

1. Bud'te aktivním pacientem!

Staňte se aktivním partnerem v medicínském rozhodování. Abyste mohli být aktivním partnerem lékaře, měli byste získat dost informací, porozumět podstatě nemoci a jejího léčení.

2. Hledejte pravdu o své nemoci!

Hledejte a poznejte pravdy ohledně své nemoci a ohledně vašich vyhlídek do budoucna (prognózy). Získejte informace od ostatních pacientů se stejnou chorobou, hledejte na internetu na stránkách pro pacienty, eventuálně v odborných knihách, snažte se porozumět zvláštnostem vaší vlastní nemoci.

POZOR - neklad'te otázky, dokud nejste připraveni na odpovědi! Většina nemocných akceptuje rozhodování samotného lékaře. Zkušenosti však ukazují, že k lepším rozhodnutím lze dojít, když je pacient dobře informován a aktivně se na rozhodování podílí.

3. Hledejte nejlepší odbornou radu!

Když je názor Vašeho lékaře odlišný od doporučeného diagnostického či léčebného postupu, požadujte názor jiného odborníka. Je možné zapůjčit si Vaše lékařské nálezy a poskytnout je jinému odborníkovi k vyslovení druhého názoru.

4. Hledejte důvěru ve svého lékaře!

Posuďte nejprve, jak velká je zkušenost vašeho lékaře v léčení Vašeho určitého typu nádoru, zvláště pak, pokud jsou nezbytné složité postupy anebo se využívá nových léčebných metod.

5. Hledejte špičkové pracoviště!

Jestliže Vaše onemocnění má špatnou prognózu anebo Vám bylo řečeno, že trpíte vzácným typem zhoubného nádoru, hledejte vynikající pracoviště alespoň pro zjištění druhého názoru.

6. Řiďte se vlastními hodnotami!

Nedovolte svým pečovatelům, aby promítali své cíle, očekávání a hodnoty do Vás, řiďte se vlastními přáními a předsevzetími.

7. Ekonomická stránka léčení

Uvědomte si, že moderní diagnostika a léčení nádorových onemocnění pomocí drahých moderních přístrojů, vyšetřovacích metod a léků, je nesmírně nákladná. A má-li být účinná, je třeba přesně dodržovat veškerá doporučení Vašeho lékaře.

8. Využijte k boji každý den!

Nakonec - najděte si lékaře, kterému věříte, ale neočekávejte, že bude za všech okolností vždy dokonalý. Osvědčený přístup k léčbě je využít každý den a nedat nádoru šanci růstu odkladem vyšetření a léčby. Jednejte cílevědomě, snažte se činit správná rozhodnutí a neohlížejte se zpět. Šetřete veškerou fyzickou i mentální energii, abyste tolerovali léčbu a přemohli svou nemoc.

9. Léčit potřebuje nejen tělo, ale i duše!

- Co když se nemoc vrátí a zejména bude-li to spojeno s bolestmi? V takovém případě byste měli vědět, že v současnosti je možnost i dlouhodobě tlumit jakoukoliv bolest a že existují odborníci na léčbu bolesti, kteří by v takové situaci byli schopni se o Vás i dlouhodobě postarat.
- Jak zvládnou náročnou nemoc?
- Mám sdílet, či potlačit své obavy a pocity se svými milovanými dětmi?
- I když bude mít má nemoc dobrou prognózu, jak budu schopen žít od kontroly ke kontrole?
- Co mám dělat, abych posílil své tělo i duši pro boj s nádorovým onemocněním?

Pokud máte otázky, hledejte na ně odpovědi. Pomocníkem by Vám měl být klinický psycholog, kterého Vám může doporučit Váš lékař. Nezapomeňte léčit svou mysl, podobně jako své tělo. Poté, co jste porozuměli své nemoci, našli nejlepšího možného lékaře a dostáváte nejlepší možnou léčbu, musíte se ještě vypořádat s náročnými mentálními stránkami onemocnění nádorem. Moderní účinná protinádorová léčba může být často spojena s nepříjemnými, byť i jen dočasnými potížemi.

10. Váš přístup je Vaší vlastní, nejmocnější zbraní proti zhoubnému novotvaru!

Vedle moderní léčby, je Váš přístup a vaše víra v uzdravení nejmocnějšími zbraněmi proti Vašemu nádorovému onemocnění.

Modifikováno podle osobního doporučení úspěšného onkologického pacienta

Vypracoval/a: Renáta Nová s. s.

Schválil/a: MUDr. Gabriela Krákorová, Ph.D.

Dne: 6.5.2016

Platnost do: revize