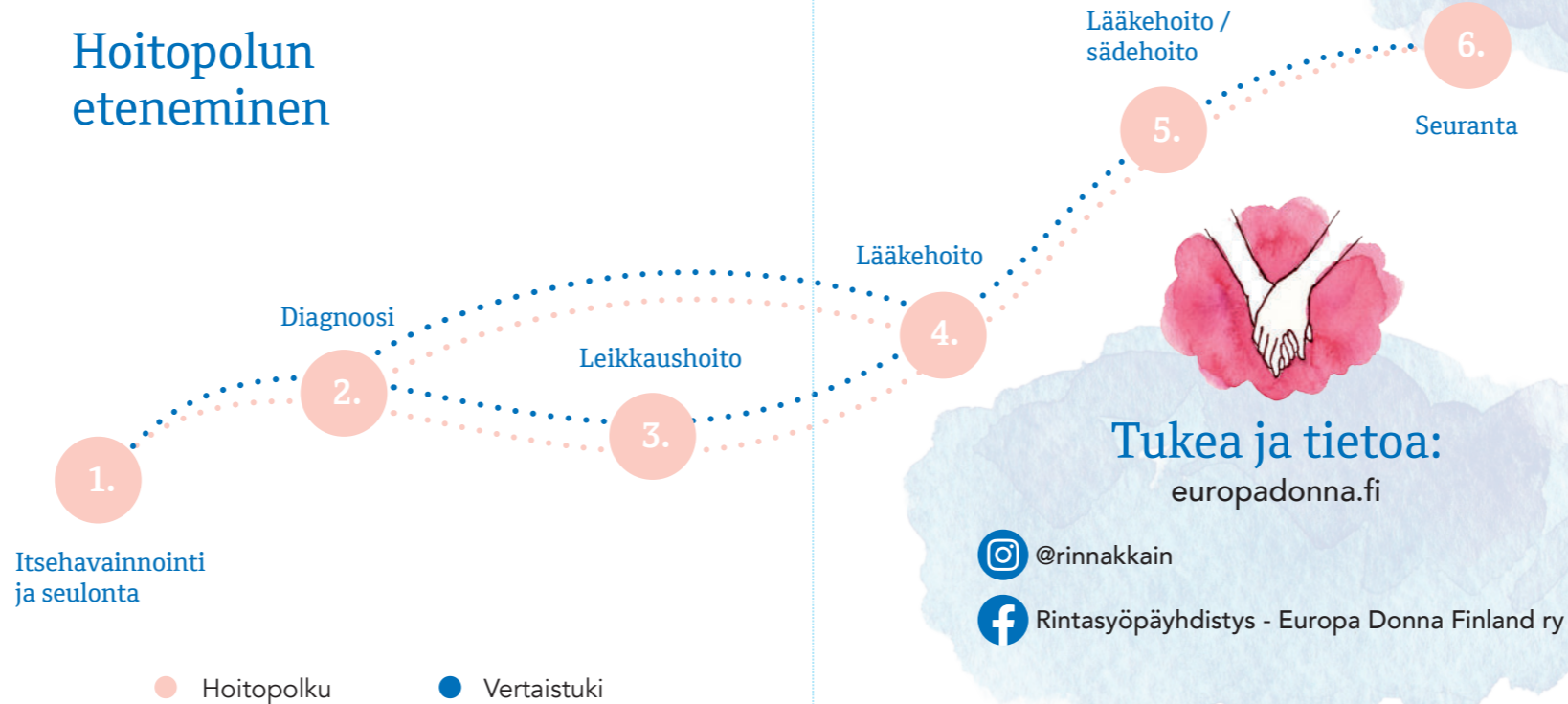


Tukea rintasyöpöpotilaan lääkärikäynneille



Hoitopolun eteneminen



NOVARTIS

on tukenut oppaan tuottamista.



Rintasyöpäyhdistys - Europa Donna Finland ry
on rintasyöpään sairastuneiden oma potilasjärjestö.
Toiminnan ydin on vertaistuki sekä luotettavan tiedon ja
toivon välittäminen. Kuulumme Syöpäjärjestöihin ja olemme
kansainvälisen Europa Donna-rintasyöpäjärjestön jäsen.

Tukea rintasyöpöpotilaan lääkärikäynneille

Kysy näitä asioita lääkäriltäsi tarpeen mukaan hoitosi edetessä

Diagnoosi



- Voidaanko syöpäni parantaa?
- Miten diagnoosia tulkitaan, mitä eri lyhenteet ja prosentit tarkoittavat?
- Miten pitkään hoidot kestävät?
- Miksi joskus aloitetaan lääkehoidolla eikä leikkauksella?
- Pitääkö minun jäädä pois töistä?
- Mistä tiedetään, onko syöpä levinnyt?
- Mikä todennäköisyys syöpäni uusiutumisella on?
- Kuka voi auttaa, jos diagnoosi ahdistaa?

