



Πρέπει να μιλήσουμε για το πώς είναι να ζεις με καρκίνο του νεφρού

Παγκόσμια ημέρα καρκίνου του νεφρού | 15 Ιουνίου 2023

Πρέπει να μιλήσουμε με οικογένεια, φίλους και άλλους ασθενείς.

Ενα μεγάλο ερώτημα για πολλούς που έχουν διαγνωστεί, με καρκίνο του νεφρού, είναι σε ποιον, τι και μέχρι ποιο σημείο να μιλήσουν στους άλλους. Ο καρκίνος ου νεφρού είναι σπάνιος, έτσι το να γνωρίσουν άλλους ασθενείς που περνούν το ίδιο με αυτούς, είναι σπάνιο επίσης. Οι ειδικοί συμφωνούν ωστόσο ότι το να μιλάτε ανοικτά για τον καρκίνο και το πως σας επηρεάζει ψυχικά και σωματικά, είναι καλό, όχι μόνο για σας αλλά και για την οικογένεια και τους φίλους σας. Ασθενείς και φροντιστές που συμμετέχουν σε ομάδες στήριξης - όπου μπορούν να ανταλλάξουν πληροφορίες και να πάρουν στήριξη από άλλους που περνούν ακριβώς τα ίδια με αυτούς- έχουν περιγράψει την εμπειρία - μεταμόρφωση ζωής.

Μιλώντας σε όσους είναι κοντά σου

Όταν αποφασίσετε τι να πείτε στην οικογένεια και τους φίλους σας, είναι μια πρόκληση να πείτε είμαι οκ και να απαλλάξετε τους αγαπημένους σας από την ανησυχία. Σπάνια όμως συμβαίνει αυτό. Το πιο σύνηθες είναι να τους κάνετε να ανησυχούν περισσότερο. Η οικογένεια και οι φίλοι βλέπουν ότι ΔΕΝ είστε οκ, υποθέτουν ότι κρύβετε κάτι από αυτούς και φοβούνται για τα χειρότερα. Οι άνθρωποι που είναι κοντά σας θέλουν να βοηθήσουν και να είναι εκεί για σας. Έτσι να είστε ειλικρινείς με αυτούς και να τους αφήσετε να σας στηρίξουν, όχι για το δικό σας καλό αλλά για το δικό τους. Όπως το έθεσε ένας ασθενής " Θα ανακαλύψεις ότι οι άνθρωποι σας αγαπούν και σας νοιάζονται περισσότερο από ότι έχετε σκεφτεί ποτέ".

"Αν ο πατέρας μου δεν μου μιλούσε, θα νόμιζα ότι δεν με εμπιστεύεται σαν πηγή στήριξης".



Κλαούντια, φροντιστής από την Ιταλία.

" Πραγματικά συστήνω να συμμετέχεις σε μια ομάδα στήριξης"

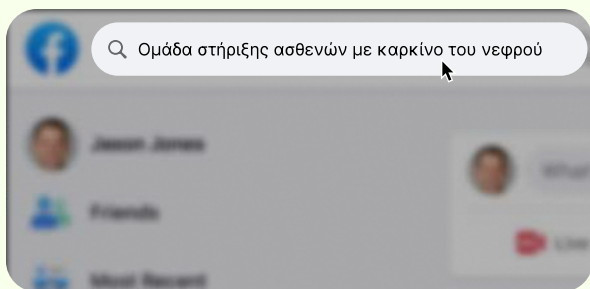


Χίρο. Ασθενής απο Ιαπωνία

Συμμετέχοντας σε μια ομάδα στήριξης

Οι περισσότεροι ασθενείς δεν έχουν κάποιον στην κοινωνία τους που να ζει με καρκίνο του νεφρού, έτσι το να συμμετέχουν σε μια ομάδα αντίστοιχη στήριξης και να επικοινωνούν με άλλους που περνούν ακριβώς τα ίδια είναι μια τεράστια πηγή στήριξης απο πρακτική και συναισθηματική άποψη. Μερικές ομάδες στήριξης είναι ειδικές για συγκεκριμένους τύπους καρκίνου και στάδια, άλλες είναι γενικότερες και είναι για ανθρώπους που ζουν με διάφορους καρκίνους. Οποιος τύπος κι αν είναι η ομάδα στηριξης σου το να είσαι συνδεδεμένος είναι μια ευκαιρία να μοιραστείς πληροφορίες, εμπειρίες, συμβουλές και να μιλήσεις ανοιχτά με άλλους που πραγματικά καταλαβαίνουν τι περνάς.

Πως να βρεις μια ομάδα στήριξης



Zoek naar groepen in de linkerbovenhoek van Facebook



Αφού ψάξετε πατήστε στις "Ομάδες" tab στο menu αριστερά

Μερικές ομάδες στήριξης συναντούν απο κοντά τους ασθενείς αλλά οι περισσότερες είναι διαδικτυακές και ανοικτές για ασθενείς και φροντιστές απο όλο τον κόσμο. Ειδικοί ή φίλοι μπορούν να συστήσουν μια ομάδα σε σένα ή μπορείς να ψάξεις διαδικτυακά. Μπορείς επίσης να βρεις μια ομάδα στήριξης σε πλατφόρμες των κοινωνικών δικτύων όπως το facebook & το twitter.

Η Παγκόσμια Ημέρα Καρκίνου του Νεφρού έχει δημιουργήσει έναν - εύκολο να ακολουθηθεί- οδηγό, ώστε να σε βοηθήσει να βρεις ομάδες που μπορεί να είναι κατάλληλες για σένα, αξιόπιστες και με ακριβείς πληροφορίες. Η (IKCC), παγκόσμιος συνασπισμός για τον καρκίνο του νεφρού, διαδικτυακά, ikcc.org, είναι επίσης μια τεράστια πηγή πληροφοριών και συνδέσμων για τους συλλόγους ασθενών.

"Πραγματικά βοηθά να ξέρεις ότι και άλλοι άνθρωποι
μπορούν να το περάσουν."



Λιν.Ασθενής ,Ηνωμένο Βασίλειο

"Βοηθά πολύ γιατί μπορείς να δεις ανθρώπους που έχουν ήδη
περάσει απο μια τέτοια εγχείρηση"



Ρόναλτ.Ασθενής.Ολλανδία

"Η ομάδα του facebook σου επιτρέπει να είσαι περισσότερος
ανοιχτός απο ότι θα ήσουν"



Τζόελ.Ασθενής.Ηνωμένες πολιτείες

Η Παγκόσμια ημέρα καρκίνου του νεφρού, δεν θα ήταν δυνατή χωρίς την γενναία στήριξη των συνεργατών του κλάδου. Εκ μέρους της παγκόσμιας κοινότητας του καρκίνου του νεφρού, σας ευχαριστούμε.

ΧΡΥΣΟΙ ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΕΣ



ΑΡΓΥΡΟΙ ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΕΣ



ΧΑΛΚΙΝΟΙ ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΕΣ

