

# ΚΟΙΝΗ ΛΗΨΗ ΑΠΟΦΑΣΕΩΝ



GLOBAL LUNG CANCER  
COALITION

Η διάγνωση του καρκίνου μπορεί να είναι τρομακτική. Μπορεί να νιώσετε έναν ανεμοστρόβιλο συναισθημάτων ενώ επεξεργάζεστε τις ειδήσεις. Είναι δύσκολο να είστε ασθενής, να ακούτε ιατρική γλώσσα, να προσαρμόζετε τη ζωή σας σε ιατρικά ραντεβού, προγράμματα θεραπείας και παρενέργειες. Η ύπαρξη κάποιας κατεύθυνσης μπορεί να βοηθήσει στην άμβλυση μέρους του άγχους που συνοδεύει τη διάγνωση σας και μπορεί να είναι χρήσιμο να συμμετάσχετε στη λήψη αποφάσεων.

Η έρευνα δείχνει ότι οι άνθρωποι θέλουν να συμμετέχουν περισσότερο στη λήψη αποφάσεων σχετικά με τη δική τους υγεία και υγειονομική περίθαλψη από ό, τι σήμερα. Οι άνθρωποι θέλουν να έχουν μεγαλύτερο έλεγχο στον τρόπο με τον οποίο σχεδιάζεται και παρέχεται η φροντίδα τους.

## Τι είναι η κοινή λήψη αποφάσεων;

Η κοινή λήψη αποφάσεων είναι μια συνεργασία μεταξύ των επαγγελματιών υγείας και των ασθενών, όταν υπάρχει μια σειρά διαθέσιμων επιλογών.

Είμαστε όλοι μοναδικοί και καμία επιλογή δεν είναι κατάλληλη για όλους. Η κοινή λήψη αποφάσεων επιτρέπει στους ασθενείς να συμμετέχουν στη λήψη αποφάσεων σχετικά με τις επιλογές φροντίδας, θεραπείας και διαχείρισης όπως θα ήθελαν να είναι.

Οι άνθρωποι γνωρίζουν τι έχει σημασία για αυτούς, τι είναι σωστό για τις δικές τους περιστάσεις, ποιες είναι οι προσωπικές τους προτιμήσεις και οι στόχοι για την υγεία τους.

Οι επαγγελματίες υγείας έχουν πρόσβαση σε αξιόπιστες, ποιοτικές πληροφορίες και ως μέρος της κοινής διαδικασίας λήψης αποφάσεων θα παρέχουν συμβουλές σχετικά με τα πιθανά οφέλη, τις βλάβες και τις

συνέπειες των επιλογών διαχείρισης που σχετίζονται με μια ασθένεια.

Μιλώντας ανοιχτά με τον επαγγελματία υγείας τους, οι ασθενείς έχουν τη δυνατότητα να λάβουν την καλύτερη απόφαση σχετικά με τη θεραπεία(ες), τη διαχείριση ή την υποστήριξη που είναι κατάλληλη για αυτούς.

Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει τη συνέχιση μιας τρέχουσας θεραπείας, την προσπάθεια μιας νέας θεραπείας ή ακόμα και την απόφαση να μην υπάρξει καθόλου θεραπεία.

## Ποια είναι τα οφέλη της κοινής λήψης αποφάσεων;

Η έρευνα δείχνει ότι οι ασθενείς που συμμετέχουν ενεργά στη λήψη κοινών αποφάσεων έχουν μεγαλύτερη κατανόηση της ασθένειάς τους και των επιλογών θεραπείας. Αισθάνονται ενημερωμένοι, έχουν φωνή, αισθάνονται ότι ακούγονται και έχουν περισσότερο τον έλεγχο.

Οι ασθενείς που εντάσσονται στο σχέδιο φροντίδας τους είναι επίσης πιο πιθανό να συνεχίσουν με τη συμφωνημένη θεραπεία, καθώς βασίζεται σε αυτό που έχει σημασία για αυτούς.

