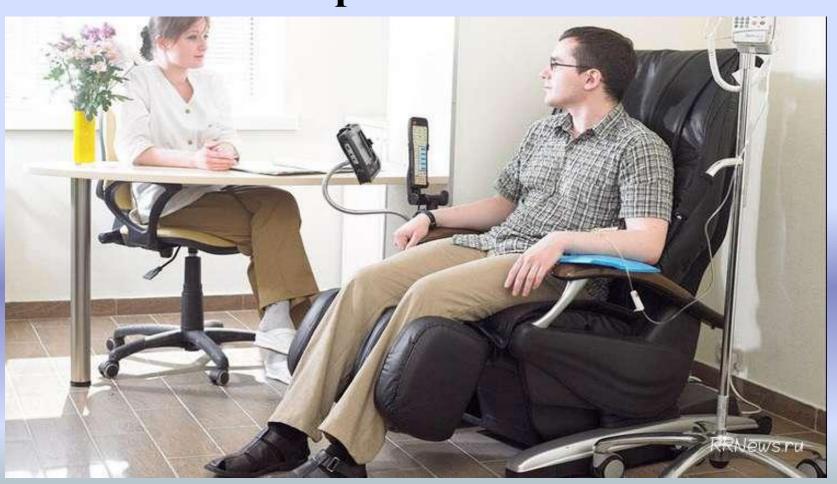


Лечение химиотерапией должно сопровождаться параллельной психологической работой







Психические реакции могут варьироваться от недоумения и надежды до легкой тревоги, от страха до выраженной депрессии и отказа от лечения.

Для одних химиотерапия – спасательная соломинка, другие видят в ней несправедливый приговор,

Психические переживаний пациентов:

- Страх перед неизвестным. Страх перед лечением.
- Страх и переживания касаемо эффективности лечения и принятие результатов лечения.
- Переживания связанные с преодолением различных побочных эффектов и болезненными ощущениями.
- Переживания связанные с принятием изменений в своем внешнем виде.
- Негативные эмоции связанные с изменением образа жизни.
- Переживания по поводу материального состояния, в связи с покупкой дорогих лекарств, диетического питания и прочего.

Страх перед неизвестным. Страх перед лечением.

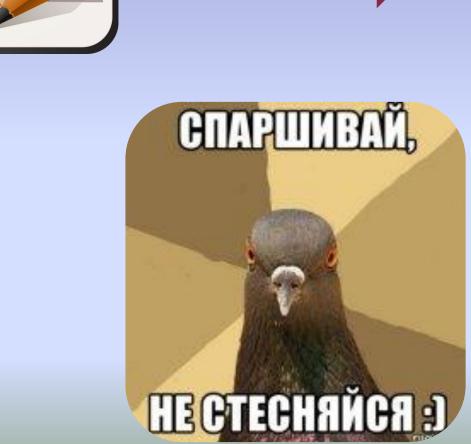
Особенно если человек проходит в первый раз он может быть много наслышан о всяких побочных эффектах химиотерапии, может ничего не знать и быть в растерянности. Если проходил то знает и уже ожидает заранее и также боится.





Разговор с другими такими же пациентами позволит вам понять, что вы не одиноки и подавляющее большинство больных успешно совладали с аналогичными чувствами и проблемами





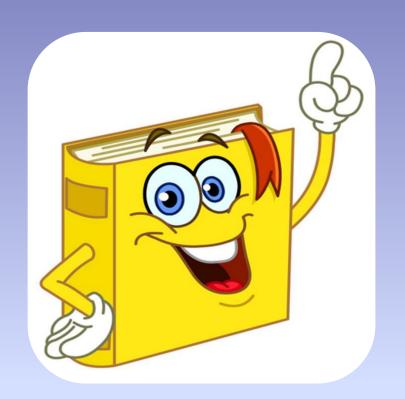
Страх и переживания касаемо эффективности лечения и принятие результатов лечения



Важным фактором повышающим эффективность лечения является положительный настрой, а его отсутствие препятствует выздоровлению







