

Fyrstu skrefin eftir greiningu

Við greiningu á krabbameini upplifir þú kannski sterkar tilfinningar sem geta haft áhrif á hvernig samskipti þú átt við aðra og hvernig samskipti annarra eru við þig.

Val á meðferð við krabbameini í blöðruhálskirtli þarf að byggja á góðum upplýsingum og það getur verið erfitt að taka slíkar mikilvægar ákvarðanir. Best er að gera þetta í samráði við þín lækni og með fjölskyldu, vinum og aðilum sem hafa reynslu af sambærilegum hlutum og samræma svo væntingar og leita stuðnings eftir því sem við á.

Læknar og sérfræðingar

Gott er að byrja að ráðfæra sig við lækninn sem uppgötvaði þitt krabbamein. Hann gæti verið sérfræðingur eða vísað þér til læknis sem er sérhæfur í þínu krabbameini.

Aðrir þættir sem þarf að hafa í huga við val á lækni:

- Passar „hans karakter“ við þinn persónuleika?
- Er hann góður greingaraðili?
- Hefur hann samkennd?
- Finnst þér hann vera þinn félagi í þessu ferli?
- Virðist hann hafa áhuga á því sem er mikilvægt fyrir þig?

Mundu:

- Taktu þér tíma.
- Fáðu aðra eða jafnvel þriðju skoðun ef þér líður ekki vel.
- Gættu varúðar varðandi ráðleggingar eins og „skurðaðgerð er málið“ eða „geislameðferð er best“.
- Það eru mikið efni til sem skrifað hefur verið af miklum „sérfræðingum“ sem segja að einhver leið sé sú eina rétta: Farðu varlega í þessu. Notaðu viðurkenndar vefsíður eins og www.framforiheilsu.is og efni sem þinn læknir mælir með.
- Þegar þú hefur skuldbundið þig er traust lykillinn. Vertu áfram eigin málsvari: spurðu, rannsakaðu og vertu forvitinn.

Um Framför og fyrirvarar um notkun á upplýsingum

Um Framför

Framför er sjálfstætt krabbameinsfélag karla sem hafa greinst með krabbamein í blöðruhálskirtli og aðstandenda. Félagið veitir upplýsingar, fræðslu og stuðning ásamt því að vera hagsmunaaðili fyrir sína félagsmenn. Upplýsingar eru settar fram í samstarfi við fagfólk og eru yfirfarnar af fagaðilum. Nánari upplýsingar er að finna á www.framfor.is.

Fyrirvari varðandi upplýsingar

Upplýsingar í þessum bæklingi eru ekki ætlaðar til sjálfsgreiningar eða koma í staðinn fyrir faglega læknisráðgjöf. Hafðu alltaf samband við heimilislækni eða heilsugæslu varðandi áhyggjur af heilsu eða krabbameini í blöðruhálskirtli. Hafðu samráð við þína lækna áður en þú byrjar eða hættir í meðferð, þ.m.t. lyfjanotkun.



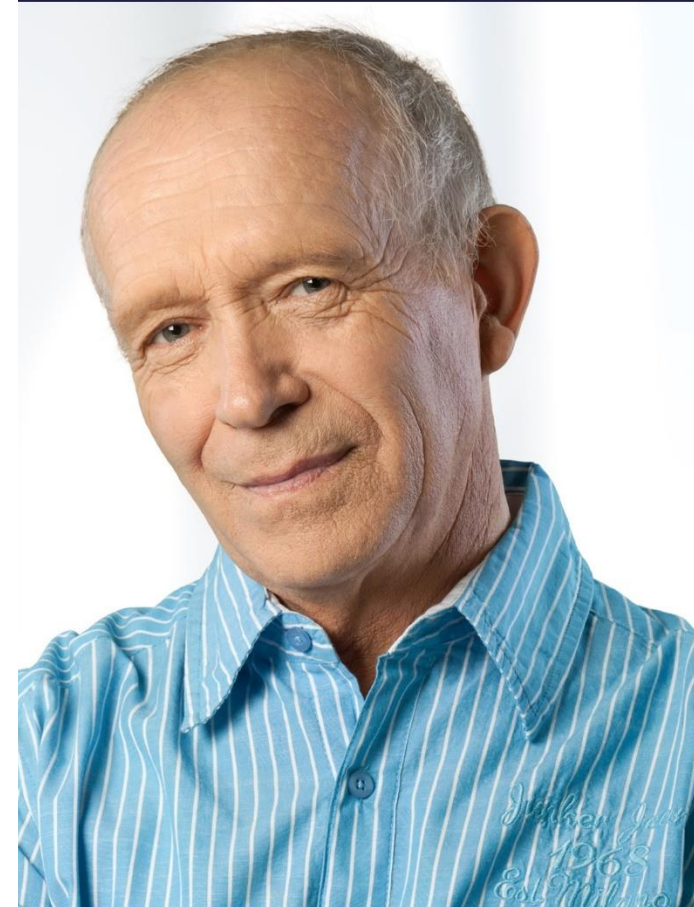
Framför er í samstarfi við Ljósíð endurhæfingar- og stuðningsmiðstöð



Framför er í samstarfi við Félag þvagræralækna á Íslandi



Krabbameinsfélagið Framför er eitt af aðildarfélögum Krabbameinsfélags Íslands



Næstu skref eftir greiningu á krabbameini í blöðruhálskirtli.

Nánari upplýsingar á www.framforiheilsu.is

Ráðgjöf án endurgjalds í síma 5515565 eða tölvupósti framfor@framfor.is

Félag karlanna með krabbamein í blöðruhálskirtli og aðstandenda
Skógarhlíð 8, 105 Reykjavík - Sími 5515565 - www.framfor.is

Félag karlanna með krabbamein í blöðruhálskirtli og aðstandenda
Skógarhlíð 8, 105 Reykjavík - Sími 5515565 - www.framfor.is

Fjölskyldan



Fjölskylda þín og vinir vilja standa með þér en vita stundum ekki hvaða stuðningur kemur þér best eða hvaða aðstoð þú vilt þygga. Sjáfur getur þú verið tvístígandi og vilt jafnvel draga þig sem mest í hlé. Vanmáttartilfinning er algeng þegar nákominn eða góður vinur greinist með krabbamein. Fjölskylda þín og vinir þurfa að fá að fylgjast með, standa þér við hlið og finna sig leggja þér lið. Styrkurinn sem frá þeim kemur verður þér mikils virði.

Ábendingar til maka, umönnunaraðila og fullorðinna barna:

- Virtu ákvarðanir hans.
- Vertu við því búin/n að færni hans og venjur taki breytingum.
- Þú þarft að skilja að það geti verið marskonar tilfinningar í kringum breytingar á hans getu.
- Kynntu þér hvaða áhrif meðferðir geta haft á lundarfar, líkamlega getu, kynlíf, þvaglát og hægðir.
- Það er eðlilegt að finna til einmanaleika, óöryggis og stundum angistar. Leitaðu til stuðningshóps og hvettu sjúklinginn til að gera slíkt hið sama.

Félag karlanna með krabbamein í blöðruhálskirtli og aðstandenda
Skógarhlíð 8, 105 Reykjavík - Sími 5515565 - www.framfor.is

Ábendingar fyrir ung börn (barnabörn)



- Mikilvægt er að börn séu upplýst um veikindi í fjölskyldunni en sníða þarf upplýsingarnar að aldri og þroska þeirra.
- Miklu skiptir að svara börnum heiðarlega og í samræmi við þeirra þroska.

Hægt er að leita til Krabbameinsfélagsins eftir ráðgjöf varðandi að tala við börn um krabbamein. Einnig er hægt að leita til Krabbameinsfélagsins ef börn þurfa á frekari stuðningi að halda.

Stuðningsnetið þitt

Fyrir utan þína nánustu áttu líka vini og samstarfsfólk sem langar að vera til staðar. Láttu þau vita ef þau geta komið að liði með því að koma í spjall, skutla þér til læknis, aðstoða við innkaup eða erfið húsverk. Ekki vera hræddur við að þiggja stuðning fjölskyldu og vina eða vera feiminn við að afþakka stuðning. „Takk fyrir boðið. Má ég eiga þetta inni.“

Takktu á þessu með fjölskyldu og vinum með eðlilegum væntingum og leitaðu stuðnings þar sem það er viðeigandi.

Frekari upplýsingar um þetta er að finna á www.framfor.is

Félag karlanna með krabbamein í blöðruhálskirtli og aðstandenda
Skógarhlíð 8, 105 Reykjavík - Sími 5515565 - www.framfor.is

Ráðgjöf og stuðningur við greiningu



Upplýsingar við greiningu

Krabbameinsfélagið Framför býður upp á viðtal um stöðuna við greiningu á krabbameini í blöðruhálskirtli og til að fá nánari upplýsingar um næstu skref. Á vefsíðunni www.framforiheilsu.is eru góðar upplýsingar fyrir þá sem greinast og þeirra maka og aðstandendur.

Ráðgjöf og jafningjastuðningur

Krabbameinsfélagið er með ókeypis ráðgjöf fyrir einstaklinga, hjón og fjölskyldur og veitir stuðning bæði frá jafningjum og fagfólki; sálfræðingi, félagsráðgjafa og hjúkrunarfræðinga. Krabbameinsfélagið starfrækir með aðildarfélögum sínum stuðningsnet til að komast í samband við fólk sem hefur svipaða reynslu, vegna eigin veikinda og sem aðstandendur.

Endurhæfing

Ljósíð er með fræðslu, upplýsingar, ráðgjöf og stuðning fyrir þá sem hafa farið í meðferð við krabbameini í blöðruhálskirtli og þeirra aðstandendur. Boðið er upp á sérhæfða endurhæfingu og stuðning, þar sem fagfólk aðstoðar við að byggja upp líkamlegt og andlegt þrek og stuðning við að setja sér markmið sem auka daglega virkni og hafa þannig áhrif á lífsgæði almennt.

Félag karlanna með krabbamein í blöðruhálskirtli og aðstandenda
Skógarhlíð 8, 105 Reykjavík - Sími 5515565 - www.framfor.is