

CE TREBUIE SĂ ÎNTREBI MEDICUL?

Informații utile înainte, în timpul și după întâlnirea
cu medicul/medicii



CUPRINS

03

- PREGĂTIREA
• LA ÎNTÂLNIRE

04

- ÎNDRĂZNEȘTE SĂ ÎNTREBI

05

- DUPĂ ÎNTÂLNIRE
- ÎNTREBĂRILE GENERALE
CU PRIVIRE LA
ADOPTAREA DECIZIILOR

06

- ÎNTREBĂRI GENERALE

07

- OPERAȚIA

08

- CHIMIOTERAPIA

09

- RADIOTERAPIA

10

- TERAPII BIOLOGICE, ANTICORPI
MONOCLONALI ȘI IMUNOTERAPII
- STUDII CLINICE

11

- DIETA ȘI NUTRIȚIA

12

- SUPLIMENTE ALIMENTARE /
MEDICAMENTE ORTOMOLECULARE
- ÎNTREBĂRI LEGATE DE ASPECTELE PSIHOLOGICE

PREGĂTIREA

- ☐ Asigură-te că poți explica bine simptomele și situația (Cum te simțiți? Ai durere? Unde simți durere?).
- ☐ Gândește-te la întrebările pe care le ai și notează-le înainte de a merge la medic.

LA ÎNTÂLNIRE

- ☐ Ia cu tine un/o prieten(ă), partenerul sau un membru al familiei (două persoane vor primi mai multe informații decât una).
- ☐ Ia notițe în timpul conversației sau cere permisiunea de a le înregistra cu telefonul.
- ☐ Vorbește despre simptome și durere - nu presupune că ceea ce simți că este „normal”.
- ☐ Repetă cuvintele medicului în propriile cuvinte („deci, dacă am înțeles bine ...”). Acesta este cel mai bun mod de a fi sigură că ai înțeles.
- ☐ Vorbește deschis și sincer despre ceea ce te îngrijorează. Sentimentele tale și ale celor dragi contează!
- ☐ Cere timp suplimentar de gândire înainte de a lua orice decizie importantă.
- ☐ Întrebă despre o organizație de pacienți care te poate ajuta pe întreg acest parcurs și află unde poți citi mai multe despre boală și tratamente.



ÎNDRĂZNEȘTE SĂ CERI

Solicită o explicație despre orice nu înțelegi, de exemplu, termenii medicali.

- ☐ Ce alegeri sau opțiuni am?
- ☐ Care sunt avantajele și dezavantajele?
- ☐ Cum mă vor afecta avantajele și dezavantajele?
- ☐ Dar pe termen lung?
- ☐ Am posibilitatea unei intervenții chirurgicale?
- ☐ Care sunt următorii pași de tratament?
- ☐ Care sunt riscurile tratamentului?
- ☐ Ce se întâmplă dacă refuz acest tratament?
- ☐ Doctorul a discutat / va discuta medicul cazul meu cu colegii?
- ☐ Voi avea o echipă onco *?
- ☐ Trebuie să particip la el?
- ☐ Dacă nu, cum voi fi informată despre decizie?
- ☐ Când este?
- ☐ Cât de des tratați acest tip de cancer?
- ☐ Care sunt consecințele pentru viitorul meu? (De exemplu, referitor la: sănătate, viață sexuală, muncă, sport, feminitate, fertilitate, calitate a vieții ..)
- ☐ Pot să am mai multe informații / linkuri / broșuri, astfel încât să pot citi mai multe acasă?
- ☐ Pot avea copii ale rezultatelor mele de laborator / ale testului / scanării /? Le-aș putea accesa online?

