

MIT KÉRDEZZ AZ ORVOSTÓL?

Hasznos információ az orvossal/orvosokkal való találkozás előtt, közben és után



TARTALOM

03

- FELKÉSZÜLÉS
- A TALÁLKOZÁSKOR

04

- MERJ KÉRDEZNI

05

- A TALÁLKOZÁS UTÁN
- DÖNTÉSHOZÁS

06

- ÁLTALÁNOS KÉRDÉSEK

07

- MŰTÉT

08

- KEMOTERÁPIA

09

- SUGÁRTERÁPIA

10

- BIOLÓGIAI TERÁPIÁK, MONOKLONÁLIS ANTITEST- ÉS IMMUNTERÁPIÁK
- KLINIKAI VIZSGÁLATOK

11

- ÉTREND ÉS TÁPLÁLKOZÁS

12

- ÉTRENDKIEGÉSZÍTŐK/ORTOMOLEKULÁRIS GYÓGYSZEREK
- FIZIOLÓGIAI VÁLTOZÁSOKAT ÉRINTŐ KÉRDÉSEK

FELKÉSZÜLÉS

- ☐ Győződj meg róla, hogy jól el tudod-e magyarázni a tüneteidet és az állapotodat! (Hogyan érzed magad? Vannak-e fájdalmaid? Hol érzel fájdalmat?)
- ☐ Gondold át a kérdéseidet előre és írd le őket!

A TALÁLKOZÁSKOR

- ☐ Vidd magaddal egy barátodat, a párodat vagy családtagodat! (Két ember több információt dolgoz fel, mint egy.)
- ☐ Jegyzetelj a beszélgetés alatt vagy kérj engedélyt a telefonoddal történő rögzítésre!
- ☐ Beszélj a tüneteidről vagy fájdalmaidról – ne feltételezd, hogy amit érzel, „normális”.
- ☐ Ismételd el, amit az orvos mondott a saját szavaiddal („Szóval, ha jól értem...”)! Ez a legjobb mód arra, hogy ellenőrizd, hogy biztosan mindent megértettél.
- ☐ Beszélj nyíltan és őszintén az aggodalmaidról! Az érzéseid és a szeretteid érzése is számítanak!
- ☐ Kérj egy kis időt a gondolkodásra, mielőtt fontos döntést hozol!
- ☐ Érdeklődj betegsegítő szervezetről, amely segíthet a betegutadon és tájékozódj, hol olvashatsz bővebben a betegségről és a kezelésekről!



MERJ KÉRDEZNI!

Kérj magyarázatot bármiről, amit nem értesz, például az orvosi szakkifejezésekről!

- ☐ Milyen választások vagy lehetőségek vannak? Melyek az érvek és ellenérvek? Hogyan érinthetnek az érvek és ellenérvek hosszútávon?
- ☐ Van lehetőség műtétre?
- ☐ Melyek a következő kezelési lépések?
- ☐ Milyen kockázatai vannak a kezelésnek?
- ☐ Mi történik, ha úgy döntök, nem vállalom a kezelést?
- ☐ Az orvos megbeszélte/megbeszéli majd az esetemet a kollégákkal? Lesz Onkoteam*? Részt kell vennem az ülésein? Ha nem, honnan fogom megtudni a döntést? Mikor hozzák meg?
- ☐ Milyen következményei lehetnek a kezelésnek a jövőre nézve? (Például: az egészségre, szexuális életre, munkára, sportra, nőiségre, termékenységre, életminőségre... vonatkozóan)
- ☐ Kaphatok több információt/linkeket/brosúrákat, hogy többet olvashassak róla?
- ☐ Kaphatok másolatot a labor, teszt, képalkotó vizsgálat eredményeimről?

* Az Onkoteam (onkológiai csapat) egészségügyi szakemberek egy csoportja különböző területekről, akik megvitatják az eseteket, hogy megtervezzék és megállapítsák a legjobb kezelési módokat. A csapatnak tagjai lehetnek nőgyógyászok, onkológusok, sebészek, radiológusok, pszichológusok, genetikusok, onkológiai ápolók, ápoló koordinátorok és más szakemberek.

