



Parler avec votre médecin

Talking With Your Doctor

Votre équipe médicale

Vous disposerez d'une équipe de personnes formées pour vous aider à gérer le cancer. Chacune de ces personnes a des compétences particulières qui peuvent vous être utiles. Elles peuvent vous indiquer où obtenir plus d'informations sur le cancer. Elles peuvent aussi répondre à vos questions, vous soutenir et vous orienter vers d'autres sources d'aide à votre disposition.

Il est extrêmement important de parler avec votre équipe médicale pour gérer le cancer. Les médecins et les infirmières sont d'excellentes sources d'informations pour en savoir plus sur :

- votre type de cancer
- les traitements possibles
- les effets secondaires
- l'organisation de votre vie durant votre traitement

Vous devez vous sentir à l'aise avec les « partenaires » de votre équipe médicale. Bâtir une équipe solide demande du temps, de l'attention et des efforts, mais ça vaut la peine. Ces personnes sont là pour collaborer avec vous dans votre lutte contre le cancer.

Votre médecin

Votre médecin est l'un de votre principaux « partenaires ». Il vous faudra peut-être un peu de temps et d'efforts pour vous sentir à l'aise avec lui. Prenez le temps de poser toutes vos questions et d'exprimer toutes vos préoccupations. De même, votre médecin doit prendre le temps de vous écouter et de répondre à vos questions.

Chaque personne a sa propre façon de communiquer. C'est pour cela qu'un médecin convenant parfaitement à une personne peut très bien ne pas convenir à quelqu'un d'autre. Réfléchissez à ce que vous attendez de votre médecin. Certaines personnes préfèrent avoir un médecin qui leur

parle comme un expert ou de façon très professionnelle. Elles ne souhaitent pas que leur médecin soit un ami. D'autres personnes recherchent un médecin avec lequel elles peuvent sympathiser ou avoir des atomes crochus. Réfléchissez au type de rapport qui vous convient le mieux et faites en part à votre médecin.

Votre relation avec votre médecin est très importante. Comme dans toutes les relations, il est possible que des problèmes surviennent. Dans un tel cas, le dialogue est souvent très utile. Essayez d'énoncer vos préoccupations et vos désirs de façon claire et précise. Donnez des exemples concrets. S'il ne vous semble pas possible d'avoir une relation satisfaisante, pensez à changer de médecin. Si vous prenez cette décision, avisez-en votre médecin, exposez lui vos raisons et demandez-lui son aide pour transférer votre dossier à un nouveau médecin.

Déterminez ce que vous voulez vraiment savoir

Il est normal que vous souhaitiez recevoir des informations à votre propre rythme. Vous êtes la seule personne qui sait quand vous êtes prêt(e) à en parler et quand vous souhaitez en savoir plus sur votre cancer, et avec quel degré de détails.

Il est possible que vous souhaitiez obtenir un maximum de détails sur votre maladie. Certaines personnes se sentent plus en contrôle de la situation lorsqu'elles connaissent tous les faits. Cependant, il est aussi possible que vous désiriez recevoir seulement quelques informations. Certaines personnes sont bouleversées si tout leur est dévoilé d'un seul coup. Elles se sentent stressées et dépassées par l'excès d'informations, préférant alors laisser leur médecin prendre la majorité des décisions. Dites à votre médecin à quel niveau vous désirez être informé(e) de votre état.

Posez des questions

N'ayez pas peur de poser des questions. De nombreux médecins attendent que vous les interrogiez, mais vous ne savez peut-être pas quoi leur demander. Il est facile d'oublier des questions que l'on a simplement en tête. Vous pouvez noter vos questions sur une feuille de papier avant de vous rendre chez le médecin. Voici quelques questions que vous pouvez poser à votre médecin au sujet du cancer :

- Qu'est-ce que j'ai comme cancer ?
- Quel traitement suggérez-vous ?
- Existe-t-il d'autres possibilités de traitement ?
- En quoi ces traitements peuvent-ils m'être utiles ?
- Peuvent-ils me faire du mal ? Quels sont les risques ?
- Quels médicaments vais-je prendre ? Quelle est leur utilité ?
- Comment est-ce que je me sentirai durant le traitement ?
- Quels effets secondaires puis-je ressentir ?

- Y a-t-il des effets secondaires ou des réactions inhabituelles que je dois immédiatement signaler le cas échéant ?
- Que puis-je faire pour atténuer les effets secondaires ?
- Quel est le meilleur moment pour vous appeler si j'ai des questions ou un problème ? Dans combien de temps allez-vous me rappeler si je laisse un message ?
- Que faire si j'ai un grave problème pendant que votre cabinet est fermé ?
- Devrais-je demander une deuxième opinion ? À qui ?

