

### **Kiedy warto skorzystać z profesjonalnej konsultacji psychoonkologicznej?**

Na każdym oddziale onkologicznym można zwrócić się po bezpłatną konsultację psychoonkologiczną. Psychoonkolog może towarzyszyć pacjentce w chorobie i całym procesie leczenia od momentu podejrzenia choroby nowotworowej. Po pomoc terapeuty o tej specjalności należy się zwrócić bez względu na aktualną kondycję psychiczną. Nawiązanie stałej współpracy z psychoonkologiem w okresie zaraz po postawieniu diagnozy procentuje oczywiście w najtrudniejszym okresie, np. w czasie zaawansowanej terapii. W sytuacjach krytycznych, o największym nagromadzeniu negatywnych emocji, psychoonkolog okazuje się często ważnym źródłem wsparcia. Można przede wszystkim na głos powiedzieć rzeczy, które często trudno jest powiedzieć najbliższym. Psychoonkolog ma za sobą nieskończoną liczbę rozmów z pacjentami, którzy byli w tej samej sytuacji. Nikt tak dobrze jak on nie wie, jak uporać się ze strachem i lękiem.

Bardzo ważną rolę psychoonkologa jest psychoedukacja, czyli aktywne uczestnictwo w komunikacji pomiędzy lekarzem a pacjentką. Bardzo często chorzy, będący pod wpływem silnych emocji, podczas rozmowy z lekarzem są rozkojarzeni i zagubieni. Nie są w stanie skupić się na przekazywanych informacjach. Zadaniem psychoonkologa jest wyjaśnienie, tego co było dla nich niezrozumiałe lub opowiedzenie o sprawach, które umknęły w rozmowie z lekarzem. Psychoonkolog ma bardzo rozległą wiedzę na temat skutków ubocznych terapii i ich faktycznej uciążliwości.

Konsultacja psychoonkologiczna jest oferowana zarówno pacjentowi jak i jego bliskim. Nigdy nie należy myśleć o korzystaniu z pomocy psychologicznej jako dowodzie na słabość charakteru.

NPS/LINIA4/AMOB/20/03/001