

# Tukea rintasyöpäpotilaan lääkärikäynneille

Kysy näitä asioita lääkäriltäsi hoidon edetessä

## Diagnoosi

- Voidaanko syöpäni parantaa?
- Miten diagnoosia tulkitaan, mitä eri lyhenteet ja prosentit tarkoittavat?
- Miten pitkään hoidot kestävät?
- Miksi joskus aloitetaan lääkehoidolla eikä leikkauksella?
- Pitääkö minun jäädä pois töistä?
- Mistä tiedetään, onko syöpä levinnyt?

## Leikkaushoito

- Pitääkö koko rinta poistaa (ja miksi)?
- Onko rinnan osapoisto yhtä turvallinen kuin kokopoisto?
- Liittyykö leikkaukseen riskejä, millaisia?
- Miten valmistaudun leikkaukseen?
- Mistä tiedetään, onko leikkaus onnistunut?
- Kuinka kauan toipuminen kestää?
- Saanko uuden rinnan, jos rinta poistetaan?
- Milloin korjausleikkaus voidaan tehdä?

## Leikatun rinnan hoito, fysioterapia

- Onko välttämätöntä tehdä yläraajan liikuntaharjoitteita, vaikka se sattuu?
- Milloin voi aloittaa muun liikunnan leikkauksen jälkeen?
- Voinko harrastaa kaikenlaista liikuntaa?
- Millaista liikuntaa minun kannattaa harrastaa?
- Miten lymfaturvotusta hoidetaan ja mistä saan lymfajumppaohjeita?
- Kuinka pian leikkauksen jälkeen voin mennä saunaan, uimahalliin tai uimaan järveen tai mereen?
- Jos minulta poistetaan rinta, saanko käyttää uimapukua uimahallissa?
- Saanko käydä hieronnassa ja mitä kerron hierojalle sairaudestani?

## Lääkehoito

- Miksi minulle on valittu juuri tämä hoito ja miksi se on paras juuri minulle?
- Onko hoidolle vaihtoehtoja? Mitkä ovat niiden edut ja haitat?
- Millaisia haittavaikutuksia lääkehoidolla on?
- Aiheuttavatko hoidot pahoinvointia? Miten pahoinvointia voi helpottaa?

Rintasyöpäyhdistys – Europa Donna Finland ry

[www.europadonna.fi](http://www.europadonna.fi)

toimisto@europadonna.fi

Vertaistukipuhelin: ti klo 18–20 ja ke klo 18–20, p. 040 191 6799

Syöpäsairaanhoitaja: p. 040 146 3750



- Miten hoidot vaikuttavat hedelmällisyyteeni ja voidaanko munasolujani tarvittaessa pakastaa?
- Käynnistävätkö hoidot vaihdevuodet tai vaikuttavatko ne vaihdevuosiin?
- Millaisia fyysisiä ja psyykkisiä oireita voi tulla hormonihoidoista? Miten näitä oireita voi helpottaa?
- Lisäävätkö hoidot osteoporoosiriskiä ja miten sitä voi ehkäistä?
- Pitäisikö ruokavalioon tai elämäntapoihin tehdä muutoksia lääkehoidon vuoksi?
- Keneen otan yhteyttä, jos hoidosta seuraa ongelmia?
- Muistini ja keskittymiskykyni tuntuvat heikentyneen hoitojen aikana, onko se pysyvää?

## Sädehoito

- Mitä sädehoito tarkoittaa?
- Mitä säteily aiheuttaa kehossani?
- Miten sädehoitoon valmistaudutaan?
- Kuinka kauan sädehoito kestää?
- Vaikuttaako sädehoito hedelmällisyyteen?
- Mitä pitäisi välttää hoidon aikana?
- Syntyykö hoidosta pitkäaikaisia haittoja?

## Hoidon tuki

- Voinko itse vaikuttaa hoitojen onnistumiseen? Miten?
- Voinko saada rahallista tukea hoitomaksuihin?
- Mistä saan psykososiaalista ja vertaistukea? Entä läheiseni?
- Voiko syöpäni olla perinnöllinen ja kannattaako se tutkia?

## Seuranta ja oireet

- Kuinka pitkään seuranta jatkuu ja mitä siihen kuuluu?
- Tapaanko aina saman lääkärin tai hoitajan?
- Miten toimin, jos muutan toiselle paikkakunnalle?
- Mitä tapahtuu, kun seuranta loppuu?
- Mistä oireista on syytä huolestua ja hakeutua lääkäriin?
- Entä jos sairastun uudelleen?
- Onko normaalia, että olen edelleen väsynyt, vaikka hoidoista on jo kuukausia?

## Ravitsemus ja itsehoito

- Vaikuttaako ruokavalio sairastumiseen?
- Tarvitseeko minun tehdä muutoksia ruokavaliiooni?
- Mitkä ruoka-aineet ovat hyvästä tai pahasta?
- Voinko vaikuttaa parantumiseeni ruokavaliolla?
- Mitä lisäravinteita voin käyttää hoitojen aikana?

Rintasyöpäyhdistys – Europa Donna Finland ry

[www.europadonna.fi](http://www.europadonna.fi)

toimisto@europadonna.fi

Vertaistukipuhelin: ti klo 18–20 ja ke klo 18–20, p. 040 191 6799

Syöpäsairaanhoitaja: p. 040 146 3750

