

Dwadzieścia lat Zakładu Rehabilitacji Centrum Onkologii – Instytutu im. Marii Skłodowskiej-Curie w Warszawie

Hanna Tchórzewska

20 years of the Department of Rehabilitation Maria Skłodowska-Curie Memorial Cancer Center
and Institute of Oncology in Warsaw



XX-lecie Zakładu Rehabilitacji – to jednocześnie dwadzieścia lat rehabilitacji onkologicznej w Polsce.

Onkologia w Polsce od lat osiąga poziom europejski, ratując życie dużej liczbie pacjentów z chorobą nowotworową.

Jednakże jakość życia osób często okaleczonych psychicznie i fizycznie z powodu choroby i leczenia pozostaje w Polsce problemem nie rozwiązany w sposób zadowalający. Wynika to nie tylko z braku środków finansowych, ale raczej z niedocenywania roli szeroko pojętej rehabilitacji w onkologii.

Człowiek po zapoznaniu się z diagnozą – rak – w pierwszym rzędzie chce tylko żyć, ale w miarę upływu czasu od podstawowego leczenia, chce żyć możliwie jak najlepiej – bez widocznych oznak kalectwa fizycznego i psychicznego.

Celem rehabilitacji w onkologii jest przywrócenie stanu czynnościowego i psychospołecznego z okresu przed chorobą i leczeniem.

Rehabilitację kobiet po amputacji piersi zapoczątkował w Polsce w 1972 roku prof. Andrzej Kułakowski, który zorganizował w Instytucie Onkologii w Warszawie pierwszą placówkę służącą temu celowi. Placówka ta była prowadzona przez dr Krystynę Mikę. W ten sposób do kompleksowego leczenia raka piersi, oprócz chirurgii, radio- i chemioterapii, wprowadzono rehabilitację.

Program rehabilitacji w leczeniu raka piersi powstawał w latach 1972-1980 w oparciu o wyniki uzyskane w Instytucie Onkologii w Warszawie oraz badania prowadzone w latach 1972-76 w ramach umowy polsko-amerykańskiej. W tamtym okresie został opracowany test

Kułakowskiego i Miki – test sprawności fizycznej dla kobiet po radykalnym leczeniu raka piersi.

Wielkim admiratorem usprawniania, rehabilitacji i starań o poprawę jakości życia chorych na nowotwory był nestor polskiej onkologii – prof. Tadeusz Koszarowski.

Ważnym etapem rozwoju rehabilitacji w onkologii było powołanie i wprowadzenie do struktury organizacyjnej Centrum Onkologii w roku 1984 pierwszego w Polsce Zakładu Rehabilitacji w placówce onkologicznej. Jego pierwszym kierownikiem była dr Krystyna Mika.

Zakład nasz jest największą tego typu placówką w Polsce, jedną z niewielu w Europie. Zajmuje się rehabilitacją psychofizyczną pacjentów leczonych z powodu nowotworów o różnym umiejscowieniu – w warunkach szpitalnych i ambulatoryjnych.

Od początku pracy Zakładu widzieliśmy konieczność stworzenia wielospecjalistycznego zespołu: fizjoterapeuci, rehabilitanci, psycholodzy – a obecnie również – lekarz – specjalista z zakresu ortopedii i rehabilitacji medycznej, logopeda i inni. Obecnie Zespół nasz liczy 37 osób, pracujących w pełnych lub okresowych wymiarach godzin.

W początkowym okresie pracy Zakładu obejmowaliśmy opieką pacjentów w ambulatorium Zakładu na Ursynowie i w Klinice Chirurgii Onkologicznej na Wawelskiej. Przez wiele lat Zakład Rehabilitacji koordynował leczenie sanatoryjne dla kobiet po leczeniu raka piersi, współpracując z uzdrowiskami w Ciechocinku, Iwoniczu Zdroju i Konstancinie.

Do naszych osiągnięć należy zapisać:

- realizację modelu rehabilitacji jako integralnej części leczenia raka piersi – rozszerzenie tego modelu o rehabilitację po rekonstrukcji piersi;
- wprowadzenie zasad profilaktyki przeciwbrzękowej po usunięciu węzłów chłonnych pachowych i pachwinowych – w formie szkoleń i instruktaży dla pacjentów i ich rodzin;
- wprowadzenie programu kompleksowego leczenia obrzęków limfatycznych kończyn górnych i dolnych;



- wprowadzenie usprawniania wad postawy, wynikających z chirurgicznego leczenia nowotworów;
- wprowadzenie psychoedukacji i psychoterapii – m.in. relaksacji, choreoterapii, śmiechoterapii i wizualizacji dla kobiet leczonych z powodu nowotworów piersi i narządu rodnego;
- opracowanie i wdrożenie programu usprawniania pacjentów po operacjach w rejonie głowy i szyi;
- opracowanie i wdrożenie programu rehabilitacji dla pacjentów ze stomią;
- przygotowywanie programu usprawniania dla pacjentów leczonych z powodu guzów kości i tkanek miękkich, po alloplastyce stawów i operacjach oszczędzających kończynę górną.

