tørsleff nogle spørgsmål og har bedt hende dele sine tanker om genoptræning af brystopererede med *DBO-bladets* læsere.

*Hvorfor er det vigtigt, at kvinderne efter en brystkræftoperation får tilbudt genoptræning og behandling for eller til forebyggelse af lymfødeme? Hvornår skal denne genoptræ-*

*ning påbegyndes?*

Ved operationen opstår der belastning af hele operationsområdet, det gælder bestemte nerver, kar og muskler. Der opstår midlertidige forstyrrelser, så den brystopererede allerede fra 1. dag kan få problemer med at bruge musklerne rigtigt (sende signaler ud til disse). Desuden dannes der hurtigt arvæv, som hæmmer bevægeligheden.

Den brystopererede bør have instruktion allerede før operationen. Det giver en stor tryghed, at patienten allerede på operationsdagen kender og har trænet de øvelser, der skal udføres de første dage.

Arvævsdannelsen har en tendens til at accelerere ligesom ubalancen i muskulaturen. I de undersøgelser jeg igennem årene har udført, dels selv, dels i samarbejde med 3 læger, senest bekræftet i læge Trine Lauridsens ph.d. afhandling<sup>3</sup> viser, at det er disse strukturproblemer og altså ikke ledproblemer, der hæmmer bevægeligheden.

Derfor er det netop vigtigt, at de forskellige strukturer, der er blevet belastede, stimuleres allerede fra dag 1 med målrettede øvelser. Man kan nemlig ved stimulation "holde vævet levende", indtil det "kan selv".

*Hvorfor er det vigtigt, at det er særligt uddannede fysioterapeuter, der varetager genoptræning af brystopererede? Hvilken uddannelse mener du, at de skal have? Hvor mange har denne uddannelse i dag, og i hvilket regi arbejder de?*

Det kræver absolut specialuddannelse og en god portion erfaring og interesse at behandle denne gruppe af patienter. Fysioterapeuten skal kende til operationsteknikker, stimulation af operationsområdet og den rette sammensætning af øvelser. Endvidere er det vigtigt at have kendskab til de problemer, der kan opstå i forbindelse med strålebehandling og kemoterapi.

En del af de brystopererede kan også før operationen have haft f.eks. nakke-, skulder-, og/eller rygproblemer, som det operative indgreb kan forstærke.

Det er derfor vigtigt at beherske undersøgelsesmetoder og manuel terapi (myofaciale behandlingsteknikker og mobiliseringsteknikker).

Jeg har undervist en eller flere gange på de fleste brystkræftcentre, og mange klinikker over det meste af landet har ef-

terhånden modtaget undervisning. En del af disse har jeg løbende kontakt og aftale med om fortsat undervisning og supervision.

*Efter 1. januar 2007 bliver genoptræning efter en brystkræftoperation mange steder varetaget i kommunerne. Hvad mener du, der skal til, for at kommunerne kan varetage opgaven optimalt?*

Det er vigtigt, at kommunerne henvender sig til de fysioterapeuter/klinikker, som kender til behandlingsmetoderne, og at disse fysioterapeuter har været på kursus og er blevet superviseret. Jeg påtager mig gerne ansvaret for at undervise og supervisere, men også at anbefale og henvise til de fysioterapeuter, som allerede har stor erfaring i behandlingen.

### Øvelsesprogram for brystopererede

De første 4 dage efter operationen kan patienten bruge det korte øvelsesprogram, som er omtalt i pjecen, "Øvelsesprogram for brystopererede", som blev anvendt ved den videnskabelige undersøgelse, som er offentliggjort i The Breast.

#### Referencer:

1. Lauridsen MC, Tørsleff KR, Husted H, Erichsen C. Physiotherapy treatment of late symptoms following surgical treatment of breast cancer. *The Breast* 2000;9:45-51
2. Tørsleff K. Det kræver specialuddannelse at behandle brystopererede. *Fysioterapeuten* 2006;88:8-11.
3. Lauridsen MC. Treatment of early breast cancer: Aspects of postoperative physiotherapy and sentinel lymph node biopsy. Ph.d afhandling, 2001.

Behandlingskonceptet er udviklet gennem 20 års arbejde med brystopererede og består af:

Tidlig stimulering af det belastede område efter operationen:

- "forskydelighedsbehandling" = udspænding af arret og vævet i området svarende til den store brystmuskul.
- udspænding og træning af de muskler som påvirkes ved operationen
- instruktion i selvbehandling og – træning efter et korrekt sammensat øvelsesprogram.

Betydningen af tidlig indsats:

- Færre gener i form af smerter og bevægelsesindskrænkning
- Færre sygedage
- Betydelig mindre risiko for ødem

"Øvelsesprogram for brystopererede" koster 35 inkl. forsendelse og kan købes ved henvendelse til Danske Fysioterapeuter [www.fysio.dk](http://www.fysio.dk) →Service →pjecer, eller tlf. 3341 4616.