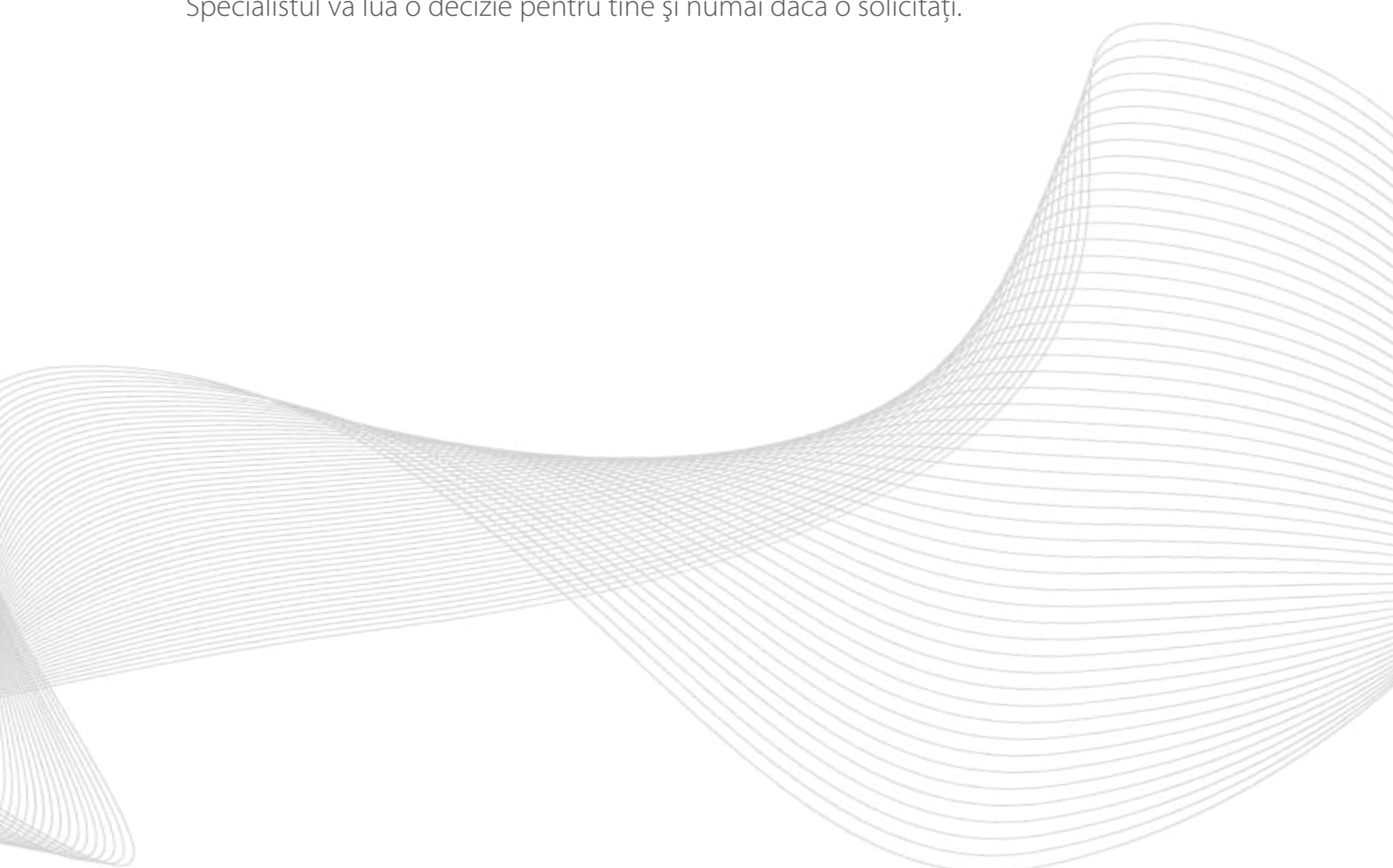
* Echipa onco (echipa de oncologie) este un grup de profesioniști din domeniul sănătății cu specializări diferite, care discută cazurile pacienților pentru a planifica și determina cele mai bune tratamente. O echipă poate fi formată din, de exemplu, ginecologi, oncologi, chirurghi, radiologi, psihologi, geneticieni, asistenți medicali oncologici, coordonatori de asistenți medicali și multe altele.

DUPĂ ÎNTÂLNIRE

- ☐ Vorbește despre informațiile pe care le-ai primit cu partenerul / părinții / prietena / copiii (adulți). Dă-le materiale de citit; vor avea, de asemenea, întrebări.
- ☐ Dacă crezi că ai nevoie de o a doua opinie, cere-o. Mai întâi verifică dacă aceasta este decontată de asigurarea ta de sănătate.