Πράγματα που πρέπει να λάβετε υπόψη με την κοινή λήψη αποφάσεων  
Πριν από την παρακολούθηση ενός ραντεβού, οι ασθενείς θα πρέπει να σκεφτούν τι έχει σημασία για αυτούς, ώστε να μπορούν να έχουν μια ουσιαστική συζήτηση σχετικά με τη φροντίδα και τη θεραπεία τους.

Μπορεί να είναι καλή ιδέα να κάνετε μια σύντομη γραπτή σημείωση για να πάρετε σε ένα ραντεβού και να γράψετε επίσης ποιες συγκεκριμένες ερωτήσεις θα θέλατε να απαντηθούν.

Ως σημείο εκκίνησης, οι ακόλουθες τρεις ερωτήσεις θα σας βοηθήσουν να ξεκινήσετε τη συζήτηση με τον επαγγελματία υγείας:

- Ποιες είναι οι επιλογές μου;
- Τι είναι καλό και κακό σε κάθε επιλογή;
- Τι βοήθεια χρειάζομαι για να πάρω την απόφασή μου;

Πριν από τη λήψη μιας απόφασης, θα υπάρχουν πολλά πράγματα που πρέπει να λάβετε υπόψη και μπορεί να είναι χρήσιμο να τα καταγράψετε. Ορισμένα παραδείγματα είναι τα εξής:

- Οι στόχοι μου για φροντίδα και θεραπεία είναι..
- Οι παρενέργειες που θα ήθελα να αποφύγω είναι..
- Τα συναισθήματά μου για τη φαρμακευτική αγωγή είναι..
- Είναι πιθανό / απίθανο να λάβω συνταγογραφούμενα φάρμακα.
- Θα ήθελα περισσότερες γραπτές πληροφορίες σχετικά με..
- Θα προτιμούσα να μου εξηγούνται οι πληροφορίες προφορικά..
- Τα άτομα που θα ήθελα να συμμετέχουν στη θεραπεία μου είναι..
- Έτσι θα ήθελα να συμμετέχουν..

Η οικογένεια, οι φίλοι ή οι φροντιστές ενός ασθενούς μπορούν να συμμετάσχουν σε συζητήσεις εάν αισθάνονται ότι χρειάζονται πρόσθετη υποστήριξη για να λάβουν μια απόφαση.

## Πριν φύγετε από το ραντεβού

Η κοινή λήψη αποφάσεων δεν αφορά μόνο τη διασφάλιση της συμμετοχής του ασθενούς, αλλά και τη διασφάλιση ότι η απόφαση που λαμβάνεται είναι καλή και σωστή για τον ασθενή. Πριν φύγετε:

- Βεβαιωθείτε ότι αισθάνεστε ικανοποιημένοι που οι ερωτήσεις σας απαντήθηκαν και ότι έχετε γράψει όσα πρέπει να γνωρίζετε.
- Βεβαιωθείτε ότι γνωρίζετε τι θα συμβεί στη συνέχεια.
- Ζητήστε το όνομα και τον αριθμό κάποιου με τον οποίο μπορείτε να επικοινωνήσετε σε περίπτωση που έχετε περαιτέρω απορίες.
- Βεβαιωθείτε ότι έχετε κάνει κράτηση για το επόμενο ραντεβού σας.



GLOBAL LUNG CANCER  
COALITION

## ΚΟΙΝΗ ΛΗΨΗ ΑΠΟΦΑΣΕΩΝ

© Παγκόσμιος Συνασπισμός για τον Καρκίνο του Πνεύμονα  
[www.lungcancercoalition.org](http://www.lungcancercoalition.org)

Το παρόν ενημερωτικό φυλλάδιο έχει δημιουργηθεί από τη γραμματεία της Παγκόσμιος Συνασπισμός για τον Καρκίνο του Πνεύμονα (GLCC) και έχει ελεγχθεί από ειδικούς του καρκίνου του πνεύμονα. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις υπηρεσίες υποστήριξης και πληροφόρησης που διατίθενται στη χώρα σας, επισκεφθείτε τη διεύθυνση [www.lungcancercoalition.org](http://www.lungcancercoalition.org) Έκδοση 1 - Ιουνίου 2024.