A TALÁLKOZÓ UTÁN

- ☐ Beszélj a kapott információról a partnereddel/szüleiddel/barátoddal/ (felnőtt) gyerekeiddel! Adj nekik is tájékoztató füzeteket; nekik is lesznek kérdéseik.
- ☐ Ha úgy gondolod, másodvéleményre van szükséged, kérj!

MEGHOZNI A DÖNTÉST

- ☐ Hallgass a megérzésedre! Soha ne hozz olyan döntést, amelyben nem vagy teljesen biztos!
- ☐ Csak te dönthetsz az életedről, így csak te dönthetsz a kezelésedről. A specialista csak akkor fog helyetted dönteni, ha erre kéred.

ÁLTALÁNOS KÉRDÉSEK

- ☐ A daganatom gyógyítható?
- ☐ Mi a prognózisom?
- ☐ Örökletes?
- ☐ Fel fogok gyógyulni a kezelésből?
- ☐ Mikor fogom megtudni, hogy meggyógyultam vagy sem?
- ☐ Mi történik, amikor/ha a rák kiújul?
- ☐ Melyek a kiújult rák kezelési lehetőségei?
- ☐ Milyen lesz az életminőségem rövid és hosszú távon?
- ☐ Dolgozhatok, sportolhatok, utazhatok, látogathatom a családtagjaimat a kezelés alatt?
- ☐ Mi az utókezelési terv?
- ☐ Egy több szakterületet érintő csapat foglalkozik velem?
- ☐ Ki lesz a felügyelő orvosom?
- ☐ Keressek fel dietetikust speciális diétás tanácsért?
- ☐ Ezt fedezi a tb?
- ☐ Van olyan specialista, akit felkereshetek örökletességet illető kérdésekben?
- ☐ Elérhető szociális/pszichológiai segítség az átélt (vagy várható) nehézségekben való segítséghez?
- ☐ Ezt fedezi a tb?
- ☐ Hogyan mondjam el a gyerekeimnek a betegségemet?
- ☐ Lehet újra szexuális életem? Mikor? Más lesz?
- ☐ Hogyan befolyásolja a hegyszövet a szerveimet és az életminőségemet?
- ☐ Minden páciensnél kialakul hegyszövet a kezelés után?
- ☐ Mit tehetek, hogy formában maradjak a kezelés alatt?
- ☐ Mit tehetek, hogy visszanyerjem fizikai kondícióm a kezelés után?
- ☐ Mit tud nekem mondani a biológiai/kiegészítő kezelésekről?

MŰTÉT

- ☐ A műtét az egyetlen lehetőség?
- ☐ Milyen gyakran végez ez a kórház ilyen műtéteket?
- ☐ Ön lesz a műtőorvos?
- ☐ Hányszor végzett ilyen műtétet?
- ☐ Melyek a kockázatok és előnyök?
- ☐ Milyen komplikációk adódhatnak rövid és hosszú távon?
- ☐ Meddig kell kórházban lennem?
- ☐ Hogyan készülhetek fel a műtétre?
- ☐ Szükségem lesz plusz segítségre otthon?
- ☐ Meddig tart majd a felépülésem?
- ☐ Befolyásolja-e ez a termékenységemet/hormonrendszeremet/szexuális életemet?



KEMOTERÁPIA

- ☐ Hogyan készülhetek fel a kemoterápiára?
- ☐ Miért van szükség kemoterápiára a műtét előtt vagy után?
- ☐ Melyek a mellékhatások rövid és hosszú távon?
- ☐ Rosszul leszek tőle?
- ☐ Teljesen fel fogok épülni a kemoterápiából?
- ☐ Befolyásolja-e ez a termékenységemet/hormonrendszeremet/szexuális életemet?
- ☐ Ki fog hullani a hajam? Van mód ennek megelőzésére?
- ☐ Kell tennem plusz óvintézkedéseket a kemó kezelése alatt?
- ☐ Fogok tudni gondoskodni a gyerekeimről/háztartásomról?
- ☐ Dolgozhatok közben?
- ☐ Vannak alternatív megoldások?
- ☐ Többféle kemoterápia van? Melyek az érvek és ellenérvek?
- ☐ Olyan specifikus kemó gyógyszert használ majd, amely a daganatom genetikai profiljához illeszkedik?
- ☐ Minden nőnek kell kemoterápia, akinek olyan daganata van, mint nekem?
- ☐ Végig kell csinálnom az összes kemó kezelést, még akkor is, ha legyengít?
- ☐ Mi van akkor, ha a testem nem tudja feldolgozni ezt a fajta kemót?
- ☐ Szedhetek vitaminokat vagy más étrendkiegészítőt a kezelés előtt és közben?

