

FAI IN MODO CHE IL TUO COLLOQUIO CONTI

Molte donne affette da tumore al seno in stadio avanzato percepiscono le visite mediche come troppo brevi. Può essere difficile sapere che tipo di domande porre o di quali sentimenti parlare. Di seguito troverai alcuni consigli per sfruttare al meglio il tempo che hai a disposizione con il tuo medico.

DURANTE LA VISITA DAL MEDICO:



Fatti accompagnare da una persona fidata. Questa persona può fornirti un supporto emotivo e aiutarti a ricordare informazioni importanti.



Prendi appunti. Puoi utilizzarli in seguito per capire meglio ciò che ti ha detto il tuo medico, cercare risorse o chiedere un secondo parere. Se sei accompagnato/a, chiedi a questa persona di prendere appunti se non sei in grado di farlo tu.



Chiedi al tuo medico di usare parole semplici. Questo ti aiuterà a capire meglio la tua malattia e le possibili cure.

PRIMA O DOPO LA VISITA DAL MEDICO:



Rivolgiti a un'infermiera, un assistente sociale o un numero verde per i pazienti oncologici dopo aver parlato con il medico. Un'infermiera può spiegarti meglio ciò che il medico ti ha detto e potrebbe avere idee per aiutarti a gestire la tua malattia. Ad esempio, ti invitiamo a consultare un gruppo di supporto o un sito web informativo.



Trova un gruppo di supporto per il tumore al seno nella tua zona per partecipare a una riunione oppure esplora le risorse disponibili online. Parlare con donne che vivono esperienze simili, anche in un paese diverso, può aiutarti a gestire la malattia.



Prendi nota degli effetti collaterali legati alla terapia che hai riscontrato prima di incontrare il tuo medico, in modo da poterne parlare. Durante il trattamento, più informerai il tuo medico degli effetti collaterali che ti creano problemi e sono persistenti, più potrai essere aiutata a gestirli. Inoltre, comunica al medico le tue sensazioni, comprese l'ansia, la depressione o l'insonnia.

Il tumore al seno avanzato e il suo trattamento sono complessi. Anche se i pazienti possono sostenersi a vicenda, ogni persona che convive con la malattia ha una situazione unica. Devi e puoi porre domande quando lo desideri. Non devi attendere il prossimo appuntamento dal medico.