Działalność dydaktyczna Zakładu obejmuje wykłady i ćwiczenia z zakresu rehabilitacji onkologicznej i psychoonkologii dla:

- lekarzy specjalizujących się w różnych działach onkologii – odbywających staże, kursy czy szkolenia w Centrum Onkologii;
- lekarzy – specjalistów medycyny rodzinnej;
- studentów Wydziału Rehabilitacji AWF;
- studentów Wydziału Fizjoterapii AM;
- słuchaczy Medycznego Studium Fizjoterapii;
- lekarzy, pielęgniarek, fizjoterapeutów i psychologów (w ramach CMKP i indywidualnie);
- personelu medycznego Centrum Onkologii z zakresu profilaktyki wypalenia zawodowego;
- personelu specjalistycznych sklepów medycznych – w zakresie zasad doboru protez piersi i bielizny specjalistycznej.

Działalność nasza obejmuje szeroko pojętą współpracę z organizacjami pozarządowymi, których celem jest profilaktyka, zwalczanie i dbałość o jakość życia chorych na nowotwory.

W roku 1987 przy Zakładzie Rehabilitacji powstał pierwszy Klub Kobiet po Mastektomii – Amazonki, jako instytucja pozarządowa, mająca na celu niesienie wsparcia kobietom chorym na raka piersi oraz kontynuację rehabilitacji psychofizycznej tej grupy chorych. Dzięki działalności Klubów w 152 miastach Polski kobiety mają możliwość korzystania z profesjonalnej pomocy psychologów i fizjoterapeutów. Należy podkreślić, że wszędzie – dzięki centralnemu kształceniu prowadzonemu w naszym Zakładzie – realizowany jest jednakowy program rehabilitacji tej grupy pacjentek. W zasadzie powinien on być realizowany przez państwowe placówki zdrowia, ale jak w wielu przypadkach „społeczeństwo wzięło to w swoje ręce”.

Stan rehabilitacji onkologicznej w Polsce jest niezadawalający. Nasz Zakład to kropla w morzu potrzeb. W województwie mazowieckim poza Centrum Onkologii tylko 2 przychodnie miały podpisane umowy z Narodowym Funduszem Zdrowia na prowadzenie rehabilitacji kobiet po leczeniu raka piersi, niewiele placówek ma takie umowy w innych województwach.

W ostatnich latach w innych placówkach onkologicznych powstały pracownie lub zakłady rehabilitacji, np. Zakład Rehabilitacji w Świętokrzyskim Centrum Onkologii w Kielcach, w Gdańsku, Bydgoszczy czy w Białymstoku.

Panujące od lat niesprecyzowane poglądy na temat leczenia klimatycznego, fizykoterapii i innych form fizjoterapii chorych na choroby nowotworowe często ograniczają możliwości działania. Wielu lekarzy nie widzi potrzeby usprawniania tej grupy chorych.

Wobec coraz bardziej rosnącej liczby pacjentów – ilość placówek rehabilitacji onkologicznej musi wzrastać. Dostęp do tych placówek powinien być w każdym zakątku kraju, co zresztą zawiera m.in. Narodowy Program Zwalczania Chorób Nowotworowych.

To, że zespół nasz może się rozwijać i ma swoje miejsce – w każdym Oddziale czy Zakładzie Centrum Onkologii jest również zasługą naszych przełożonych, kolegów lekarzy i pielęgniarek, którzy doceniają naszą pracę i współpracują z nami dla dobra pacjentów.

W rehabilitacji psychofizycznej są dwa uzupełniające się kierunki:

- rehabilitacja psychiczna – bo „być szczęśliwym – tego się trzeba uczyć”;
- rehabilitacja fizyczna – gdzie, jak powiedział prof. De-ga – współtwórca polskiej rehabilitacji „ruch jako lek nie ma substancji ani opakowania, przekazanie go choremu wraz z osobowością i sercem czyni ten lek niezastąpionym”.

To również przesłanie 20 lat pracy Zakładu Rehabilitacji Centrum Onkologii w Warszawie.

Dr Hanna Tchórzewska
Zakład Rehabilitacji
Centrum Onkologii – Instytut
im. Marii Skłodowskiej-Curie
w Warszawie