

Ψυχολογική στήριξη



ΑΝΤΙΚΑΡΚΙΝΙΚΟΣ
ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ
ΚΥΠΡΟΥ

Η Υπηρεσία Ψυχολογικής Στήριξης απευθύνεται σε ασθενείς με καρκίνο που χρειάζονται ψυχολογική στήριξη, παράλληλα με την ιατρική θεραπεία, για να αντιμετωπίσουν τις αλλαγές και τις δυσκολίες που επιφέρει η νόσος.

Η Υπηρεσία είναι επίσης διαθέσιμη στους οικείους των ασθενών που συχνά επωμίζονται ένα μεγάλο μέρος της φροντίδας τους και έχουν ανάγκη ψυχολογικής στήριξης ή/και συμβουλευτικής.

Η ψυχολογική στήριξη αποτελεί σημαντικό και αναπόσπαστο κομμάτι της ολιστικής αντιμετώπισης του καρκίνου καθώς η φύση της νόσου και οι θεραπείες προξενούν ψυχολογικές, κοινωνικές, πνευματικές και άλλες επιπτώσεις στους ασθενείς και στους οικείους τους.

Οι ψυχολόγοι στηρίζουν τους ασθενείς στη διαχείριση αυτών των συναισθημάτων, μεταδίδοντας τους τρόπους για αντιμετώπιση των προκλήσεων και των αλλαγών που επιφέρει ο καρκίνος και η πορεία του, ώστε να αποκτήσουν γνώση της διάστασης της νόσου και συναισθηματική ισορροπία.

Οι ψυχολόγοι του **Αντικαρκινικού Συνδέσμου Κύπρου** εμπλέκονται σε όλα τα στάδια της πορείας της ασθένειας: από την ανακοίνωση της διάγνωσης, τις θεραπείες, την πορεία επανένταξης στην καθημερινότητα, μέχρι και τυχόν υποτροπή και πένθος.

Η Υπηρεσία Ψυχολογικής Στήριξης είναι διαθέσιμη σε όλες τις επαρχίες της Κύπρου, στις εγκαταστάσεις του Αντικαρκινικού Συνδέσμου Κύπρου ή και στα σπίτια των ασθενών.



Η βοήθεια που παρέχουν οι ψυχολόγοι

Η ομάδα ψυχολόγων του Αντικαρκινικού Συνδέσμου Κύπρου αποτελείται από εγγεγραμμένους επαγγελματίες ψυχολόγους. Στο πλαίσιο της θεραπευτικής σχέσης, οι ψυχολόγοι ακούν με προσοχή τους ασθενείς και τους ενθαρρύνουν να εκφράσουν οποιαδήποτε συναισθήματα, σκέψεις και ανησυχίες με απόλυτη εχεμύθεια.

Οι ψυχολόγοι εργάζονται στο πλαίσιο ατομικής, οικογενειακής ή ομαδικής συμβουλευτικής και βοηθούν τους ασθενείς και τους οικείους τους, μέσα από μεθόδους και δεξιότητες που αποκτούν, να επεξεργαστούν τα συναισθήματά τους.

Η στήριξη παρέχεται όταν προκύπτουν δυσκολίες, όπως:

- Αντιμετώπιση της προσαρμογής, της αλλαγής, της αβεβαιότητας ή της απώλειας
- Λήψη αποφάσεων σχετικά με τη θεραπεία του καρκίνου
- Μείωση αυτοπεποίθησης, αλλαγές στην αυτοεκτίμηση και την ταυτότητα από τη στιγμή της διάγνωσης
- Αντιμετώπιση πόνου, κόπωσης και παρενεργειών από τις θεραπείες
- Διαχείριση συναισθημάτων όπως κατάθλιψη, άγχος, πανικός, θυμός κ.ά.
- Διαχείριση των σχέσεων με την οικογένεια, τους φίλους ή τους επαγγελματίες Υγείας
- Ψυχοεκπαίδευση γονέων στο πώς να μιλήσουν στα παιδιά για τον καρκίνο
- Προσαρμογή στις αλλαγές της σωματικής λειτουργίας και της σεξουαλικής λειτουργίας
- Διαχείριση αλλαγών στην εικόνα του σώματος μετά τη διάγνωση/θεραπεία
- Αντιμετώπιση δυσκολιών ύπνου
- Αντιμετώπιση της αβεβαιότητας, της ανησυχίας για το μέλλον και του φόβου υποτροπής της ασθένειας

