



Разговор с вашим врачом и командой онкологической помощи

Talking with Your Doctor – Russian

Каждый человек, у которого рак, будет иметь команду подготовленных людей, помогающих ему решать вопросы, связанные с его заболеванием и лечением. Способность хорошо говорить со своей онкологической командой — ключевая часть получения наилучшей для вас помощи.

В вашу команду онкологической помощи могут входить врачи и другие медработники, такие как самостоятельно практикующие медсёстры, фельдшеры, фармацевты, социальные работники, поликлинические или химиотерапевтические медсёстры, лаборанты, ассистенты врача, диетологи и кураторы пациентов («навигаторы»). Каждый из них будет помогать по-своему, но если вы зададите вопрос, на который они не смогут ответить, то они будут знать, кто сможет вам помочь.

Как много я хочу знать?

Некоторые хотят знать о своем раке много. Знание всех подробностей может помочь им почувствовать себя увереннее.

Другие могут не хотеть, чтобы им в какой-то момент сказали слишком много, и могут чувствовать себя перегруженными подробностями. Некоторые предпочитают оставлять большинство решений на усмотрение врача. Скажите своей команде онкологической помощи, что лучше всего для вас.

Задавайте вопросы.

Вместе со своей командой онкологической помощи вы выберете медицинское обслуживание и лечение, наиболее подходящие для вас. Получение информации о вашем раке, а также о том, как его можно лечить, может помочь вам принять эти решения вместе со своим врачом.

Не бойтесь задавать вопросы. Некоторые врачи ждут, когда вы зададите свои вопросы. Но вы можете не знать, о чём спрашивать. Возможно, вам будет полезно записывать вопросы по мере их появления и брать этот список с собой на приём к врачу.

Здесь приведены некоторые вопросы, которые возникают о раке у многих людей:

- Какой у меня тип рака?
- Насколько велика моя опухоль? Где она находится? Распространился ли рак на другие части тела?
- Понадобится ли мне биопсия или другие диагностические исследования?
- Какое лечение вы предлагаете? Есть ли другие средства лечения, которые могут мне помочь?
- Где я мог бы получить своё лечение?
- Какие препараты я буду принимать? Для чего они?
- Каковы риски и побочные эффекты каждого вида лечения?
- Смогу ли я работать или ходить в школу в период лечения?
- Есть ли какие-либо побочные эффекты или необычные признаки, о которых я должен говорить вам немедленно?
- Что можно сделать с побочными эффектами?
- В какое время лучше звонить, если у меня возникнут вопросы или проблемы? Как скоро можно ожидать обратного звонка?

- Что я должен делать, если у меня серьёзная проблема, а ваш кабинет закрыт?
- Следует ли мне узнать мнение другого специалиста («второе мнение»)? Какого именно?

Ваша команда онкологической помощи должна интересоваться вашими вопросами и опасениями. Дайте им знать, если не получаете нужных ответов.

Советы о том, как запомнить, что говорит вам команда онкологической помощи

Бывает трудно запомнить, что вам говорят во время каждого визита. Полезно всякий раз брать с собой одного и того же человека (если можно). Он может напомнить вам о вопросах, которые вы хотели задать, и помочь вспомнить то, что было сказано.

Постарайтесь сделать так, чтобы вы сами или сопровождающий вас человек записывали всё, что узнали на приёме. Если хотите, спросите у врача или другого члена онкологической команды, можно ли записывать происходящее во время визита.

Если вам нужно больше деталей, скажите об этом. Иногда члены онкологической команды используют слова, которые трудно понять. Если вы чего-то не понимаете, попросите их объяснить это. Можно спросить об иллюстрациях, печатных материалах, ссылках на веб-сайты или видео, или же о других вещах, которые вы сможете посмотреть дома.

Когда получаете инструкции, записывайте их. Убедитесь в том, что вы их поняли, до окончания визита. Затем точно их соблюдайте. Если позже возникнут новые вопросы, позвоните команде.



Для получения дополнительной информации посетите веб-сайт Американского онкологического общества cancer.org/phm или позвоните нам по телефону **1-800-227-2345**. Мы — к вашим услугам, когда нужны вам!

Находите подходящий вариант.

Ваши отношения со своим врачом имеют важное значение, а у каждого человека — свой способ обмена информацией.

Поэтому наилучший врач для одного человека может не подходить другому. Некоторые хотят врача, который просто по-деловому делится фактами. Они не ждут, что доктор станет их другом. Другие же хотят врача, с которым могут почувствовать себя близкими людьми. Постарайтесь понять, что нужно именно вам, и сообщите об этом своему врачу.

Если возникают проблемы с общением, обсудите их со своим врачом или другими членами команды. Рассказывайте о своих опасениях и желаниях честно. Если вы недовольны своими отношениями, то нормальным будет сменить врачей. Скажите врачу о своем решении и его причинах. Попросите его о помощи в передаче вашего обслуживания новому врачу.

Это — ВАША онкологическая команда!

Ваша онкологическая команда будет рассчитывать на то, что вы станете её частью. Это означает визиты в кабинет врача, приём медикаментов так, как было назначено, рассказы своей команде обо всех проблемах и опасениях, ответы на их вопросы и просьбы ответить на ваши вопросы.

Поделившись своими желаниями и нуждами, вы сможете привлечь свою команду онкологической помощи к совместной работе над поиском наилучших для вас решений.

