

Guida alle visite e alla discussione con il personale sanitario

Prima della visita

- Redigi un elenco di cose che desideri discutere con il tuo medico, tra cui:
 - **Eventuali domande da porre**
 - **Il tuo stato di salute**
 - **Eventuali cambiamenti che hai notato nel corpo**
 - **Preoccupazioni o timori, inclusi quelli relativi al lavoro o alla tua famiglia**
 - **Questioni correlate al tuo trattamento**
 - **Supporto o risorse disponibili**
- Se hai un calendario, un diario o un altro modo per tenere traccia del tuo trattamento, assicurati di averlo compilato e portalo con te. In questo modo aiuterai il medico a capire rapidamente se sono necessarie modifiche al trattamento
- Decidi se desideri che un amico o una persona cara venga con te alla visita. Essere accompagnato non solo ti offrirà un ulteriore supporto emotivo, ma significherà che un'altra persona potrà ascoltare ciò che ti dirà il medico
- Pianifica in anticipo come arrivare al luogo della visita. Potresti voler controllare gli orari dei trasporti pubblici o chiedere a qualcuno di darti un passaggio, oltre a portare delle monete per il parcheggio dell'ospedale
- Se devi sottoposti a un esame, verifica se devi seguire qualche consiglio in anticipo

Durante la visita

Ricorda che la visita è un'occasione per parlare specificamente di te, del tuo corpo e della tua salute. Di seguito ti forniamo alcuni suggerimenti per darti supporto durante la visita, assicurarti di porre domande utili ed essere in grado di comprendere le risposte del medico.

- Prendi appunti durante la visita per ricordarti cosa ha detto il medico. Se porti qualcuno con te, anche quest'altra persona può prendere appunti
- Se il medico lo consente, potresti voler registrare la visita
- Non aver paura di chiedere al medico o al team sanitario di ripetersi. Se non capisci cosa dicono, diglielo così che provino a riformulare in un modo che comprendi meglio
- Prova a ripetere al tuo medico le informazioni che ti dice, ad es. iniziando con "Quindi dice che dovrei ...". Questo può aiutarti a chiarire ciò che viene detto e a ricordarlo dopo la visita

Guida alle visite e alla discussione con il personale sanitario

Se ricevi i risultati di un esame recente, considera di porre alcune delle domande seguenti per aiutarti a sfruttare appieno il tuo tempo con l'oncologo:

- Come le sembrano i risultati di questo esame rispetto al precedente?
- Cosa significa per me?
- Il trattamento ha avuto effetto sul cancro?
- Sono questi i risultati che si aspetterebbe da un paziente come me, data la mia diagnosi e lo stadio del cancro?
- Quali sono le prossime fasi del trattamento, in base a questi risultati?
- Vi sono alcuni risultati dell'esame poco chiari? Un ulteriore esame fornirebbe altre informazioni?
- Ci saranno degli esami di follow-up? Scansioni o altro?
- Questi risultati implicano che io debba cambiare i farmaci che sto assumendo?
- Devo apportare modifiche al mio stile di vita in base a questi risultati?
- Posso verificare che abbia capito bene ciò che ha detto? Quel che ho capito è che...
- Posso avere una copia di questi risultati o un documento che li riassume?
- Questi risultati (ed eventuali loro implicazioni) verranno condivisi con il mio medico di base/di famiglia?
- Quando dovrò effettuare un altro esame?
- Se ho delle domande di approfondimento dopo oggi, chi posso contattare?
- Può consigliarmi altri gruppi o organizzazioni se ho bisogno di ulteriore assistenza riguardo a questi risultati?

Dopo la visita

Dopo la visita, è importante riesaminare e consolidare le informazioni apprese. Puoi anche confrontare le tue note con quelle prese da chi ti ha accompagnato.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Date: **Appointment:**