

Att få ett cancerbesked

Cancersjukdom kan vara en omtumlande upplevelse, för dig som har sjukdomen och för dina närstående.

Många känslor kan uppkomma, till exempel oro och känsla av överklighet. Oron kan vara allt från mild och hanterbar till stark och svår att stå ut med. Hur man upplever det kan vara väldigt olika. Det finns inga rätt eller fel utan det är hur du upplever din situation som är det viktiga.

Ibland kan stödjande samtal hjälpa dig sätta ord på dina tankar och känslor. Ibland kan det bli aktuellt med behandling med antidepressiva läkemedel. Om du känner dig nedstämd och har fastnat i negativa tankar kan du få hjälp. Prata med din kontaktsjuksköterska som kan ge information, råd och stöd till dig och dina närstående.

Både närstående vuxna och barn har lagstadgad rätt till stöd utifrån sina behov. Kontaktsjuksköterskan kan hjälpa till att förmedla kontakt med kurator.

En del känner sig hjälpta av att dela sina upplevelser med någon i en liknande situation. För de flesta cancerdiagnoser finns det patientföreningar dit du kan vända dig och få stöd från andra med liknande erfarenheter. På 1177.se finns flera reportage och filmer där människor som levt med eller nära cancer berättar om sina erfarenheter.