

Samtala med familj och vänner om din sjukdom



Den här broschyren kan vara ett stöd för dig i samtalen med familj och vänner om din sjukdom och framtiden. Att prata med familj och vänner om din sjukdom är kanske inte så enkelt, men det kan hjälpa dem att förstå vad som är viktigt för dig. Det kan också hjälpa dem att vara ett stöd och att förstå dina beslut.

Innan du pratar med familj och vänner, tänk på när och var du vill att samtalen ska äga rum. Välj en tid och plats där du känner dig avslappnad. Försäkra dig om att det finns tid att prata. Du kan använda orden i denna broschyr eller dina egna ord – använd det som är kännns bäst för dig.

Tips

Välj en tidpunkt när du känner dig avslappnad och när ni har tid att prata.

Välj en plats där du känner dig avslappnad.

Du kan läsa orden i den här broschyren innan till eller använda dina egna ord - vad som känns bäst för dig.

Påbörja samtalet

"Jag mår bra just nu. Även om det inte är bråttom, så tycker min läkare och sjuksköterska att vi behöver börja prata om min sjukdom och min framtida vård."

"De anser att det är viktigt att vara förberedd och de vill veta mina önskemål och prioriteringar för min vård och behandling."

"Eftersom du är viktig för mig, så vill jag att du är en del av samtalen om min sjukdom och vård."

"Om jag i något skede inte kan föra min egen talan, skulle jag vilja att du eller ni fattar beslut åt mig."

Stäm av

Förståelse

"Vad tänker du om min sjukdom just nu?"

Information

"Jag vet att det kanske inte blir lätt, men jag skulle vilja berätta för dig om min sjukdom. Hur känns det?"

"Hur mycket information vill du ha från mig, om det som kan komma att hända?"

"Min läkare/sjuksköterska och jag pratade om framtiden med min sjukdom - vill du att jag berättar för dig?"

Dela vad som är viktigt för dig

Önskemål och prioriteringar

"Jag önskar att berätta om mina önskemål och beslut som kan påverka min vård. Saker som jag ser fram emot är ..."

Exempel: att träffa mina barnbarn, att fira min nästa födelsedag osv.

Rädslor och oro

"Jag är lite bekymrad inför framtiden när det gäller..."

Exempel: att inte kunna ta egna beslut, att be andra om hjälp för grundläggande behov osv.

Förmågor

"Jag skulle tycka att det vore jobbigt..."

Exempel: att inte känna igen människor, att inte kunna kommunicera med människor, att inte kunna ta hand om mig själv osv.

Svåra beslut

"Jag vet att vi kan komma att behöva ta svåra beslut..."

Exempel: att gå igenom svåra behandlingar för att kanske få mer tid, att få ytterligare cellgiftbehandlingar, att bli opererad, att ligga i respirator, att vara på sjukhus, att bo på vård- och omsorgsboende osv. Så här tänker jag kring dessa beslut...

Planera att prata igen

"Har du några frågor om det vi har pratat om?"

"Jag skulle önska att fortsätta prata med dig om min sjukdom och min fortsatta vård, är det okej?"

"Jag förstår om detta kanske var ett jobbigt samtal, hur känner du nu efter att vi har pratat?"

"Är det någon annan som vi borde prata med?"

Kom ihåg att prata med din familj, vänner och vårdpersonal om din situation och dina önskemål förändras

Anteckningar

Den här sidan kan du använda för att skriva ner tankar och frågor som du vill prata om med din familj eller läkare/sjuksköterska.

