

Είναι σημαντικό να κάνετε ερωτήσεις

Καταγράψτε οποιεσδήποτε ερωτήσεις σκεφθείτε, οι οποίες δεν αναφέρονται εδώ.



Παρακαλείστε να κρατήσετε αυτή τη λίστα ερωτήσεων και υποδείξεων, δεδομένου ότι θα βοηθήσει εσάς και την οικογένειά σας σε μελλοντικές επισκέψεις.



The
University
of Sydney

Το Κέντρο Ιατρικής Ψυχολογίας και Λήψης Τεκμηριωμένων Αποφάσεων (Centre for Medical Psychology and Evidence-based Decision-making) είναι μια διεπιστημονική ομάδα έρευνας που ειδικεύεται στην ψυχοκοινωνική πλευρά του καρκίνου και την επικοινωνία μεταξύ γιατρού και ασθενούς. Η ομάδα απαρτίζεται από ερευνητές διαφόρων ειδικοτήτων που περιλαμβάνουν ψυχολογία, ιατρική, δημόσια υγεία και νοσηλευτική.

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε την ιστοσελίδα:
www.psych.usyd.au/cemped

Το Αντικαρκινικό Ινστιτούτο NNO (Cancer Institute NSW) είναι ο πρώτος στην Αυστραλία κυβερνητικά στηριζόμενος οργανισμός που καλύπτει όλη την πολιτεία και είναι αφοσιωμένος στον έλεγχο και τη θεραπεία του καρκίνου μέσω πρόληψης, ανίχνευσης, καινοτομίας, έρευνας και πληροφόρησης.

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε την ιστοσελίδα:
www.cancerinstitute.org.au

Greek

Όταν έχετε
καρκίνο...

είναι σημαντικό
να κάνετε
ερωτήσεις

Ερωτήσεις σχετικά με τις
Συμπληρωματικές
Θεραπείες

Ερωτήσεις σχετικά με τις Συμπληρωματικές Θεραπείες

Είναι σημαντικό να κάνετε ερωτήσεις σχετικά με τις συμπληρωματικές θεραπείες που σας ενδιαφέρουν. Αυτό θα σας βοηθήσει να λαμβάνετε αποφάσεις σχετικά με τα είδη των συμπληρωματικών θεραπειών που θα σας ωφελούσαν και θα ήταν ασφαλείς για εσάς. Διαβάστε αυτές τις ερωτήσεις και σημειώστε αυτές που σας αφορούν για να σας βοηθήσουν στις συζητήσεις σας με «συμπληρωματικούς θεραπευτές», γιατρούς ή άλλους επαγγελματίες υγείας.

Πράγματα που πρέπει να εξετάζετε προτού κάνετε συμπληρωματικές θεραπείες

Ακολουθούν μερικές ερωτήσεις που συνιστούμε να ρωτήσετε όταν αποφασίζετε ποιες συμπληρωματικές θεραπείες να κάνετε ή να μην κάνετε:

- Θα με βλάψει άμεσα η θεραπεία επειδή:
 - έχει παρενέργειες;
 - έχει πιθανές αλληλεπιδράσεις με άλλα φάρμακα;
 - χρειάζεται να σταματήσω τη συμβατική θεραπεία;
 - μου είπε ο θεραπευτής να σταματήσω ή να καθυστερήσω κάθε συμβατική θεραπεία;
- Υπερβαίνει τις οικονομικές μου δυνατότητες το κόστος των θεραπειών ή φαρμάκων;

Για να μπορέσετε να απαντήσετε στα ερωτήματα αυτά, θα χρειαστεί να μιλήσετε με «συμπληρωματικούς θεραπευτές» και γιατρούς. Ανάλογα με τον τομέα της ειδικότητάς τους, μπορεί να μη γνωρίζουν τις απαντήσεις σε ορισμένες από αυτές τις ερωτήσεις και ίσως χρειαστεί να εργαστείτε από κοινού για να μάθετε περισσότερες πληροφορίες.

Γενικές ερωτήσεις που συνιστούμε να υποβάλετε σε κάποιον ενδεχόμενο «συμπληρωματικό θεραπευτή»

- Ποια είναι τα προσόντα σας; Είστε μέλος μιας επαγγελματικής ένωσης;
- Τι κατάρτιση ή εμπειρία έχετε στη θεραπεία ατόμων που πάσχουν από καρκίνο; Έχετε χορηγήσει θεραπεία σε κάποιον που έχει τον ίδιο καρκίνο με εμένα;
- Είστε διατεθειμένος/η να συνεργαστείτε με τους γιατρούς μου ή άλλους επαγγελματίες υγείας που ίσως χρειάζεται να βλέπω;
- Πώς μπορούν να με βοηθήσουν οι θεραπείες που ασκείτε; Υπάρχουν οποιεσδήποτε συγκεκριμένες προφυλάξεις που θα παίρνατε για εμένα;
- Υπάρχουν παρενέργειες ή κίνδυνοι που συνδέονται με αυτές τις θεραπείες;
- Έχει δοκιμαστεί η θεραπεία σε κλινικές δοκιμές;

- Έχουν δημοσιευθεί τα ευρήματα και είναι διαθέσιμα για να τα διαβάσω;
- Μπορούν αυτές οι θεραπείες να συνδυαστούν με συμβατική θεραπεία;
- Πόσο καιρό θα πρέπει να κάνω αυτή τη θεραπεία και πώς θα ξέρω αν είναι αποτελεσματική;
- Μπορείτε να κάνετε κατ' οίκον επισκέψεις αν δεν είμαι αρκετά καλά για να έρθω στην κλινική σας;
- Πόση ώρα διαρκούν οι επισκέψεις σας;
- Τι χρεώνετε για μια επίσκεψη;

