

Ergoterapiavdelingen ved Radiumhospitalet

**Det bor et aktivt og
kreativt menneske i
enhver syk kropp!**

bidrag til Radiumhospitalets historielag
ved Astri Aakrann Ziesler,
spesialergoterapeut og billedterapeut MA
ansatt 1976 - 2014



Da ergoterapiavdelingen åpnet i 1976 var det mange som ikke visste hva ergoterapi var, så det ble holdt informasjonsmøter og hengt plakater rundt på sykehuset.

1976: Fra kjeller til loft



I 1974 ble sosialmedisinsk avdeling opprettet med Ola Olafsen som overlege og med sosionomer og fysioterapeuter i staben. Den første ergoterapeutstillingen kom i 1976.

Ergoterapi var et nokså nytt fagfelt den gangen, og det var ingen ergoterapeuter som arbeidet kun med kreftpasienter. For meg som nyutdannet ble dette en spennende utfordring. Vi var så få kvalifiserte ergoterapeuter på den tiden at de lokket med barnehageplass og foret oss med Twist på intervjuet.

Oppstarten var i et lite rom i underetasjen. Budsjett og materialer måtte på plass, så det første året hadde vi hovedsakelig et mobilt kreativt aktivitetstilbud til pasientene på avdelingene, samt noe håndtrening.

«Blåsefotball» med små klemmepumper og liten bomullsball var effektiv og morsom håndtrening.

Året etter flyttet ergoterapien til et større rom i 9. etasje med utsikt over den nye Sydfløyen som vokste i høyde.

Kreative aktiviteter har vært en viktig del av tilbudet fra start, og på den tiden var krakkefletting populært. Deler til krakkene ble kjøpt inn fra en pasientbedrift på Dikemark Sykehus. Det ble også knyttet diverse små tepper.

LØRDAGS-Dagbladet — DAGBLADET, LØRDAG 1. OKTOBER 1978

Pasienten — mer enn sykdommen

■ Krefte er en alvorlig sykdom, men den trenger ikke være skjebnesvanger.

■ Likevel skaper selve ordet angst i en slik grad at både pasienter og pårørende har vanskelig for å snakke om sykdommen. Noen føler at de blir «for tidlig begravet» når omgivelsene får vite at de har fått kreft.

■ Årsakene til sykdommen er ikke fullt utredet, og dette kan opprettholde fordommer og misoppfatninger — som at sykdommen er en «straffedom», eller at kreft er smittsomt.

■ — Sikkert er det at den som har fått en slik diagnose, må alarmere alle sine ressurser for å overleve med verdighet og livskvalitet i behold. Og en ser svært ofte at folk utvikler seg i slike krisesituasjoner, sier overlege Ola M. Olafsen ved sosialmedisinsk avdeling ved Det Norske Radiumhospitalet.

Et leveverdig liv — med kreft



De første årene

I 1978 «okkuperte» ergoterapien sentrallaboratoriets gamle lokaler i 2. etasje, som da sto tomme. Senere ble lokalene bygget om, og vi fikk både kontor, aktivitetsrom, treningskjøkken og et sløydrom.

Etter hvert ble hele sosialmedisinsk avdeling samlet i 2. etasje. Fra høsten 1978 økte bemanningen til 1,5 stilling, og arbeidsoppgavene omfattet foruten daglig aktivitetstilbud til både pasienter og pårørende, økende antall funksjonsvurderinger og tilpasninger av tekniske hjelpemidler der det kunne hjelpe pasientene i dagliglivets gjøremål etter sykehusoppholdet.

De første årene vare det nødvendig med legeerklæring for alle hjelpemiddelsøknader, nå søker ergoterapeuter direkte på pasienters vegne.

Jeg husker godt hvor nervøs jeg var første gang jeg ringte et trygdekontor, men ble glad og overrasket over å bli møtt med stor respekt fordi jeg ringte fra Radiumhospitalet – det hjalp på min selvfølelse som fersk i fagfeltet!

Frumpen: En vandrende reklame av isopor og ull



70-talls hit:
Frump
(lat.: *Animalum
Isoporus Ullum*)

I 1978 ble frumpen «født».

Frump på engelsk betyr en litt sjuskete fremtoning.

Vår frump ble laget av restegarn og isoporkuler, og krabaten var så festet til to pinner ved hjelp av tynne sener.

Når en pasient gikk i korridorene på Radiumhospitalet med en gøyal hjemmelaget marionette, skapte det muntre møter og latter.