Чтение интересной книги — еще один способ отвлечь себя от дум о болезни

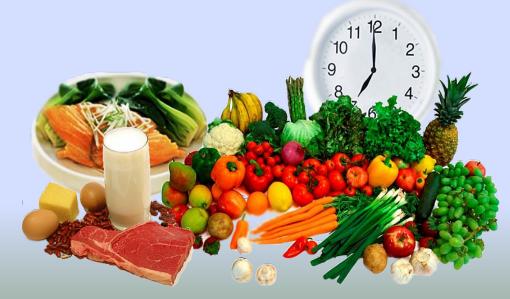
Физические упражнения помогут освободиться от напряжения и тревоги, улучшить аппетит





Свежий воздух, прогулки, общение с животными

Правильное питание играет очень важную роль





Занимайтесь аутотренингом, применяйте метод расслабления, и прочие психологические приемы









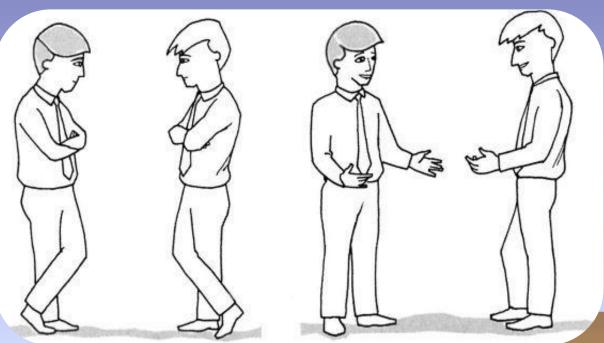
Обратитесь к психологу или в группы поддержки





Уделяйте больше внимания своему внешнему виду. Все, что Вы делаете для себя, помогает в преодолении жизненных преград.

Большую помощь могут оказать Ваша семья и близкие друзья



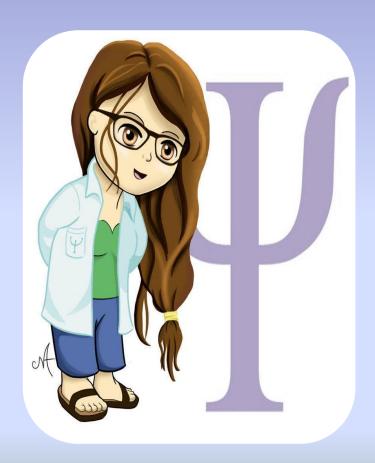
Старайтесь быть открытыми с другими людьми в разговоре о Вашей болезни, лечении, думах и чувствах.

Как только они убедятся, что Вы в состоянии обсуждать это общаться с Вами станет легче.

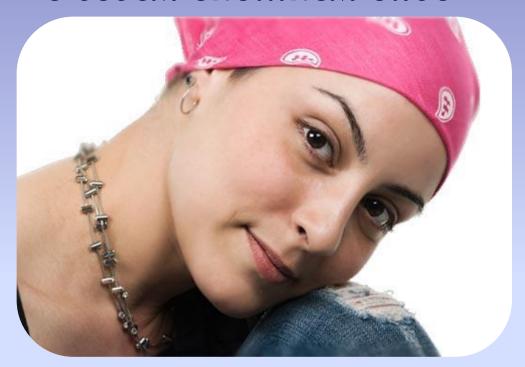


Переживания связанные с преодолением различных побочных эффектов и болезненных ощущений





Переживания связанные с принятием изменений в своем внешнем виде



Слова могут звучать неубедительно, важно подкреплять их знаками внимания, заботы. Чтобы пациент чувствовал, что не смотря на все изменения которые с ним происходят, он остается важным, любимым и желанным.

Негативные эмоции связанные с изменением образа жизни.

Необходимость отказаться от каких то мероприятий заполняющих повседневную жизнь (работа, увлечения, поездки и т.д.)Необходимость длительного пребыванием в больнице, поездок на консультации в другой город и т.д.

- Переносите свои самые важные дела, на те дни, когда Вы чувствуете себя удовлетворительно.
- Если Вы быстро устаете, ограничьте активные действия. Старайтесь выполнять только те дела, которые имеют для Вас наибольшее значение.
- Ставьте перед собой реальные цели.

Переживания по поводу материального состояния, в связи с покупкой дорогих лекарств, диетического питания и прочего.



Не нужно бояться побочных эффектов, отказываться или отклоняться от проведения химиотерапии. Слабость пройдет, Вы окрепните. Волосы снова отрастут, а опухоль будет побеждена. Именно это и является главной целью лечения. Пытаясь достичь этой цели, не стоит отступать перед временными трудностями.

Желаю всем здоровья!

