



CONSELLS ÚTILS I QÜESTIONS PRÀCTIQUES

A PREGUNTAR DURANT LA VISITA MÈDICA

FECEC
Junts contra el càncer

ECL PATIENT
SUPPORT
WORKING GROUP

www.juntscontraelcancer.cat





SOBRE EL GRUP DE TREBALL DE SUPORT AL PACIENT

Des del 2007, el Grup de Treball de Suport al Pacient de l'ECL (*) connecta els experts en atenció al càncer per compartir coneixements i per col·laborar en l'elaboració de guies i materials informatius amb l'objectiu de sensibilitzar i millorar la qualitat en l'atenció del pacient amb càncer.

AUTORS



- Alrik Meesen, Policy Officer – Quality of Life Department, Dutch Cancer Society
- Hans Neefs, Expert on Cancer Care and Treatment, Stand Up to Cancer Flanders
- Monick Leal, Psychologist, Portuguese League Against Cancer
- Maria Ioannidou, Director, Cyprus Anti-Cancer Society
- Sigrún Lillie Magnúsdóttir, Manager of Counselling and Support Centre, Icelandic Cancer Society
- Imre Gaál, Vice President, Hungarian League Against Cancer
- Dervilia Kernaghan, Head of Patient Care Services, Cancer Focus Northern Ireland

COORDINADOR



- Anna Prokúpková, Association of European Cancer Leagues (ECL)

TRADUCCIÓ, ADAPTACIÓ I PUBLICACIÓ



- Patricia Martí Augé, Psicooncòloga F. Oncolliga, Federació Catalana Entitats contra el Càncer (FECEC)
- Clara Rosàs, Gerent, Federació Catalana Entitats Contra el Càncer

La Federació Catalana Entitats contra el Càncer (FECEC) pertany a l'European Cancer Leagues des de l'any 2014. Aquest document és un extracte del document original publicat per l'ECL i que pots trobar [aquí](#). Ha estat traduït, adaptat i publicat per la FECEC el desembre 2019.

(*) Patient Support Working Group (PSWG) of the Association of European Cancer Leagues (ECL)



CONSELLS ÚTILS I QÜESTIONS PRÀCTIQUES A PREGUNTAR DURANT LA VISITA MÈDICA

COSES A FER ABANS DE LA VISITA



Demandar a un familiar, amic, parella o cuidador que ens acompanyi a la cita/visita concertada



Fer una llista de les preguntes que volem que ens contestin



Portar una llista de totes els medicaments i pastilles que prenem, incloent vitamines i suplementes



Apuntar detalls dels símptomes que tenim, incloent també quan van començar i què els fa millorar o empitjorar

ABANS DE SORTIR DE LA VISITA



Comprovar que hem preguntat totes les preguntes de la nostra llista



Assegurar que sabem quins són els següents passos a fer



Preguntar amb qui hem de contactar en cas de tenir problemes o d'altres preguntes



Demandar quines són les fonts d'informació fiables sobre la malaltia i sobre les opcions de tractament

COSES A RECORDAR DURANT LA VISITA



No tenir por de demanar als metges que repeteixin i/o aclareixin allò que diuen



Demandar al professional de la salut si es pot gravar la conversa al mòbil



Demandar a un familiar que prengui notes per nosaltres

EN TORNAR A CASA DESPRÉS DE LA VISITA



Guardar totes les anotacions de manera adequada, per si mai necessitem revisar-les



Reservar les dates de les properes visites a la nostra agenda



Comentar els resultats de la visita amb els nostres éssers estimats



EXEMPLES DE PREGUNTES A FER DURANT LES VISITES AL LLARG DE TOT EL PROCÉS ONCOLÒGIC

Aquest document recull una sèrie d'exemples de possibles preguntes a fer durant les visites al llarg de tot el procés oncològic. Es recomana triar aquelles preguntes que poden recollir millor les inquietuds i dubtes personals en cada moment.

Cliqueu a sobre de l'apartat que voleu consultar:





EXEMPLES DE PREGUNTES A FER DURANT LES VISITES AL LLARG DE TOT EL PROCÉS ONCOLÒGIC



DIAGNÒSTIC

- Quin tipus de càncer tinc i a quina part del meu cos?
- En quin estadi està el meu càncer? S'ha estès a d'altres parts del meu cos?
- Es pot curar el meu càncer?
- Què signifiquen els resultats de les proves?
- Quin és el proper pas?
- Tenen informació escrita? On la puc trobar?
- On puc aconseguir informació fiable sobre la meua malaltia?



TRACTAMENT

- Hi ha altres opcions de tractament?
- On puc trobar informació sobre assajos clínics? Com puc sol·licitar-los?
- Quins són els pros i contres del tractament proposat i quines són les altres opcions?
- Quin tractament em recomanaria? Per què?
- Quin és l'objectiu del tractament proposat?
- Quines són les probabilitats de que el tractament sigui efectiu?
- Quan tindrà els resultats de les proves que indiquin si el meu pla de tractament ha estat efectiu?
- A qui he de trucar si necessito més explicacions?
- Quan durarà el tractament?
- Què passa si jo no em vull sotmetre a cap tractament?
- Hi ha alguna cosa que jo hagi de deixar de fer o evitar durant el tractament?
- Hi ha alguna cosa que jo pugui fer per ajudar-me?