Snart ville «alle» lage frumpen – pasienter, pårørende og ansatte. Så populær ble den at hobbybutikkene i Oslo gikk tomme for isoporkuler. En fabrikk i Drammen begynte å lage flere kuler, og vi fikk spesialleveranse.

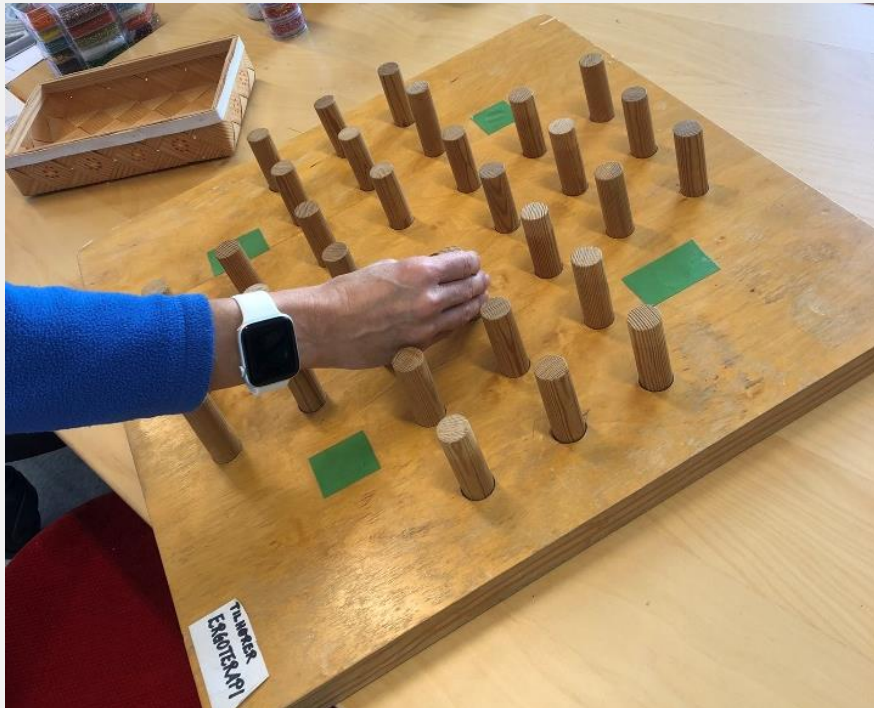
En pasient hadde kontakt med Landbruksdepartementet og sendte inn et brev med forespørsel om hva dette merkelige, eksotiske dyret observert på Radiumhospitalet kunne være. Vi fikk et langt «seriøst» svar, hvor frumpen fikk den latinske benevnelsen *Animalum Isoporus Ullum*.

Frumpen ble en flott reklame for ergoterapivirkningen og et synlig bevis på hvordan kreative aktiviteter kan ha en meningsfull og helsebringende effekt i en vanskelig sykdomsperiode!

*Spesialsydd vest for å
avlaste tung lymfødem arm
på grunn av brystkreft,
heldigvis ikke så nødvendig
lenger nå*



*Spillet Solitaire er egnet til å
trene opp grep og styrke*



Hjelpemidler til kreftpasienter

I 1984 ble det registrert 10 hjelpemiddelsøknader. Bare to år senere, i 1986, hadde antallet økt til 60.

I 1985 opprettet vi et internt hjelpemiddellager med korttidsutlån til inneliggende pasienter. Dette kunne for eksempel være regulerbare lesebrett, gripetenger og spesialtilpassede sitteputer.

Vi fikk ofte henvendelser fra ergoterapeutkolleger rundt i Norge som var usikre på hvordan forholde seg til kreftpasienter. Derfor arrangerte vi i 1995 et to dagers seminar om ergoterapi for kreftpasienter med tittelen: «Jeg er mer enn min sykdom». Rundt 40 ergoterapeuter fra hele Norge deltok.

Håndtrening var også en del av tilbudet, og spill som Solitaire i ulike størrelser og med ulike brikker (se bilde) er egnet til å trene opp grep og styrke, særlig ved hemiplegi ved hjernetumor. Konkurranseselementet ved spill er en fin drivkraft til å yte litt ekstra, og det gjør trening mer morsomt!

Aktivt Aktivitek



Silkemaling

Intravenøs-stativer ingen hindring!



