DOPORUČENÍ PACIENTSKÉ RADY FTN

Co je třeba zajistit před zahájením onkologické léčby

Období mezi stanovením diagnózy nádorového onemocnění a zahájením léčby by mělo být co nejkratší a zpravidla by nemělo přesáhnout několik týdnů. V době, kdy lékaři vyšetřují nádorový vzorek, zjišťují přesný rozsah choroby a určují optimální způsob léčby je vhodné tento čas využít k přípravě na následující léčbu. Jedná se o běžná pravidelná vyšetření, na které však ve shonu událostí všedního dne člověk může zapomenout. Pokud by však chyběli při příchodu k plánování léčby, mohlo by někdy dojít k jejímu zbytečnému odkladu.

Co je třeba zajistit, připravit či naplánovat?

- Ověřte si platnost svého pravidelného očkování a případně jej po konzultaci s praktickým lékařem doplňte.
- Před zahájením léčby doporučujeme preventivní vyšetření u zubního lékaře, pokud od poslední prohlídky uplynulo více než 6 měsíců.
- Ženy by měly absolvovat preventivní gynekologickou prohlídku, pokud od poslední kontroly uplynul více než 1 rok.

Co zlepší snášenlivost onkologické léčby?

- Pokud kouříte, využijte pomoc poradny pro odvykání kouření a pokuste se s kouřením přestat. Pokud se vám to zatím nedaří, může být přechod na elektronické cigarety méně rizikovou alternativou.
- Pokud pijete větší množství alkoholu, snažte se jeho konzumaci výrazně omezit nebo zcela vynechat. Dobrá funkce jater je důležitá pro zvládnutí onkologické léčby.
- Dbejte na dostatečný příjem tekutin, pravidelnou stravu, pohyb a dostatek spánku.

Co si připravit na první vyšetření u onkologa?

První návštěva onkologa je důležitým krokem při plánování léčby. První vyšetření u onkologa slouží především k seznámení s Vaším onemocněním, zhodnocení dosavadních výsledků a vytvoření individuálního léčebného plánu. Nebojte se ptát na vše, čemu nerozumíte. Dobrá informovanost a aktivní spolupráce pacienta jsou důležitou součástí úspěšné léčby.

- Přineste si zdravotnickou dokumentaci - všechny výsledky vyšetření, které jste již absolvoval (histologie, popisy CT…), výsledky laboratorních vyšetření a doporučení k návštěvě onkologa, nezapomeňte pak s sebou vzít kartičku zdravotní pojišťovnu a občanský průkaz
- Napište si dopředu dotazy, které Vás zajímají na papír nebo do poznámek v mobilu (v ambulanci se dozvíte spoustu věcí a na Vaše dotazy si nemusíte vzpomenout)
- Rozmyslete si, zda budete na léčbu potřebovat vystavit pracovní neschopnost
- Sestavte si seznam a rozpis léků, které užíváte
- Vezměte si s sebou doprovod - je vhodné přijít s blízkou osobou, sdělených informací je první návštěvu hodně a doprovod může poskytnout psychickou podporu.
- Nezapomeňte si vzít s sebou brýle na čtení a naslouchátko
- Připravte si pití, případně malou svačinu a něco ke čtení, protože první návštěva může trvat déle.
- Promyslete si, které osoby mohou být informovány o Vašem zdravotním stavu.
- Informace na internetu vyhledávejte jen na ověřených webech:
    - https://hlaspacientu.cz/edukacni-materialy/
    - https://www.mou.cz/vse-o-zhoubnych-nadorech/t1412
    - https://www.lpr.cz/prevence-a-lecba/edukacni-a-poradenske-publikace

Společně pro lepší péči!