Γενικές ερωτήσεις που συνιστούμε να υποβάλετε στο γιατρό σας

- Είστε εξοικειωμένος/η με τις συμπληρωματικές θεραπείες ή φάρμακα;
- Έχετε ειδικευση σε ορισμένες συμπληρωματικές θεραπείες εσείς ο ίδιος;
- Υπάρχουν οποιεσδήποτε συμπληρωματικές θεραπείες που νομίζετε ότι μπορεί να με ωφελήσουν;
- Θα συμφωνούσατε να κάνω συμπληρωματικές θεραπείες;
- Θα ήσασταν πρόθυμος/η να συνομιλήσετε με τους συμπληρωματικούς θεραπευτές μου σχετικά με την περίπτωσή μου;
- Γνωρίζετε αν τα συμπληρωματικά φάρμακα που παίρνω ή επιθυμώ να πάρω θα παρεμποδίζουν τη χημειοθεραπεία ή άλλες συμβατικές θεραπείες μου;

Ερωτήσεις για τον επαγγελματία υγείας σας σχετικά με συγκεκριμένες θεραπείες

Τεχνικές Νου - Σώματος

- Τι είδους θεραπευτής θα ήταν ο καλύτερος για τα προβλήματά μου;
- Μπορείτε να με παραπέμψετε σε έναν ψυχολόγο ή σύμβουλο;

Πρακτικές που βασίζονται στο σώμα

- Υπάρχουν οποιεσδήποτε μορφές μασάζ ή σωματικής άσκησης που θα με ωφελούσαν;
- Θα με συμβουλευάτε να μην κάνω κάποια συγκεκριμένη μορφή μασάζ ή σωματικής άσκησης;
- Μπορείτε να μου παράσχετε μια επιστολή με την οποία να μου δίνετε την έγκρισή σας για να κάνω μασάζ ή άλλη θεραπεία σωματικής άσκησης;
- Υπάρχουν οποιεσδήποτε σημεία του σώματός μου, όπου ο θεραπευτής χρειάζεται να προσέχει ιδιαίτερα; Μπορεί να αγγίξει αυτό το σημείο ή θα πρέπει να το αποφεύγει εντελώς;

- Μπορώ να κάνω βελονισμό πριν ή/και μετά από χειρουργική επέμβαση, χημειοθεραπεία ή ακτινοθεραπεία;
- Τι προφυλάξεις θα πρέπει ενδεχομένως να παίρνω;
- Τι είδος άσκησης θα με ωφελούσε περισσότερο;
- Θα μπορούσα να συμμετέχω σε τάσι, τσι γκονγκ ή γιόγκα;
- Ποιο θα ήταν το κατάλληλο επίπεδο έντασης της άσκησης για εμένα;

Θεραπείες που βασίζονται στη βιολογία

Διατροφή

- Υπάρχουν κάποιες διατροφικές αλλαγές που θα πρέπει να κάνω για τη γενική μου ευημερία;
- Θα πρέπει να τρώω βιολογικά τρόφιμα (organic foods);
- Υπάρχουν οποιαδήποτε συμπληρώματα βιταμινών ή ιχνοστοιχείων που βοηθούν με συγκεκριμένες παρενέργειες οι οποίες προκαλούνται από συμβατική θεραπεία;
- Θα έπρεπε να παίρνω πολυβιταμίνες;
- Τι μπορώ να τρώω για να βελτιωθεί η χώνεψη και αφοδέυση;
- Υπάρχουν οποιαδήποτε τρόφιμα ή συμπληρώματα που θα πρέπει οπωσδήποτε να παίρνω ή οπωσδήποτε να αποφεύγω κατά τη διάρκεια και μετά τη θεραπευτική αγωγή του καρκίνου;
- Θα πρέπει να δω έναν διαιτολόγο ή διατροφολόγο;

Φάρμακα από βότανα

- Υπάρχουν κάποια βότανα που θα συνιστούσατε κατά τη διάρκεια ή μετά τη θεραπευτική αγωγή του καρκίνου;
- Υπάρχουν κάποια βότανα που δεν θα πρέπει να παίρνω λόγω της φαρμακευτικής αγωγής, χειρουργικής επέμβασης ή άλλων συμβατικών θεραπευτικών αγωγών;
- Αν παίρνω βοτανοθεραπευτικά φάρμακα, τότε θα πρέπει να τα παίρνω σε σχέση με τα άλλα μου φάρμακα ή συμβατικές θεραπείες;
- Ενδείκνυται να τα παίρνω ταυτόχρονα ή θα πρέπει να τα παίρνω μια διαφορετική ώρα;
- Μπορώ να χρησιμοποιήσω κρέμα από βότανα για να με βοηθήσει με την κοκκινίλα που προκαλεί η ακτινοβολία;
- Ενδείκνυται να πίνω τσάι από βότανα ως γενικό αφέψημα;

Άλλες θεραπείες

Ανθοϊάματα (φάρμακα από λουλούδια) και ομοιοπαθητική

- Θα έχω οποιεσδήποτε παρενέργειες από αυτές τις θεραπείες;
- Ενδείκνυται να χρησιμοποιώ αυτές τις θεραπείες ανά πάσα στιγμή;
- Νομίζετε ότι θα με ωφελούσαν τα ανθοϊάματα ή η ομοιοπαθητική;

Αυτή η δημοσίευση καταρτίστηκε από το Αντικαρκινικό Ινστιτούτο NNO σε συνεργασία με το Αντικαρκινικό Συμβούλιο NNO.

Cancer Institute NSW catalogue number: CB-2010-65
SHPN: (CI) 100432