

# תמיכה רגשית למטופלת סרטן שד



מחלת הסרטן מהווה אירוע חיים משמעותי ומטלטל נפשית, אשר עשוי לעורר דחק בקרב אנשים המאובחנים בה. מחקרים רבים מצאו כי באמצעות מענה רגשי מתאים, ניתן להפחית את המצוקה שמעוררת המחלה והשלכותיה. סיוע רגשי ונפשי עשוי להקל עליוך בהתמודדויות השונות, לחזק ולאפשר רווחה נפשית. דף זה מבקש להביא לידיעתך את מגוון המשאבים העומדים לרשותך כמטופלת מכבי ואסותא.

תחום	סוג שירות	קהל יעד	היכן ניתן השירות	עלות	למידע נוסף	
מכבי	עבודה סוציאלית	ייעוץ ליווי ותמיכה של עובדים סוציאליים	כלל האוכלוסייה	ללא עלות	אתר מכבי באינטרנט תחת ייעוץ וליווי של עובדים סוציאליים	
	פסיכותרפיה	טיפול פסיכולוגי ופסיכותרפיה	כלל האוכלוסייה בכל גיל	ללא עלות	אתר מכבי באינטרנט תחת 'בריאות הנפש'	
		טיפול פסיכולוגי ופסיכותרפיה	כלל האוכלוסייה בכל גיל	פסיכותרפיה אצל מטפלים שבהסכם עם הקופה	השתתפות עצמית	אתר מכבי באינטרנט תחת 'בריאות הנפש'
		תמיכה נפשית טלפונית למצוקה זמנית	אוכלוסייה בוגרת	ללא עלות	טלפון: *3028	
		טיפול נפשי תומך	טיפול נפשי לאנשים עם מחלה גופנית	בתי חולים	היטל רבעוני (מרפאת חוץ)	בכפוף לאישור רופא / פסיכיאטר של הקופה
	פסיכיאטריה	הערכה וטיפול אצל פסיכיאטר	כלל האוכלוסייה	פסיכיאטרים של מכבי או במרפאות בריאות הנפש	היטל רבעוני	אתר מכבי באינטרנט תחת 'בריאות הנפש'
	קבוצות תמיכה	קבוצות מידע ותמיכה	חולי סרטן ו/או בני משפחתם	מרכזים רפואיים במכבי	ללא עלות	קבוצות פעילות מתפרסמות באתר מכבי באינטרנט תחת 'סדנאות מכבי'
	סדנה למחלימים	סדנה למחלימים מסרטן	חולים שסיימו טיפולים	השחר של מירב/טל חמה	השתתפות לפי יום	דרך השב"ן של מכבי
משלימים טיפולים	טיפולים משלימים	חולי סרטן ו/או בני משפחתם	רשת המרפאות של מכבי טבעי	השתתפות לפי טיפול	הנחה עד 68% לבעלי 'מכבי זהב' ו'מכבי שלי'	
אסותא	טיפול פסיכולוגי	טיפול פרטני וסיוע של פסיכולוגים רפואיים ושיקומיים	מטופלות ומטופלים פעילים במכון האונקולוגי באסותא	אסותא	ללא עלות - במסגרת בית החולים	
	עבודה סוציאלית	טיפול פרטני				
	קבוצות תמיכה	קבוצות להפחתת דחק באמצעות הרפיה ודמיון מודרך				
		קבוצת תמיכה למטופלות מחלימות מסרטן שד				
		קבוצת תמיכה למטופלות גוררתיות עם סרטן שד				
		קבוצה להורים סביב סוגיות של תקשורת עם ילדים על חולי סדנאות מרוכזות בנישה קוגניטיבית התנהגותית				
אגודות, עמותות, אחר	האגודה למלחמה בסרטן	חולי סרטן	www.cancer.org.il			
	חלאסרטן	חולי סרטן צעירים (18-44)	www.stop-cancer.co.il			
	כמוני	קהילה וירטואלית תומכת למתמודדים עם מצבים רפואיים כרוניים	www.camoni.co.il			
	גמאני - גם אני חליתי בסרטן השד	נשים שחלו בסרטן השד	קבוצה בפייסבוק			
	אחת מתשע	עמותה המסייעת לנשים עם סרטן השד	www.onein9.org.il			
	עזר מציון (האגף לבריאות הנפש)	חולי סרטן ובני משפחתם	www.ami.org.il/mental-health			
	עמותת ח.ס.ן (חולי סרטן ניפגשים)	חולי סרטן ובני משפחתם	אתר ח.ס.ן - קבוצות הישרדות, תמיכה וצמיחה לחולי סרטן ובני משפחותיהם			
	יד לתומך (מיזם של יד שרה)	בן משפחה מלווה	מרכז תמיכה, ליווי וסיוע למטפלים בבני משפחתם			
	ארגון CAREGIVERS israel	בן משפחה מלווה	/https://caregivers.org.il			
	קבוצות ברשת ועמותות ייעודיות לפי סוג המחלה					
בריאות הנפש	טנא - טיפול נפשי מקצועי ופרטי במחיר אפשרי	כלל האוכלוסייה	השתתפות עצמית מופחתת לטיפול	www.tenne.org.il		
נופש	רפא נא - נופש למחלימים מסרטן	תרומת בעלי יחידות נופש ברחבי הארץ	ללא עלות	www.refana.org		
טיפולים משלימים	עמותת ידי אור	מרותקי בית מסיבות רפואיות	עלות סמלית	/https://www.yedeior.org		
זכויות	כל הזכויות של חולות סרטן השד בלחיצת כפתור (מתוך אתר 'אחת מתשע')	חולות סרטן שד		https://www.ze-shelah.com		

\*זוהי רשימה חלקית, קיימות בישראל עוד עמותות נוספות וקבוצות ברשתות, על פי סוגי מחלה. אין ברשימה זו בבחינת המלצה, מכבי אינה אחראית לתכנים המוזכרים באתרי העמותות.