

癌症诊断可能会令人害怕。您在得到此消息时可能会情绪激动。成为一名患者、听取医学用语，以及调整您的生活以适应医疗预约、治疗安排和副作用是非常困难的事情。获得一些指导可以帮助缓解由诊断带来的压力，参与决策制定可能也会有所帮助。

研究表明，人们希望较现在更多地参与到关于自身健康和医疗保健的决策制定中来。人们希望更好地控制其护理规划和提供方式。

什么是共同决策？

共同决策是在有多种方案可供选择时，健康专业人士和患者之间形成的合作伙伴关系。

我们都是独一无二的个体，没有一种方案适合所有人。共同决策可令患者按照自己的意愿参与有关其护理、治疗和管理方案的决策制定。

人们知道对自己重要的内容、适合自己的方案、个人偏好和健康目标是什么。

健康专业人士可以获得可靠的优质信息，同时作为共同决策的一部分，他们将针对疾病管理方案的益处、危害和后果提供建议。

通过与健康专业人士的坦率沟通，患者能够就适合自身的治疗、管理或支持做出最佳决策。

这可能包括继续目前的治疗、尝试新治疗，或者甚至决定根本不治疗。

共同决策有哪些益处？

研究表明，积极参与共同决策的患者对自身疾病和治疗方案拥有更深入的了解。他们感到知情、有发言权、感受到倾听，并且能够更好地掌握局面。

对自身护理计划发表意见的患者也更有可能会继续接受商定的治疗，因为这是基于对其重要的因素所制定的治疗方案。

共同决策时需要考虑的事项。在前往预约看诊前，患者应考虑对其重要的内容，以便就自身护理和治疗展开有意义的对话。

制作简短的手写便条以在看诊时携带，并且写下您想要得到解答的具体问题，这可能是个不错的想法。

作为切入点，您可以使用以下三个问题来帮助您引导与健康专业人士的对话：

- 我有哪些选择？
- 每种选择的优点和缺点是什么？
- 我需要哪些帮助来制定决策？

制定决策前将有许多事情需要考虑，将其写下来可能会有所帮助。部分示例包括：

- 我的护理和治疗目标是.....
- 我要避免的副作用是.....
- 我对药物的感受是.....
- 我可能/不可能服用处方药.....

- 我想要获得更多关于.....的书面信息
- 我更愿意获得口头形式的信息说明.....
- 我希望参与到我的治疗中的人是.....
- 这是我希望他们参与的方式.....

如果患者的家人、朋友或照护者认为其需要额外支持来制定决策，那么这些人可以参与讨论。

离开预约看诊前

共同决策不仅确保患者参与其中，还能确保制定的决策是正确且适合患者的决策。在您离开前：

- 确保您满意自己的问题得到解答并且已写下需要了解的内容。
- 确保您了解接下来将会发生的内容。
- 询问您如有其他问题，可以联系的人员姓名和电话号码。
- 确保您已预订好后续约诊。



GLOBAL LUNG CANCER
COALITION

共同决策

© Global Lung Cancer Coalition
www.lungcancercoalition.org

本信息传单由 Global Lung Cancer Coalition（全球肺癌联盟，GLCC）秘书处制作，并由肺癌专家审核。有关您所在国家/地区可提供的支持和信息服务的更多信息，请访问 www.lungcancercoalition.org 第 1 版 — 2024 年 6 月。