Πώς μπορείτε να λάβετε Υπηρεσίες Ψυχολογικής Στήριξης

Οι ασθενείς παραπέμπονται στην **Υπηρεσία Ψυχολογικής Στήριξης** από τους θεράποντες ιατρούς τους ή ζητώντας το απευθείας από τον Αντικαρκινικό Σύνδεσμο Κύπρου μέσω των γραφείων του σε όλες τις επαρχίες.

“

Όλες οι υπηρεσίες του Αντικαρκινικού
Συνδέσμου Κύπρου προσφέρονται
δωρεάν, ανεξάρτητα από την
οικονομική κατάσταση του ασθενή,
την καταγωγή ή το θρήσκευμά του

”



Οι ασθενείς που εξυπηρετούνται από την **Υπηρεσία Ψυχολογικής Στήριξης** του Αντικαρκινικού Συνδέσμου Κύπρου, έχουν επίσης τη δυνατότητα να λαμβάνουν ολοκληρωμένες υπηρεσίες Ανακουφιστικής Φροντίδας στο σπίτι τους, ή στις εγκαταστάσεις του Συνδέσμου, που περιλαμβάνουν:

- **Ιατρική και νοσηλευτική φροντίδα**
- **Κοινωνική στήριξη**
- **Πνευματική στήριξη**
- **Φυσικοθεραπεία**
- **Αρωματοθεραπεία**
- **Μεταφορά από όλες τις πόλεις προς και από τα ογκολογικά κέντρα στη Λευκωσία και τη Λεμεσό**

Ο Αντικαρκινικός Σύνδεσμος Κύπρου λειτουργεί επίσης το Κέντρο Ανακουφιστικής Φροντίδας **«Αροδαφνούσα»** στη Λευκωσία και το **«Ευαγόρειο»** Κέντρο Ανακουφιστικής Φροντίδας στη Λεμεσό.



ΕΘΕΛΟΝΤΕΣ

Ένα μεγάλο στήριγμα για τη λειτουργία και τη δράση του Αντικαρκινικού Συνδέσμου Κύπρου, διαχρονικά, είναι οι εθελοντές οι οποίοι προσφέρουν ανιδιοτελώς την πολύτιμη βοήθειά τους σε διάφορους τομείς.

Περισσότερες πληροφορίες είναι διαθέσιμες στην ιστοσελίδα www.anticancersociety.org.cy



ΛΕΥΚΩΣΙΑ

Δημήτρη Χάματσου 12, 2024 Στρόβολος
Τ.Θ. 25296, 1308 Λευκωσία

Τηλ: 22 446222 | Φαξ: 22 316822

ΛΕΜΕΣΟΣ

Νικοδήμου Μυλωνά 62, 3095 Λεμεσός

Τηλ: 25 372990 | Φαξ: 25 346891

ΛΑΡΝΑΚΑ

Μυστρά 31, 6042 Λάρνακα

Τηλ: 24 654921 | Φαξ: 24 634675

ΠΑΦΟΣ

Σωκράτη Ευαγγέλου 7, 8021 Πάφος

Τηλ: 26 947923 | Φαξ: 26 947923

ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΣ

Σωτήρας 17, 5286 Παραλίμνι

Τηλ: 23 731110 | Φαξ: 23 741120



ΠΑΓΚΥΠΡΙΟΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΚΟΣ ΑΡΙΘΜΟΣ

77 77 10 80



24ΩΡΗ ΚΑΤ' ΟΙΚΟΝ ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ

Λευκωσία, Τηλ: 97 880686

Λεμεσός, Τηλ: 99 389246

info@anticancersociety.org.cy

www.anticancersociety.org.cy

Ακολουθήστε μας και ενημερωθείτε για τα νέα μας



@anticancer_cy