



Rozmowa z lekarzem i zespołem leczenia raka

Kiedy jesteś częścią zespołu, ważna jest dobra komunikacja. Zasadniczą częścią otrzymywania najlepszej opieki lekarskiej jest dobre porozumienie ze swoim zespołem leczenia raka.

Będziesz mieć zespół wyszkolonych ludzi, którzy pomogą ci radzić sobie z rakiem. W skład tego zespołu będą wchodzić lekarze i inni pracownicy służby zdrowia, tacy jak dyplomowane pielęgniarki, certyfikowani asystenci lekarza, farmaceuci, pracownicy socjalni, pielęgniarki kliniczne lub obsługujące chemioterapię, technicy, asystenci medyczni, dietetycy i przewodnicy pacjenta. Każdy z nich ma swoją rolę do spełnienia i jeżeli zadasz pytanie, na które nie mogą podać odpowiedzi, będą wiedzieli, kto może ci pomóc.

Jak dużo chcę wiedzieć?

Niektórzy ludzie chcą wiedzieć dużo o swoim raku, ponieważ mają poczucie kontroli nad tym co się dzieje, kiedy znają wszystkie fakty. Mogą oni oczekiwać wielu informacji i szczegółów o swojej opiece medycznej.

Inni ludzie nie chcą otrzymać zbyt wielu informacji naraz i mogą czuć się zestresowani lub przytłoczeni szczegółami. Niektórzy wolą pozostawić większość decyzji lekarzowi. Powiedz zespołowi leczenia raka, co jest dla ciebie najlepsze.

Zadaj pytania

Ważne jest aby pamiętać, że od ciebie zależy, jaki rodzaj opieki i leczenie będziesz otrzymywać. Uczenie się o swoim raku i jakie są sposoby jego leczenia może pomóc w podejmowaniu decyzji ze swoim lekarzem.

Nie obawiaj się zadawać pytań. Wiele lekarzy czeka na twoje pytania, ale ty możesz nawet nie wiedzieć, o co pytać. Łatwo jest zapomnieć, o co chciałeś zapytać, więc zapisz pytania, kiedy o nich myślisz i zabierz je ze sobą, kiedy pójdziesz na wizytę.

Oto niektóre często zadawane przez ludzi pytania o raku:

- Jaki mam rodzaj raka?
- Jak duży jest mój rak? Gdzie jest? Czy rozprzestrzenił się do innych części ciała?
- Czy będę potrzebować biopsji lub innych badań?
- Jakie leczenie sugerujesz?
- Kto przeprowadzi to leczenie?
- Czy są inne rodzaje leczenia, które mogłyby mi pomóc?
- Jakie lekarstwa dostanę? Na co one są?
- Jakie jest ryzyko i skutki uboczne każdego leczenia?
- Jak będę się czuć podczas leczenia?
- Czy są jakieś skutki uboczne lub nietypowe objawy, o których powinienem/-am od razu powiedzieć?
- Co można zrobić, jeżeli chodzi o skutki uboczne?
- Kiedy jest najlepiej dzwonić, jeżeli będę mieć pytanie lub jakiś problem? Jak szybko mogę oczekiwać odpowiedzi na mój telefon?
- Co powinienem/-am zrobić, jeżeli mam poważny problem, kiedy twój gabinet jest zamknięty?
- Czy powinienem/-am zasięgnąć drugiej opinii? Od kogo?

Zespół leczenia raka powinien traktować twoje pytania poważnie. Oni powinni chcieć wiedzieć o twoich obawach i nie ponaglać cię. Jeżeli nie zareagują w ten sposób, zwróć im na to uwagę.

Wskazówki na zapamiętanie tego, co zespół leczenia raka ci przekazuje

Trudno pamiętać wszystko, co zostanie powiedziane w czasie każdej wizyty. Może ci pomóc, jeżeli przyrowadzisz ze sobą zawsze tę samą osobę na wizytę. Takie osoby mogą przypomnieć tobie pytanie, które chcesz zadać i pomogą zapamiętać, co zostało powiedziane.

Miej pewność, że osoba, która przyjdzie z tobą zapisze, czego się dowiedziałeś/-aś na wizytach. Jeżeli chcesz, zapytaj lekarza lub innego członka zespołu, czy nie mają nic przeciwko nagrywaniu rozmów.

Powiedz im, jeżeli potrzebujesz więcej szczegółów. Czasami członkowie zespołu leczenia raka używają słów, które jest trudno zrozumieć. Jeżeli czegoś nie zrozumiesz, zapytaj o wyjaśnienie. Może również być pomocne, jeżeli zapytasz o rysunki, drukowane materiały, stronę internetową czy linki do wideo lub inne rzeczy, na które możesz popatrzeć, kiedy wrócisz do domu.

Kiedy otrzymasz instrukcje, zapisz je. Upewnij się, że je rozumiesz zanim opuścisz gabinet. Następnie postępuj dokładnie jak mówią instrukcje. Możesz zadzwonić do gabinetu lekarskiego, jeżeli później masz więcej pytań.

Znajdź odpowiednią osobę

Twoja relacja z lekarzem jest ważna i każdy ma swój sposób porozumiewania się i dzielenia się informacjami.

Dlatego najlepszy lekarz dla jednej osoby może nie być odpowiedni dla kogoś innego. Niektórzy ludzie chcą lekarza, który podaje fakty w sposób rzeczowy i jak ekspert. Nie oczekują od lekarza, że będzie ich przyjacielem. Inni wolą lekarza, z którym czują się blisko. Postaraj się zrozumieć, co jest ci potrzebne i wyjaśnij to swojemu lekarzowi.

Jeżeli będą problemy z komunikacją, porozmawiaj o nich ze swoim lekarzem. Bądź szczery w kwestii, jakie są twoje obawy i życzenia. Jeżeli nie jesteś zadowolony ze swojej relacji z lekarzem, możesz go zmienić. Powiedz swojemu lekarzowi o tej decyzji i wyjaśnij powody. Poproś o pomoc w przeniesieniu swojej opieki medycznej do innego lekarza.

To jest TWÓJ zespół leczenia raka

Jesteś ważną częścią swojego zespołu leczenia raka. Twój zespół liczy na to, że będziesz aktywnym partnerem. Oznacza to chodzenie na wizyty lekarskie, branie leków tak jak zostały przepisane, omawianie ze swoim zespołem jakkolwiek problemów czy obaw, odpowiadanie na ich pytania, zadawanie swoich pytań i pomaganie w podejmowaniu decyzji o leczeniu.

Tylko ty i twoi najbliżsi możecie pomóc w podjęciu decyzji, co jest dla ciebie najlepsze. Może to zająć trochę czasu, aby nauczyć się, jak być aktywnym członkiem zespołu, ale zaskoczy cię, jak ty i twoi najbliżsi okażecie się w tym dobrzy.

Aby otrzymać więcej informacji o raku, codzienną pomoc i wsparcie, dzwoń do American Cancer Society pod numer **1-800-227-2345** lub wejdź na stronę **cancer.org**. Jesteśmy tutaj, kiedy nas potrzebujesz.



cancer.org | 1.800.227.2345

POLISH
©2021, American Cancer Society, Inc.
No. 0044.96-Rev.11/21