LUAREA DECIZIILOR

- ☐ Ascultă-ți intuiția. Nu lua niciodată o decizie pe care nu o susții pe deplin.
- ☐ Doar tu poți decide cu privire la viața ta și așa doar tu poți decide despre tratamentul tău. Specialistul va lua o decizie pentru tine și numai dacă o soliciți.



INTREBARI GENERALE

- ☐ Cancerul meu este vindecabil?
- ☐ Care este prognosticul meu? Este ereditar?
- ☐ Mă voi recupera după acest tratament?
- ☐ Când voi ști dacă sunt vindecată sau nu?
- ☐ Ce se întâmplă dacă sau când cancerul revine?
- ☐ Care sunt opțiunile de tratament pentru cancerul recurent?
- ☐ Cum va fi calitatea vieții mele? Pe termen scurt și pe termen lung?
- ☐ Pot să lucrez, să mă antrenez (să fac mișcare/gimnastică), să călătoresc sau să vizitez familia în timpul tratamentului?
- ☐ Care este planul de monitorizare?
- ☐ Voi fi tratată de o echipă multidisciplinară?
- ☐ Cine va fi specialistul care mă va monitoriza?
- ☐ Ar trebui să mă adresez unui dietetician pentru sfaturi nutriționale speciale?
- ☐ Aceasta este decontată de asigurarea de sănătate?
- ☐ Există vreun specialist pe care să-l pot întreba cu privire la problemele ereditare?
- ☐ Există asistență socială / psihologică disponibilă pentru ajutor suplimentar în ceea ce privește problemele cu care mă confrunt (sau aștept să mă confrunt)?
- ☐ Aceasta este acoperită de asigurarea mea de sănătate?
- ☐ Cum le spun copiilor mei despre boala mea?
- ☐ Pot să mai am relații sexuale? Când? Va fi diferit?
- ☐ Cum poate țesutul cicatricial să-mi afecteze organele și calitatea vieții?
- ☐ Toți pacienții au țesut cicatricial după tratament?
- ☐ Ce pot face pentru a menține formă în timpul tratamentului?
- ☐ Ce pot face după tratament pentru refacerea din punct de vedere fizic?
- ☐ Ce trebuie să știu despre terapiile biologice / complementare?

INTERVENȚIE CHIRURGICALĂ (OPERAȚIA)

- ☐ Este intervenția chirurgicală (operația) singura opțiune?
- ☐ Cât de des efectuează acest spital astfel operații?
- ☐ Dumneavoastră veți fi chirurgul?
- ☐ Cât de des ați efectuat această intervenție chirurgicală înainte?
- ☐ Care sunt riscurile și beneficiile?
- ☐ Ce complicații pot apărea? Pe termen scurt și lung?
- ☐ Cât timp va trebui să stau în spital?
- ☐ Cum trebuie să mă pregătesc pentru operație?
- ☐ Voi avea nevoie de ajutor suplimentar la activitățile zilnice casnice?
Cât va dura recuperarea mea?
- ☐ Îmi va afecta fertilitatea / starea hormonală / viața sexuală?

