

Patiëntenfiche



In het ZOL ben je welkom met alles wat je meebrengt. AYA-zorg is er voor jongeren en jongvolwassenen met kanker en vertrekt vanuit wie jij bent, niet alleen vanuit de ziekte. Deze brochure helpt je kennismaken met wat AYA-zorg voor jou kan betekenen.

## OP WEG MET AYA-ZORG

### AYA-ZORG IN HET ZOL

Je bent jong en krijgt te maken met kanker. Dat roept vaak vragen, zorgen en uitdagingen op die anders zijn dan bij kinderen of oudere volwassenen. AYA staat voor Adolescents and Young Adults: jongeren en jongvolwassenen tussen 16 en 35 jaar. AYA-zorg is er speciaal voor jou, met aandacht voor wie jij bent en wat jij nodig hebt in deze levensfase. Naast medische zorg kijken we samen ook naar thema's zoals studie of werk, relaties, kindervens, mentaal welzijn en je toekomst. In het Ziekenhuis Oost-Limburg (ZOL) wordt AYA-zorg geïntegreerd aangeboden, met aandacht voor zowel medische als psychosociale noden van jongeren en jongvolwassenen.

### Waarom deze goodiebag?

Deze goodiebag krijg je omdat je net een diagnose kreeg of start met een behandeling. Ze is bedoeld als kleine steun op een groot moment. Met deze goodiebag willen we:

- Je comfort verhogen in deze periode.
- Je op een zachte manier laten kennismaken met AYA-zorg.
- Je laten weten dat er leeftijdspecifieke ondersteuning voor je bestaat.
- De drempel verlagen om vragen te stellen of een gesprek aan te gaan.

Zie het als een eerste handreiking: je hoeft dit niet alleen te doen. Elk item is gekozen met één doel: jouw comfort, welzijn en erkenning ondersteunen.

### Wat zit er in de goodiebag?

- Textiel stiften: om je goodiebag te versieren en er echt jouw tas van te maken.
- Notitieboekje: om gedachten, vragen of afspraken bij te houden.
- Lipikar Baume AP+ van La Roche Posay: voor intensieve hydratatie en extra comfort bij een gevoelige huid.
- Avène® Ultra Fluid SPF 50: hoge zonbescherming, geschikt voor de gevoelige huid.
- Nagellak MÉME® met silicium: ontwikkeld voor kwetsbare nagels, met extra verzorging.
- VITIS® mondverzorgingskit: voor extra zorg en comfort van tanden en mond.
- Condooms en glijmiddel: omdat seksualiteit ook bij ziekte belangrijk is en bespreekbaar mag zijn.
- Fleece dekentje: voor extra warmte en comfort tijdens rustmomenten.
- Drinkfles: handig om gehydrateerd te blijven tijdens je behandeling.
- Staaltjes met kortingscode Cent Pur Cent: probeer kleine producten uit en ontdek wat bij jou past.
- Cadeau bonnen: om even iets leuks doen en je gedachten te verzetten.

Sommige items helpen bij ontspanning of afleiding, andere geven informatie of nodigen uit tot gesprek. Alles mag, niets moet - gebruik wat voor jou op dit moment helpend is.

### **AYA Essentials tijdens je opname**

Tijdens een ziekenhuisopname kan je ook gebruik maken van de AYA Essentials: een box met praktische en ontspannende materialen die beschikbaar zijn en die jij zelf kan samenstellen. De AYA Essentials zijn er om:

- je verblijf aangenamer te maken
- je eigen regie te versterken
- een gesprek te openen over wat jij nodig hebt

Vraag gerust aan de verpleegkundig consulent wat er mogelijk is.

De goodiebag en AYA Essentials werden gerealiseerd met de steun van VZW Hero Lenny.

### **SAMEN IN KAART BRENGEN WAT JIJ NODIG HEBT: HET AYA KOMPAS**

Iedere AYA is anders. Daarom werken we met het AYA Kompas: een hulpmiddel dat helpt om jouw noden en vragen in kaart te brengen. Het AYA Kompas kan gaan over:

- hoe jij je mentaal voelt
- praktische zorgen (werk financiën, studie)
- relaties en intimiteit
- toekomstvragen

Bij een volgende (dag)opname kijkt de verpleegkundig consulent samen met jou waar jij nood aan hebt. Nu of later.

### **MEER INFO EN INSPIRATIE**

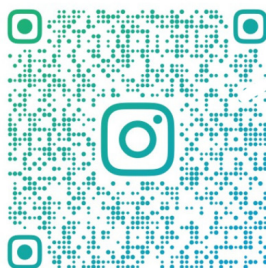
Wil je verder lezen, luisteren of verhalen van andere AYA's ontdekken? Op de bijgevoegde lijst vind je:

- podcasts
- websites
- boeken
- ervaringsverhalen

Alles is vrijblijvend - neem wat past bij jouw moment.

### **BLIJF VERBONDEN**

Volg de AYA-Instagram pagina voor informatie en updates over de AYA-zorg in het ZOL.



@JONG\_EN\_KANKER\_AYA.ZOL