

# FOGADJA EL A HOZZÁTARTOZÓK TÁMOGATÁSÁT!

Amennyiben úgy érzi, hogy kezdi elveszteni a kontrollt a betegsége miatt lelki egyensúlya felett, akkor ne féljen segítséget, támogatást kérni környezetétől (család, barátok, betegklubok, egészségügyi személyzet).

A feldolgozatlan feszültségek tovább ronthatják a betegség kimenetelét, ezért érdemes tudatosan minden lehetőséget megragadni, hogy a mélypontokon túllendülhessen.

Törekedjen arra, hogy legyen kivel megosztani problémáit, és utána más szituációkban, kapcsolatokban is könnyebben fog boldogulni. Ha például otthon, házastársával tudatosan felkészülnek a következő kontroll vizsgálatra, összeszedik az elmúlt időszak tapasztalatait, esetlegesen előforduló mellékhatásokat, panaszokat, akkor könnyebb és eredményesebb lesz a kezelőorvossal, szaknővérrel való kommunikáció is. Hozzátartozói akkor is tudnak segíteni Önnek, amikor Ön éppen egy rosszabb periódust él meg, elkísérhetik Önt a kórházba, beszélhetnek a kezelőorvossal, esetenként hídként is szolgálhatnak a beteg és az orvos között, hatékonyabbá téve a két fél közti kommunikációt.

PHHU/ONCS/0917/0001

[/hu/betegsegek/prosztatarak/tamogatas/parkapcsolat-csalad-betegtarsak/fogadja-el-a-hozzatartozok-tamogatasat](#)