I arbeidsrommet, som ble døpt om til Aktiviteket, var kreative aktiviteter som for eksempel silkemaling, smykkelaging, t-trøyledekoring, lær- og skinnarbeid populære. Alle (unntatt barn) betalte en beskjeden sum for materialene, slik at inntekter og utgifter gikk nesten opp i opp.

Aktivitetene ble valgt med omhu. De måtte være relativt raske å lage, ikke for vanskelige, og gi et godt resultat. Det handler om mestring gjennom meningsfull aktivitet, og å glemme litt tid og sted. Ved å oppleve avledning kan bivirkninger av behandlingen dempes.

Med økt antall funksjonsvurderinger og økt deltakelse i Aktiviteket, kom også behovet for økt bemanning.

I tidsrommet 1998 til 2010 klarte vi å øke staben med en aktivtør i 100% stilling. Hun var lønnet dels gjennom to prosjekter via Kreftforeningen og det som i dag heter Extrastiftelsen, og dels av bidrag fra aktører i det private næringsliv. Stor takk til de som støttet oss i denne tiden! Aktivitekets åpningstider ble utvidet, nytt utstyr ble innkjøpt, og ungdom fikk eget tilbud om å lage video og film og delta i egne grupper på kveldstid. Dessverre klarte vi ikke å få flere midler etter 2010 og tilbudet er nå redusert.

«Treet mitt har hatt en god start i livet, men så skjedde det noe, det ble pjuskete... men nå skinner solen og treet blomstrer!»

– Sitat pasient



«..jeg trodde alt var bare grått, men det kan ikke være bare grått allikevel?» – Sitat pasient



Billedterapi gruppe i møterommet på Ergoterapiavdelingen.

Billedterapi

I 1988 kom en pasient inn i aktivitetsrommet, så seg rundt og sa: «Dere må drive med billedterapi her!»

Vi ble nysgjerrige, meldte oss på kurs og startet forsiktig ut. Fra 1991 kunne vi tilby formell kompetanse i form av en ergoterapeut med mastergrad fra USA, og startet opp ukentlige grupper.

I billedterapi/kunstterapi skaper deltagerne bilder utfra tanker og følelser eller gitte temaer. Man må ikke «kunne tegne», bildene blir som de blir. Det som kjennes umulig å formulere med ord kan bli uttrykt i former og farger, og gradvis kan man finne ordene.

Fra 1992 holdt vi billedterapi gruppene i våre egne lokaler. En periode hadde vi et samarbeid med Trivselsanlegget. Deltakere hadde først vanntrening i bassenget, og så kom de til billedterapi hos oss.

I 2012 startet vi et samarbeid med Vardesenteret, og holdt gruppene der. Dette varte helt til pandemien satte stopper for all gruppevirksomhet i 2020.

Vi har også ledet billedterapi grupper som et alternativ til samtalegrupper ved flere brystkreftkurs på Montebellosenteret.

Frem til i dag



Aktiviteket i 2022



Gøy å være på Aktiviteket og male masken sin!

Fra 2014 er det blitt 1,8 stillinger. Ikke mange, men nesten en dobling fra starten i 1976!

Da C-fløyen ble revet i 2019 for å gi plass til nybygg, flyttet ergoterapiavdelingen til den eldste delen av Radiumhospitalet. Lokalene er mindre, men rommer fortsatt Aktiviteket. Og mindre plass hindrer ikke variert virksomhet og initiativ.

Noe av arbeidet vårt er blitt presentert på fagkongresser i ergoterapi og kreftrehabilitering:

«Ergoterapi etter ekstern hemipelvectomi» – om kartlegging av funksjonsnivå, bolig, hjelpemiddelbehov etc. etter omfattende operasjon (2017)

«Strålende masker for superhelter» - barn med CNS tumor får tilbud om å male sine egne strålemasker, og blir dermed også kjent med Aktiviteket de ukene de har strålebehandling (2022)

Det er publisert flere artikler og bokkapitler om billedterapi for kreftpasienter, og planen er at billedterapi gruppene starter opp igjen i 2023.

Det må også nevnes at over 100 studenter fra Ergoterapiutdanningen ved OsloMet i årene fra 1980 til nå har hatt praksisperioder ved avdelingen.

Ergoterapiutøvelsen ved Radiumhospitalet er allsidig og utfordrende, og ergoterapeutenes motto har i over 40 år vært og er fortsatt:

Det bor et aktivt og kreativt menneske i enhver syk kropp!