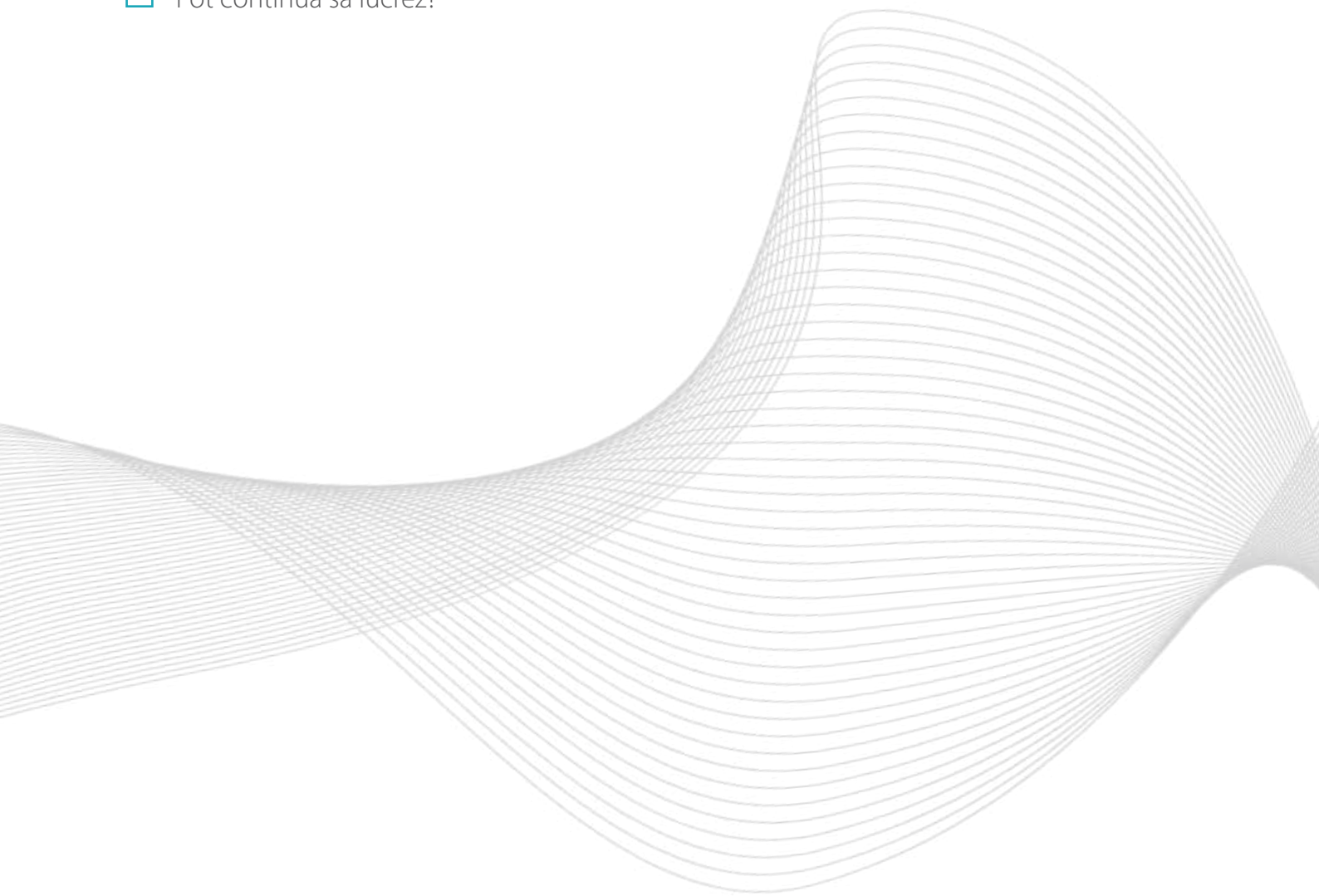


CHIMIOTERAPIE

- ☐ Cum trebuie să mă pregătesc pentru chimioterapie?
- ☐ De ce am nevoie de chimioterapie (înainte sau/și după) intervenție chirurgicală?
- ☐ Care sunt efectele secundare?
- ☐ Pe termen scurt și pe termen lung?
- ☐ Mă voi simți rău?
- ☐ Îmi voi reveni complet după chimioterapie?
- ☐ Îmi va afecta fertilitatea / starea hormonală / viața sexuală?
- ☐ Îmi pierd părul? Există vreo modalitate de a preveni acest lucru?
- ☐ Ar trebui să iau măsuri de precauție suplimentare perioada chimioterapiei?
- ☐ Pot continua să am grijă de copiii mei / de gospodăria mea?
- ☐ Pot continua să lucrez? Există alternative?
- ☐ Există diferite tipuri de chimioterapii?
- ☐ Care sunt avantajele și dezavantajele?
- ☐ Alegeți un medicament chimio specific care este adaptat profilului meu genetic tumoral?
- ☐ Toate femeile cu tipul meu de cancer au nevoie de chimioterapie?
- ☐ Trebuie să fac toate ședințele de chimioterapie, chiar dacă mă simt slăbită?
- ☐ Ce se întâmplă dacă corpul meu nu poate face față acestui tip de chimioterapie?
- ☐ Pot lua vitamine sau alte suplimente nutritive înainte și în timpul tratamentului?