SUGÁRKEZELÉS

- ☐ Miért van szükség sugárkezelésre a műtét előtt vagy után?
- ☐ Melyek a mellékhatások rövid és hosszú távon?
- ☐ Befolyásolja-e ez a termékenységemet/hormonrendszeremet/szexuális életemet?
- ☐ Hogyan készülhetek fel a sugárkezelésre?
- ☐ Teljesen fel fogok épülni?
- ☐ Fáj?
- ☐ Mi a különbség a normál sugárkezelés és a brachyterápia között?
- ☐ Honnan és mikor fogják tudni, hogy sikeres volt a kezelés?
- ☐ Minden nőnek kell sugárkezelés, akinek olyan daganata van, mint nekem?
- ☐ Fogok tudni gondoskodni a gyerekeimről/háztartásomról?
- ☐ Dolgozhatok közben?

Biológiai Terápiák, Monoklonális Antitestek és Immunterápiák

- ☐ Mi az a biológiai terápia?
- ☐ Mi a különbség az immunterápia és monoklonális terápia között?
- ☐ Van biológiai terápia, amely alkalmazható az én daganattípusomnál?
- ☐ Milyen mellékhatások lesznek rövid- és hosszútávon?
- ☐ Meg fog engem gyógyítani?
- ☐ Teljesen felépülök utána?
- ☐ Befolyásolja-e ez a termékenységemet/hormonrendszeremet/szexuális életemet?
- ☐ Bizonyítottan hatásos ez a kezelés?
- ☐ Fogok tudni gondoskodni a gyerekeimről/háztartásomról?
- ☐ Dolgozhatok közben?
- ☐ Melyek a kockázatok?
- ☐ Milyen gyakran alkalmazták ezt a terápiát ebben a kórházban?
- ☐ Szedhetek vitaminokat vagy más étrendkiegészítőt a kezelés előtt és közben?

Klinikai Vizsgálatok

- ☐ Mi az a klinikai vizsgálat?
- ☐ Vannak klinikai vizsgálatok az én betegségemre?
- ☐ Ez a kórház részt vesz olyan klinikai vizsgálatban, amely megfelelne nekem?
- ☐ Tud segíteni klinikai vizsgálatot találni, amely bevonna engem?
- ☐ Fogom tudni tovább szedni a gyógyszert a vizsgálat vége után is?
- ☐ Fognak értesíteni a vizsgálat eredményéről?
- ☐ Bármikor dönthetek úgy, hogy abbahagyom a részvételt a vizsgálatban?
- ☐ Mennyire kockázatos ez?

ÉTREND ÉS TÁPLÁLKOZÁS

- ☐ Kaphatok beutalót dietetikushoz?
- ☐ Fedezi a biztosításom?
- ☐ Mit egyek a kezelés vagy kemo- és sugárterápia előtt és közben?
- ☐ Kell plusz fehérjét ennem?
- ☐ Mit egyek a kezelés után, hogy visszanyerjem az erőmet?
- ☐ Mit egyek a gyógyulás után, hogy egészséges maradjak?
- ☐ A cukor/alkohol/ (feldolgozott) hús ártalmas egy rákos betegnek?
- ☐ Egyek bio ételeket?



ÉTRENDKIEGÉSZÍTŐK, ORTOMOLEKULÁRIS GYÓGYSZEREK

- ☐ Mi a véleménye az étrendkiegészítőkről/ortomolekuláris orvosságról? *
- ☐ Keressek fel ortomolekuláris specialistát?
- ☐ Szedhetek étrendkiegészítőket?
- ☐ Az étrendkiegészítők támogatják az egészségemet/kezelésemet?
- ☐ Fedezi a biztosítás?

FIZIOLÓGIAI/MENTÁLIS EGÉSZSÉGGEL KAPCSOLATOS KÉRDÉSEK

- ☐ Van olyan betegsegítő szervezet, amellyel beszélhetek?
- ☐ Valahogyan találkozhatok sorstárs betegekkel?
- ☐ Kaphatok beutalót pszichológushoz?
- ☐ A pszichológust fedezi a tb?