EXEMPLES DE PREGUNTES A FER DURANT LES VISITES AL LLARG DE TOT EL PROCÉS ONCOLÒGIC



SEGONA OPINIÓ

- Jo confio en vostè i aprecio la seva ajuda rebuda fins a ara, però això és quelcom nou per a mi, així que m'agradaria demanar una segona opinió abans de continuar. Quin és el procediment a seguir?
- Una segona opinió em donaria tranquil·litat de que el seu diagnòstic i pla de tractament són la millor opció per a mi. Quin seria el procediment a seguir? Estic pensant en rebre una segona opinió. Vostè m'ajudaria amb això?



DURADA DEL TRACTAMENT

Cirurgia

- Per quan està prevista?
- Quant de temps durarà?
- Quant de temps durarà l'hospitalització?

Quimioteràpia

- Quan començaré amb la quimioteràpia?
- Quantes sessions rebré?
- Quant dura una sessió?
- Com són els períodes de descans entre les sessions de quimioteràpia?
- Si tinc preguntes durant el tractament, amb qui he de contactar?

Radioteràpia

- Quan de temps dura una sessió?
- Quin és l'interval entre sessions?
- Quant de temps durarà el meu tractament?



EXEMPLES DE PREGUNTES A FER DURANT LES VISITES AL LLARG DE TOT EL PROCÉS ONCOLÒGIC



EFECTES SECUNDARIS

- Hi ha alguns efectes secundaris o riscos relacionats amb el tractament recomanat (quimioteràpia/radioteràpia/cirurgia...)?
- Quin podria ser l'impacte d'aquest tractament en la meua qualitat de vida?
- Quins són els efectes secundaris freqüents del tractament proposat (cirurgia/quimioteràpia/radioteràpia/immunoteràpia...) i amb quina freqüència es pateixen?
- On puc aconseguir ajuda professional si es donen aquests efectes secundaris?
- Hauré d'adaptar la meua rutina diària (nens, feina, activitat física,...)?
- Es normal sentir fatiga, tenir un estat anímic baix, estar irritable...? Què puc fer per solventar- ho?



SEXUALITAT

- Podem rebre ajuda professional, la meua parella i jo, per aquests problemes? On?
- Què puc fer si sento sequedat vaginal?
- Què puc fer si experimento disfunció erèctil?
- Puc rebre ajuda sobre aspectes de relació i comunicació amb la meua parella?
- Es normal que el tractament proposat estigui afectant el meu desig sexual?
- Recuperaré el meu desig sexual?
- Té la meua imatge corporal un efecte en la meua sexualitat? Què puc fer si sento dolor durant les relacions sexuals?
- Els efectes secundaris que estic patint a nivell sexual seran permanents? Marxaran per sí sols?



EXEMPLES DE PREGUNTES A FER DURANT LES VISITES AL LLARG DE TOT EL PROCÉS ONCOLÒGIC



SUPORT PSICOSOCIAL

- On puc rebre suport psicosocial?
- Aquesta notícia m'ha desbordat. No sé com afrontar aquesta situació. Què puc fer?
- Amb qui he de contactar si em preocupa el meu tractament i els símptomes?
- A qui he de trucar per parlar de les coses que m'estan estressant?
- Em pot aconsellar sobre com transmetre informació als meus éssers estimats, amics i coneguts?
- La meua família està angoixada. On pot demanar ajuda?



REHABILITACIÓ-SUPORT

- De quins tipus de programes de rehabilitació-recuperació puc disposar?
- Quin tipus de suport hi ha per ajudar-me a recuperar la meua força i capacitats després del tractament/cirurgia?
- Tindrè algun tipus d'afectació? Què puc fer al respecte?
- Tindrè dolor? Quines opcions hi ha per ajudar a alleugerir el dolor?
- Hi ha alguna activitat rutinària o teràpia que hauria de fer? Durant quant de temps?
- Hi ha algun material de suport que sigui beneficiós per a mi?



EXEMPLES DE PREGUNTES A FER DURANT LES VISITES AL LLARG DE TOT EL PROCÉS ONCOLÒGIC



ORGANITZACIONS DE PACIENTS

- Hi ha alguna organització de pacients en el meu municipi on pugui adreçar-me per rebre suport?
- On puc trobar un grup d'ajuda?
- Quins tipus de serveis ofereixen les organitzacions de pacients?
- Durant quan de temps?
- Ofereixen els seus serveis als familiars dels pacients?



D'ALTRES PREGUNTES

- Amb qui he de contactar si tinc problemes econòmics?
- Puc aconseguir ajuda en algun lloc per tornar a la feina?
- Quan podré tornar a la meva rutina diària?
- Puc disposar d'ajuda a domicili? On em podria derivar?
- Puc disposar d'altres ajuts i suports?