RADIOTERAPIE

- ☐ De ce am nevoie de radioterapie (înainte / după operație)?
- ☐ Care sunt efectele secundare? Pe termen scurt sau pe termen lung?
- ☐ Îmi va afecta fertilitatea / starea hormonală / viața sexuală?
- ☐ Cum trebuie să mă pregătesc pentru radioterapie?
- ☐ Mă voi recupera complet?
- ☐ Doare?
- ☐ Care este diferența dintre radioterapia normală și brahiterapie?
- ☐ Cum și când veți ști că terapia a avut efect?
- ☐ Toate femeile cu tipul meu de cancer au nevoie de radioterapie?
- ☐ Pot continua să am grijă de copiii mei / de gospodăria mea?
- ☐ Pot continua să lucrez?



TERAPIILE BIOLOGICE, ANTICORPI MONOCLONALI ȘI IMUNOTERAPII

- ☐ Ce este terapia biologică?
- ☐ Care este diferența dintre imunoterapie și terapia monoclonală?
- ☐ Există terapii biologice potrivite pentru tipul meu de cancer?
- ☐ La ce efecte secundare ar trebui să mă aștept pe termen scurt și lung?
- ☐ Mă va vindeca?
- ☐ Mă voi recupera complet după aceea?
- ☐ Îmi va afecta fertilitatea / starea hormonală / viața sexuală?
- ☐ S-a dovedit că acest tratament este eficient?
- ☐ Pot continua să am grijă de copiii mei / de gospodăria mea?
- ☐ Pot continua să lucrez?
- ☐ Care sunt riscurile?
- ☐ Cât de des ați efectuat această terapie în acest spital?
- ☐ Pot lua vitamine sau alte suplimente nutritive înainte și în timpul tratamentului?

STUDII CLINICE

- ☐ Ce este un studiu clinic?
- ☐ Există studii clinice pentru boala mea?
- ☐ Participă acest spital la un studiu clinic care mi s-ar potrivi?
- ☐ Mă puteți ajuta să găsesc un studiu clinic care să mă includă?
- ☐ Voi putea continua să iau medicamentul după terminarea procesului?
- ☐ Voi fi informată despre rezultatele procesului?
- ☐ Pot decide să ies din studiul clinic ori de câte ori vreau? Cât de riscant este?

DIETA ȘI NUTRIȚIA

- ☐ Mă puteți trimite la un dietetician?
- ☐ Aceasta este decontată de asigurare?
- ☐ Ce ar trebui să mănânc înainte / în timpul tratamentului sau chimioterapie / radioterapie?
- ☐ Am nevoie să mănânc mai multe proteine?
- ☐ Ce ar trebui să mănânc după tratamentul meu pentru a redobândi puterea?
- ☐ Ce ar trebui să mănânc în remisie pentru a mă menține sănătoasă?
- ☐ Zaharul / alcoolul / carnea (procesată) sunt rele pentru pacienții cu cancer?
- ☐ Ar trebui să mănânc alimente organice?



SUPLIMENTE ALIMENTARE / MEDICAMENTE ORTOMOLECULAR

- ☐ Care este părerea dvs. despre suplimentele alimentare / medicina ortomoleculară *?
- ☐ Ar trebui să consult un specialist ortomolecular?
- ☐ Pot lua suplimente alimentare?
- ☐ Pot suplimentele alimentare să-mi susțină sănătatea / tratamentul?
- ☐ Este decontată de asigurarea de sănătate?

ÎNTREBĂRI LEGATE DE SĂNĂTATE PSIHOLGICĂ / MENTALĂ

- ☐ Există o organizație de pacienți cu care să pot vorbi?
- ☐ Există posibilitatea să mă întâlnesc și cu alte paciente ?
- ☐ Pot fi trimisă la un psiholog?
- ☐ Ședințele la psiholog sunt acoperite de asigurare?