* Az ortomolekuláris gyógyászat során a betegeket vitaminokkal, ásványokkal és nyomelemekkel kezelik.

Linda Snoep, petefészekrák-túlélő, Olíj Hollandia, ENGAGe-tag:

“A petefészekrák (3C stádium) kezelése alatt egy olyan betegből, akit többé kevésbé megbénított a félelem és aki azt gondolta, az orvos az, aki mindent jobban tud, egy olyan pácienssé váltam, aki megértette, hogy van választása és uralnia kell a saját döntéseit. Nem volt könnyű, mert senki nem tanított meg rá, hogyan kell ezt csinálni, de végül a saját életem irányítójaként egy magabiztos beteggé váltam kevesebb félelemmel és sokkal több elfogadással a betegségelem jelentette kihívásokat illetően.”

Kim Hulscher, méhnyakrák-túlélő, Olíj Hollandia, ENGAGe-tag:

“Amikor méhnyakrákkal diagnosztizáltak 2013-ban, egyáltalán nem volt fogalmam arról, mire számíthatok vagy akár arról, hogy egyáltalán mit is kérdezzek az orvosomtól a konzultációk alatt. Így nem tudtam, hogy van olyan, hogy utóhatás és nem is szóltak róla. Szóval kellemetlen meglepetés ért a kezeléseim után. Igazán nagyra értékeltem volna, ha annak idején kezembem lett volna ez a kiadvány. Így feltehettem volna jó pár kérdést, például a lehetséges utóhatásokról. Örülök, hogy segíthetünk most azoknak a nőknek, akik olyan helyzetben vannak, mint én voltam annak idején.”

Prof. Dr. Murat Gultekin, nőgyógyász-onkológus, onko-sebész, Törökország, ESGO-ENGAGe társelnök:

“Ez a tájékoztató megmutatta nekem, milyen kevés információt adunk a betegeknek, amikor számos terápiát elkezdünk. Remélem, ezeket a kérdéseket és válaszokat rutinszerűen fogják alkalmazni az orvosok, mielőtt bármilyen terápiát elkezdenek a betegükkel. A betegnek joga van kérdezni és tanulni, mielőtt döntést hoz; a mi felelősségünk, hogy elmagyarázzuk a dolgokat és tiszteletben tartjuk a félelmeiket.”

Tóth Icó, méhnyakrák-túlélő, Mályvavirág Alapítvány, Magyarország, ESGO-ENGAGe társelnök:

“Kérdezni kell! Kérdeznünk kell az életünkért! Néha a saját menedzserünknek kell lennünk a betegség alatt és minden információ alapvető fontosságú, mert nem tudhatjuk, melyik fog minket a helyes irányba terelni. Kérdezni nem könnyű, főleg páciensként nem. Néha segítségre van szükségünk ehhez, és nemcsak a kérdésekhez, hanem a válaszok értelmezéséhez is. Az ENGAGe reméli, ez a kis tájékoztató segíteni fog kérdezni és a válaszokra koncentrálni egyben. Sose félj kérdezni – nincs rossz vagy buta kérdés!”

*Az ENGAGE köszönetet mond a szerzőknek,
a közreműködőknek és az ENGAGE tanácsstagjainak
a nem szűnő jelenlétükért és munkájukért a tájékoztató kidolgozásában.*

*Az ENGAGE háláját fejezi ki a szerzőknek Kim Hulschernek (NL),
Linda Snoepnak (NL) és Tóth Icónak (HU) valamint,
prof. dr. Murat Gultekinnek (TR) a szakértői korrektúráért.*

Az ENGAGE elérhetősége:

weboldal: <https://engage.esgo.org/>

Email: engage@esgo.org

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/155472521534076/about/>

***Az ENGAGE javasolja, hogy lépj kapcsolatba a helyi betegsegítő
csoporttal, a Mályvavirág Alapítvánnyal!***

***A Mályvavirág Alapítvány köszönetét fejezi ki a magyar orvosi
lektorálásért dr. Novák Zoltán PhD. szülész-nőgyógyász, onkosebész
főorvosnak, a Mályvavirág Alapítvány tiszteletbeli tagjának!***

***Mályvavirág Alapítvány
www.malyvavirag.hu***



