

Sammendrag:

Kreftoverlevelsen er økende, og kreftoverlevnes behov for fysisk- og psykososial rehabilitering er godt dokumentert. På bakgrunn av dette ble det gjennomført et multidimensjonalt kreftrehabiliteringsprosjekt i en norsk kommune i 2017-2019. Denne masterstudien er en delstudie av dette prosjektet, der hensikten er å utforske hvilke erfaringer voksne kreftoverlevne har etter deltakelse i et rehabiliteringsprosjekt i egen kommune.

Problemstilling: Hvilken nytte og betydning erfarer kreftoverleverne at de har hatt av deltakelse i et multidimensjonalt rehabiliteringsprogram i egen kommune?

Ved å bruke en kvalitativ metode og analysere fem fokusgruppeintervjuer med 36 deltagere, viste funnene tre hovedtema: «Treningen har gitt meg overskudd i hverdagen», «Aksept og forståelse av egen situasjon» og «Struktur på hverdagen og håp for fremtiden».

Funnene indikerer at individuelt tilrettelagt trening er det viktigste elementet i rehabiliteringsprosessen for de fleste deltakerne. Nærhet og tilgjengelighet til rehabiliteringstilbudet og deltakelse sammen med likepersoner, i tillegg til fagpersonenes kompetanse og personlighet, ser ut til å være avgjørende for mange kreftoverlevers deltakelse i rehabiliteringsprogrammet og deres opplevelse av å få bedre struktur på dagen og økt forståelse for sin egen situasjon. Det synes som om et komplekst kommunalt rehabiliteringstilbud er svært nyttig for kreftoverlevnes mestring i hverdagen. Ytterligere forskning på feltet er anbefalt.

Nøkkelord: Kreftoverlever, seneffekter, helsefremming, kreftrehabilitering, kvalitativ metode.

Abstract:

Survival rates of cancer are increasing, and cancer survivors' need for physiological and psycho-social rehabilitation is well documented. Based on this, a research-project in multidimensional cancer-rehabilitation was completed in a Norwegian municipality in 2017-2019. This master-study is a part of that project, with the intention of exploring adult cancer survivors' experiences from participating in a rehabilitation-project in their community.

Research question: *What benefit and importance does cancer survivors experience from participating in a multidimensional rehabilitation-program in their own community?*

By using a qualitative method and analyzing five focus group-interviews with a total of 36 participants, the findings showed three main themes: "Exercise has given me energy in everyday life", "Acceptance and understanding of my own situation", and "Structure in everyday life and hope for the future".

The findings indicate that individually tailored exercise is the most important element in the rehabilitation-process for most of the participants. Proximity and accessibility to the rehabilitation service, and participating with peers in addition to the professionals' competence and personality, seems to be crucial for many of the cancer survivors' participation in the rehabilitation-program, and their experience of getting a better structure of their everyday life and increased understanding of their own situation. It appears that a complex rehabilitation service in the municipality is very beneficial for cancer survivors' coping of everyday life. Further research is recommended.

Keyword: Cancer survivor, late effects, health promotion, cancer rehabilitation, qualitative method.