* Medicina ortomoleculară este un domeniu care se concentrează pe tratarea pacienților cu vitamine, minerale și oligoelemente.

Linda Snoep, supraviețuitoare a cancerului ovarian, Olijf Olanda, membru ENGAGe:

„În timpul tratamentului meu pentru cancerul ovarian (stadiul 3C), am trecut de la un pacient - mai mult sau mai puțin paralizat de frică - care credea că medicul știe întotdeauna cel mai bine, la un pacient care a început să înțeleagă că are de ales și că ar trebui să se ocupe de propriile decizii. Acest lucru nu a fost ușor, pentru că nimeni nu m-a învățat cum să fac acest lucru, dar în cele din urmă, a fi directorul propriei mele vieți m-a transformat într-un pacient încrezător în sine, cu mai puțină teamă și mult mai multă acceptare a provocărilor bolii mele..”

Kim Hulscher, supraviețuitor al cancerului de col uterin, Olijf Olanda, membru ENGAGe:

„Când am fost diagnosticată cu cancer de col uterin în 2013, nu aveam absolut nicio idee la ce să mă aștept și nici măcar ce să întreb medicul la consultație. Nu știam că există așa ceva ca de ex. efectele ulterioare și nici nu mi-a spus despre asta. Așa că am avut o surpriză neplăcută după tratamentele mele. Aș fi apreciat cu adevărat dacă acest instrument ar fi fost disponibil pentru mine pe atunci. Așadar, aș fi putut pune aceste întrebări, de exemplu, despre posibilitatea efectului tardiv/ulterioare. Mă bucur că putem ajuta alte femei acum care se află în aceeași situație ca și mine atunci „..

Prof. Dr. Murat Gultekin, gineco-oncolog, onco-chirurg, Turcia, co-președinte ESGO-ENGAGe:

„Această broșură mi-a arătat cât de puține informații le împărtășim pacienților noștri când începem mai multe terapii. Sper că aceste întrebări și răspunsuri vor fi evaluate în mod curent de către medici înainte de a începe orice tip de tratament cu pacienții lor. Este dreptul pacientului să ceară și să învețe înainte de a decide; este responsabilitatea noastră să explicăm și să le respectăm preocupările.”

Icó Tóth, supraviețuitor al cancerului de col uterin, Fundația Mallow Flower, Ungaria, Co-președinte ESGO-ENGAGe:

„Trebuie să întrebăm! Trebuie să întrebăm pentru viața. Uneori trebuie să fim propriul nostru manager al bolii și toate informațiile sunt esențiale, deoarece nu știm ce piesă ne poate trimite în direcția corectă. A întreba nu este ușor când suntem pacient. Uneori avem nevoie de ajutor pentru asta și nu doar pentru a întreba, ci pentru a înțelege răspunsurile. Cu ENGAGe, sperăm că această broșură vă va ajuta să puneți întrebări și, de asemenea, să vă concentrați asupra răspunsurilor! Nu vă temeți niciodată să întrebați - nu există nicio întrebare greșită sau proastă! ”

ENGAGe mulțumește autorilor, celor care au contribuit și membrilor grupului executiv ENGAGe pentru disponibilitatea lor constantă și munca depusă pentru actualizarea acestei broșuri informative.

ENGAGe dorește să-și exprime recunoștința sinceră autorilor Kim Hulscher (Olanda), Linda Snoep (Olanda) și Icó Tóth (Ungaria) precum și Prof. dr. Murat Gultekin (Turcia) pentru reviziunea din punct de vedere clinic a acestei broșuri.

ENGAGe dorește să-și exprime recunoștința sinceră Simonei Ene și Cristinei Șerban pentru traducerea acestei broșuri în limba română și dr. Diana Ene pentru reviziunea din punct de vedere clinic a acestei broșuri.

ENGAGe poate fi contactată pe:

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

Email: engage@esgo.org

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

ENGAGe recomandă contactarea asociației de pacienți locale:

Asociația „Îngrijire Acasă”

Brașov

E-mail: grupsperantabrasov@yahoo.com

Facebook: <https://www.facebook.com/grsperantabv/>

Telefon: 0727375765



