



DIN CHECKLISTA

– att kommunicera dina behov

Att vården ger bra information är mycket viktigt, men det viktigaste är att du får svar på de frågor som är betydelsefulla för dig. Bara du vet vad du behöver få svar på, och därför ger vi inte några exempel i checklisten på nästa sida. Kom ihåg att det handlar om DIN cancerresa och DITT liv – då finns det inga dumma frågor! Dessutom är det oerhört betydelsefullt att vården får information om dig.

Det kan till exempel handla om att uppmärksamma:

- Att du står inför viktiga livshändelser eller milstolpar i ditt liv. Kanske går det att anpassa behandlingar så att de krockar så lite som möjligt med dina planer.
- Att du planerar att bli förälder och behöver veta hur din cancerresa påverkar.
- Att du av en eller annan anledning saknar eller har ett begränsat nätverk av närstående.
- Att du har gamla föräldrar som påverkas av din cancerresa.
- Att du har med dig en sårbarhet sedan tidigare som kan påverka din cancerresa.
- Att du har barn i din närhet som också kommer påverkas av din cancerresa.

På www.1177.se/cancer finns listor med förslag på frågor att ställa när du träffar läkare och sjuksköterskor.



TILLSAMMANS KAN VI GÖRA CANCERRESAN LÄTTNAVIGERAD

– www.cancerresan.se

Under arbetet med ”Den ofrivillige resenären” har vi mött cancerberördas engagemang och idériokedom. Då väcktes tankar om vad genuint patient- och närståendeinflytande handlar om:

Du som är cancerberörd är specialist på dig själv och de behov du har. Du har dessutom ”resenärens” perspektiv och därmed en unik kompetens för vad som kan förbättra den resa som cancerberörda måste göra. Egentligen borde det vara du som berättar för vården och samhället hur det bör vara och fungera. Samtidigt är det vår upplevelse att det sällan är så, och att denna kompetens inte tas tillvara inom forskning, vårdutveckling och samhällsplanering.

Det kan vi tillsammans ändra på!

Vi tror att det finns otroligt många bra idéer ”där ute” – idéer som kan forma projekt – projekt som kan göra cancerresan mer lättnavigerad för alla berörda. ”Den ofrivillige resenären” är början på ett arbete för att aktivt kunna ta tillvara dina och andra cancerberördas erfarenheter, idéer och engagemang.

Webbplatsen www.cancerresan.se utgör navet för det arbetet och där kan du:

- Hitta formulär och annat material som tillhör boken.
- Återkoppla vad du tycker om boken, genom att lämna ris och ros, och diskutera och lämna förslag på stöd, tjänster och funktioner.
- Stötta och medverka i projektet som driver fram utvecklingen av cancerresan utifrån cancerberördas perspektiv.

Hjärtligt välkommen in för att påverka och arbeta tillsammans med oss!



cancerresan