Pour ne rien oublier

Il est difficile de retenir tout ce que dit le médecin lorsque vous le visitez. Il est utile de vous faire accompagner d'un ami ou d'un membre de votre famille. Cette personne pourra vous rappeler les questions que vous désirez poser et vous aider à retenir ce qu'a dit le médecin.

Il peut aussi être préférable de demander à cette personne d'informer vos proches sur votre état de santé. Ils pourront ainsi savoir ce qui se passe sans que vous n'ayez à répondre à toutes leurs questions. Vous aurez peut-être un jour besoin d'eux pour vous aider à prendre certaines décisions. Vous avez donc intérêt à les maintenir au courant.

Tâchez de noter tout ce que votre médecin vous dit ou demandez à votre accompagnateur(trice) de le faire pour vous. Vous pouvez même enregistrer la conversation. Dans ce cas, n'oubliez pas de demander l'accord de votre médecin.

Si vous aimeriez avoir des détails supplémentaires après que votre médecin a répondu à une question, dites-le. Il est parfois utile de poser deux fois la même question en utilisant d'autres mots. Il arrive aussi que les médecins utilisent des mots que les patients ne comprennent pas. Si vous ne comprenez pas quelque chose, demandez à votre médecin de vous l'expliquer. N'hésitez pas à demander des images, des sites Internet, des vidéos ou d'autres choses que vous pouvez ramener pour les regarder chez vous.

Lorsque vous recevez des instructions de votre médecin, notez-les. Assurez-vous de bien les comprendre avant de quitter le médecin. Ensuite, suivez ces instructions à la lettre. Si vous avez de nouvelles questions plus tard, n'hésitez pas à appeler le cabinet du médecin ou à interroger une infirmière.

Rappelez-vous que votre médecin doit toujours être attentif à vos questions. Il doit prendre le temps de vous écouter sans vous presser. Si votre médecin ne se comporte pas de cette façon, dites le lui.

Assurez-vous que tous vos médecins communiquent entre eux

Il est fréquent que plusieurs médecins s'occupent de vous. Si tel est le cas, tous vos médecins doivent communiquer entre eux. Établissez une liste de tous vos médecins, avec leur nom, leur spécialité, leur téléphone et leur adresse. Remettez en un exemplaire à chaque médecin. Ils pourront ainsi plus facilement se consulter mutuellement, et se transmettre des rapports et des dossiers médicaux.

Il est possible que l'on vous demande de signer un formulaire leur donnant l'autorisation de s'échanger des informations et de parler ensemble de votre cas. Cette précaution vise à protéger votre confidentialité. Lorsque vous consultez un médecin, demandez-lui s'il a parlé avec d'autres médecins ou reçu des rapports de leur part.

Vous faites aussi partie de votre équipe médicale

Il est important que vous collaboriez comme un membre à part entière de votre équipe médicale. Votre équipe compte sur votre participation active. Elle compte sur vous pour respecter vos rendez-vous, prendre vos médicaments conformément aux instructions, informer votre médecin ou votre infirmière si vous ressentez des effets secondaires et poser des questions lorsqu'il y a quelque chose que vous ne comprenez pas.

Si vous participez activement à votre programme de soins, vous apprendrez plus facilement ce que vous devez savoir et vous pourrez mieux vous assurer que toute votre équipe est avec vous pour lutter contre votre cancer. Certaines personnes mettent un peu plus de temps à apprendre comment être un membre actif de l'équipe. Vous serez surpris(e) de constater que vous et vos proches finissez par très bien vous débrouiller.

Vous n'en saurez peut-être jamais autant que votre médecin sur le cancer et ses traitements, mais vous et vos proches êtes les seuls à pouvoir décider ce qui vous convient le mieux. À titre de membre de cette équipe, n'oubliez pas que vous avez un rôle essentiel à jouer dans votre programme de soins.

Si vous désirez des informations supplémentaires sur les façons de devenir un membre actif de votre équipe médicale ou si vous avez de questions sur votre cancer ou votre traitement, n'hésitez pas à nous appeler, à n'importe quelle heure du jour ou de la nuit, au **1-800-227-2345**.

Language: French

Last Medical Review: 11/17/2015

Last Revised: 11/17/2015

2015 Copyright American Cancer Society

For additional assistance please contact your American Cancer Society
1-800-227-2345 or www.cancer.org