



4. Jeg har fået kræft

I denne pjece kan du bl.a. læse noget om:

- hvordan du givetvis vil opleve din situation som uoverskuelig og urimelig umiddelbart efter, at du har fået din kræftdiagnose, og om hvad du selv kan gøre for at en eventuel ventetid indtil starten af din behandling bliver mindre belastende og kaotisk.
- hvordan du kan hjælpe både dig selv og dine nærmeste pårørende gennem denne belastende proces ved at være åben omkring din sygdom overfor familie og venner.
- hvordan du – i den udstrækning det er dig fysisk og psykisk muligt – bør tilstræbe at fastholde din tidligere hverdag hvad angår arbejde, kost, fysisk aktivitet og fritidsinteresser for at undgå, at din sygdom kommer til at overskygge dit liv totalt.
- hvordan du kan opleve det at komme i behandling, og hvilke muligheder du har for at "sige nej til behandling", eksperimentel behandling, second opinion, frit sygehusvalg og behandling i udlandet, samt få indsigt i din journal.
- hvor du har mulighed for at få støtte og hjælp til at komme bedst muligt gennem din kræftsygdom og nye livssituation udover familie og venner: Egen læge, psykolog, socialrådgiver, patientvejleder, Kræftens Bekæmpelses forskellige hjælpefunktioner og din patientforening LyLe.

Alle har brug for støtte og nogen at tale med!