

¿Doctor, Podemos Hablar?

Consejos para Comunicarse con Su Doctor

Hablar con su doctor puede ser difícil si usted tiene cáncer. No importa cual sea su diagnóstico, simplemente oír acerca de él puede dejarlo a usted sintiéndose asustado o abrumado. Afortunadamente, hay varias cosas que usted puede hacer para facilitar la comunicación con su doctor.



Recuerde Usted Es El Cliente.

Como un paciente, es importante recordar que usted es un cliente de los servicios médicos. La manera de comenzar a tomar decisiones difíciles acerca del servicio médico es educándose usted mismo. Los siguientes son algunos consejos que le ayudarán a hablar con su doctor:

Lleve a alguien con usted. Puede que no parezca necesario, pero es una buena idea llevar a alguien con usted cuando tenga una cita. Siempre es útil tener apoyo, un segundo par de oídos y otra persona para pensar en preguntas.

Escriba con anterioridad una lista de preguntas. Una lista le ayudará a recordar preguntas importantes. Hágalas específicas y cortas, porque su doctor tiene el tiempo limitado. Haga sus preguntas más importantes primero.

Escriba las respuestas que recibe. Escribir las respuestas le ayudará a usted a recordar las contestaciones e instrucciones de su doctor, y le ayudará a usted, después, a entender tanto como lo hizo durante la visita.

Si es posible, lleve una grabadora. Es correcto preguntarle a su doctor si usted puede grabar su visita. La grabación es útil porque usted puede encontrarse deseando escuchar de nuevo una noticia tranquilizadora o el diagnóstico, o compartirlo con los amigos y la familia.

Asegúrese de que usted entiende lo que está diciendo y escuchando

- Cuando usted esté hablando con su doctor **use frases con "Yo"**. Por ejemplo, la frase "*Yo no entiendo ...*" es mucho más efectiva que "*Usted no está siendo claro acerca ...*"
- No se asuste de **ser afirmativo**. Si usted no sabe el significado de una palabra, pregúntelo. Recuerde de hacer sus preguntas específicas y cortas. Si hay algo que usted no puede entender o solucionar, pregúntele a su doctor si hay algún otro momento cuando puedan discutirlo con más detalle.
- Por último, si algo le parece confuso a usted, trate de **repetírselo a su doctor**. Por ejemplo, "*Usted quiere decir que yo debiera ...*". Si usted piensa que entendería mejor con fotografías, solicite ver radiografías, diapositivas o haga que el doctor dibuje un diagrama.

(vea otro lado)

Preguntas que usted podría desear preguntarle a su doctor o enfermero/a:

Le ayudarán a comenzar a aprender acerca de como el tratamiento lo va a afectar a usted.

- ¿Cuál es el tratamiento recomendado?
- ¿Qué tan frecuente?
- ¿Cuáles son los efectos secundarios?
- ¿Cuáles son los beneficios vs. los riesgos?
- ¿Cuánto costará?
- ¿Hay alternativas de tratamiento?
- ¿Hay algo más que yo debiera estar preguntando?
- ¿Hay algo que yo pueda leer acerca de esto?

Además de su doctor, use todo su equipo de servicios médicos - enfermeras, trabajadores sociales y personal médico - como recursos.

CancerCare Puede Ayudar

Los trabajadores sociales profesionales de CancerCare le pueden ayudar a afrontar la situación en asuntos de comunicación entre usted y su doctor/a. Nosotros entendemos la importancia de esta relación y nuestros trabajadores sociales le pueden ofrecer consejo detallado por telefono, por el internet, o en persona para ayudarle a tener la relación más productiva posible con su equipo médico. CancerCare también ofrece educación, e información y referimiento a otros recursos que quizá le puedan brindar aún más asistencia en mejorar la comunicación con su equipo médico.



CANCERcare®

Help and Hope

Oficina Nacional 275 Seventh Avenue New York, NY 10001

© 2007 Cancer Care, Inc.