

Gdzie szukać wsparcia w przebiegu leczenia raka piersi?

Pierwszym, najłatwiej dostępnym źródłem wsparcia jest najbliższe otoczenie chorej – przede wszystkim rodzina. Oczywiście, aby z niego skorzystać nie można zwlekać z poinformowaniem bliskich sobie ludzi o diagnozie. Chora na nowotwór piersi kobieta nie może się obawiać, że jej choroba zburzy komuś jej bliskiemu spokój i nazaczy jego życie. Jest odwrotnie, członkowie rodziny nie do końca wiedząc, co się dzieje, gubią się w domysłach i szukają wyjaśnień, które często są bardzo odległe od tego co się naprawdę dzieje. Obydwom bardzo pomaga szczerą rozmowa. Chora może w końcu na głos powiedzieć komuś bliskiemu co się z nią dzieje. Jaki jest stan fizyczny i psychiczny. To bardzo ważne w procesie dochodzenia do ładu z chorobą, do pogodzenia się z sytuacją, w jakiej chora się znalazła.

Dla członków najbliższej rodziny jest to również bardzo ważne. Pełne wprowadzenie ich w sytuację chorej daje im poczucie kontrolowania rzeczywistości. Mogą od tej chwili zacząć robić coś w sprawie powrotu do zdrowia mamy, żony czy siostry. Takie wydarzenie bardzo często wzmacnia więzy rodzinne. Aby tak się stało trzeba jednak zawsze pamiętać, że poza miłością i gotowością do poświęceń najważniejsza jest szczerść.

Źródłem wsparcia psychicznego dla chorej może być też lekarz onkolog. Warunkiem dobrej współpracy z nim jest również gotowość do mówienia bez zahamowań o swoich lękach i obawach. Wiele z nich powstaje na podstawie mylnych przekonań i niepełnej wiedzy o chorobie i terapii. Lekarz kilkoma zdaniami może wyjaśnić sytuację chorej i poprawić zdecydowanie jej stan psychiczny.

Chora na chorobę onkologiczną panie, nierezygnujące z pracy mogą znaleźć źródło siły wśród współpracowników. Bardzo często przebywamy w środowisku zawodowym więcej i dłużej niż z własną rodziną. Z wieloma z takich osób mogą nas łączyć wieloletnie relacje. Los jednego z członków zespołu jest często równie ważny jak los kogoś bliskiego z własnej rodziny. Nie można z tego rezygnować. Warunkiem uzyskania tego wsparcia jest oczywiście opowiedzenie wybranym osobom o swojej chorobie.

Najbardziej wydajnym źródłem wsparcia jest bardzo często psychoonkolog. Każdy oddział szpitalny, w którym leczą się chorzy onkologicznie pacjenci musi zagwarantować dostęp do niego. Psychoonkolog jest fachowcem przygotowanym do pomocy w najtrudniejszych sytuacjach tak chorym, jak i ich bliskim. Wiele chorych kobiet wstrzymuje się niestety ze skorzystaniem z tego źródła wsparcia, widząc w tej decyzji dowód na słabość własnego charakteru.

Każda chora na raka piersi kobieta powinna skontaktować się z grupami wsparcia. Jest ich w całym kraju bardzo dużo. Niektóre z tych fundacji i stowarzyszeń prowadzą telefon zaufania. Regularna rozmowa z osobami, które przeszły lub przechodzą przez to samo ma zbawienny wpływ. Rak piersi to notoryczny przestępca, którego na swojej drodze spotkało bardzo wiele kobiet. Siła tej wielkiej grupy jest ogromna. Każda pacjentka powinna z niej skorzystać.

NPS/LINIA4/AMOB/20/03/001