Leikkaushoito



- Pitääkö koko rinta poistaa (ja miksi)?
- Onko rinnan osapoisto yhtä turvallinen kuin kokopoisto?
- Millaisia riskejä leikkaukseen liittyy?
- Miten valmistaudun leikkaukseen?
- Mistä tiedetään, onko leikkaus onnistunut?
- Miten hoidan leikkaushaavaa?
- Kuinka kauan toipuminen kestää? Miten voin itse nopeuttaa toipumista?
- Saanko uuden rinnan, jos rinta poistetaan?
- Milloin korjausleikkaus voidaan tehdä?

Leikatun rinnan hoito, fysioterapia



- Onko välttämätöntä tehdä yläraajan liikuntaharjoitteita, vaikka se sattuu?
- Miten estän lymfastrangit? Voinko itse käsitellä niitä vai tarvitsenko ammattilaisen apua?
- Milloin voi aloittaa muun liikunnan leikkauksen jälkeen?
- Voinko harrastaa kaikenlaista liikuntaa?
- Millaista liikuntaa minun kannattaa harrastaa?
- Miten lymfaturvotusta hoidetaan ja mistä saan lymfajumppaohjeita?
- Mitkä ovat lymfaturvotuksen oireet? Tuleeko lymfaturvotusta kaikille? Milloin lymfaturvotusta voi tulla?
- Kuinka pian leikkauksen jälkeen voin mennä saunaan, uimahalliin tai uimaan järveen tai mereen?
- Jos minulta poistetaan rinta, saanko käyttää uimapukua uimahallin suihkutiloissa?
- Saanko käydä hieronnassa ja mitä kerron hierojalle sairaudestani?

Sädehoito



- Mitä sädehoito tarkoittaa?
- Mitä säteily aiheuttaa kehossani?
- Onko minun vältettävä sädehoidon jälkeen läheisiäni?
- Miten sädehoitoon valmistaudutaan?
- Kuinka kauan sädehoito kestää?
- Vaikuttaako sädehoito hedelmällisyyteen?
- Mitä pitäisi välttää hoidon aikana?
- Syntyykö hoidosta pitkäaikaisia haittoja?
- Voinko saada sädehoitoa uudestaan, jos syöpä uusiutuu?

Lääkehoito



- Miksi minulle on valittu juuri tämä hoito ja miksi se on paras juuri minulle?
- Onko hoidolle vaihtoehtoja? Mitkä ovat niiden edut ja haitat?
- Millaisia haittavaikutuksia lääkehoidolla on?
- Aiheuttavatko hoidot pahoinvointia? Miten pahoinvointia voi helpottaa?
- Miten hoidot vaikuttavat hedelmällisyyteeni ja voidaanko munasolujani tarvittaessa pakastaa?
- Käynnistävätkö hoidot vaihdevuodet tai vaikuttavatko ne vaihdevuosiin?
- Lisäävätkö hoidot osteoporoosiriskiä ja miten sitä voi ehkäistä?
- Mitkä ovat osteoporoosin oireet? Miten osteoporoosiriskiä seurataan?
- Keneen otan yhteyttä, jos hoidosta seuraa ongelmia?
- Onko lääkettä mahdollista vaihtaa, jos haittavaikutukset ovat todella pahat?
- Muistini ja keskittymiskykyni tuntuvat heikentyneen hoitojen aikana, onko se pysyvää?

Hoidon tuki



- Voinko itse vaikuttaa hoitojen onnistumiseen? Miten?
- Voinko saada rahallista tukea hoitomaksuihin?
- Voinko tulla hoitoihin omalla autolla ja tarvitsenko saattajaa?
- Mistä saan psykososiaalista ja vertaistukea? Entä läheiseni?
- Voiko syöpäni olla perinnöllinen ja kannattaako se tutkia?

Seuranta ja oireet



- Kuinka pitkään seuranta jatkuu ja mitä siihen kuuluu?
- Tapaanko aina saman lääkärin tai hoitajan?
- Mihin otan yhteyttä, jos minulle tulee kysyttävää?
- Miten toimin, jos muutan toiselle paikkakunnalle?
- Mitä tapahtuu, kun seuranta loppuu?
- Mistä oireista on syytä huolestua ja hakeutua lääkäriin?
- Entä jos sairastun uudelleen?
- Mistä saan apua, kun uudelleensairastumisen pelko ahdistaa?
- Onko normaalia, että olen edelleen väsynyt, vaikka hoidosta on jo kuukausia?
- Millaisia fyysisiä ja psyykkisiä oireita voi tulla hormonihoitosta? Miten näitä oireita voi helpottaa?

Ravitsemus ja itsehoito



- Vaikuttaako ruokavalio sairastumiseen?
- Tarvitseeko minun tehdä muutoksia ruokavaliiooni?
- Voinko liikkua ja urheilla aiempaan tapaan?
- Mitkä ruoka-aineet ovat hyvästä tai pahasta?
- Voinko vaikuttaa parantumiseeni ruokavaliolla tai liikunnalla?
- Kenen puoleen käännyn, jos tarvitsen apua toipumistani tukevissa elämäntapamuutoksissa?
- Mitä lisäravinteita voin käyttää hoitojen aikana?
- Voinko juoda alkoholia hoidon aikana?