

## Vad är Min vårdplan?

Alla patienter med cancer ska erbjudas en skriftlig, individuell Min vårdplan (MVP). Min vårdplan ska utgå från dina behov och tas fram tillsammans med dig. Syftet är att ge tydlig information till dig och dina närstående och göra er delaktiga i vården.

Min vårdplan ska bidra till att du känner dig trygg och välinformerad, att du har inflytande över det som är viktigt för dig och att du förstår vad som händer i din vård och behandling. Du och kontaktsjuksköterskan, eller annan vårdpersonal som är delaktig i din vård, uppdaterar planen tillsammans när vård och behandling ändras på ett sätt som har betydelse för dig.

► Läs mer på [1177.se](https://www.1177.se). Sök på Kontaktsjuksköterskan.

## Förklaring av vanliga ord i Min vårdplan

I mötet med vården kan det hända att du möter ord och begrepp du inte känner igen. Nedan förklaras av några av de vanligaste begreppen.

Begrepp	Förklaring
Adjuvant behandling	Tilläggsbehandling, till exempel efter operation
Anestesi	Narkos
Antikroppsbehandling	Samlingsnamn för olika läkemedel som kan blockera tillväxt hos vissa typer av cancerceller
Benign	Godartad
Biopsi	Vävnadsprov som undersöks i mikroskop av patolog
Central venkateter/CVK	Tunn slang i ett av kroppens större blodkärl på halsen eller under nyckelbenet, för att kunna ge läkemedel, blod eller näring direkt i blodet
Cytologi	Läran om celler
Cytostatika	En grupp läkemedel som dödar eller hindrar tillväxten av cancerceller
Datortomografi/DT	Röntgen som skapar mycket detaljerade bilder av kroppens organ, kallas även skiktröntgen eller CT
Dränage	Tunn slang som avleder vätska ut ur ett sår
Endokrin behandling	Antihormonbehandling, läkemedel vid behandling av vissa cancersjukdomar
Fatigue	En särskild trötthet som inte går att vila sig ifrån. Fatigue kan uppstå i samband med cancersjukdom och behandling
Gray (Gy)	Enhet för att mäta strålningsdos
Intravenös	I ett blodkärl
Isotopinjektion	Injektion med radioaktivt spårämne för att identifiera vilken lymfkörtel som ska opereras bort
Komplementär och alternativ medicin, KAM	Ett samlingsnamn för ett stort antal olika metoder som oftast inte finns tillgängliga inom ramen för den vanliga hälso- och sjukvården
Lymfkörtlar	Körtlar anslutna till lymfbanor längs blodkärlen
Lymfödem	Ansamling av lymfvätska i en kroppsdel som gör att kroppsdelens svullnar
Magnetkameraundersökning/MR	Undersökning som ger detaljerade bilder av kroppens organ, utförs med hjälp av ett magnetfält och radiovågor
Malign	Elakartad
Malignitetsgrad	Anger hur aggressiv canceren är

Metastas	Dottertumör, concertumör som bildats utifrån den första concertumören
Multidisciplinär konferens/MDK	En konferens där olika specialister träffas, diskuterar och tar fram förslag på bästa behandling
Neoadjuvant behandling	Behandling innan operation för att få en tumör att minska i storlek
Neuropati	Känselförlust, stickningar i händer och fötter
Onkologi	Läran om tumorsjukdomar
Palliativ	Symtomlindrande
Palpabel	Som går att känna med händer och fingrar
Patologisk anatomisk diagnos/ PAD	Sammanfattande iakttagelser utifrån mikroskopisk undersökning av vävnadsprov
Perifer venkateter/PVK	En tunn slang som läggs in i ett ytligt blodkärl, för att kunna ge läkemedel, blod eller näring direkt i blodet
Perifert inlagd centralvenkateter/PICC-line	En tunn slang som förs in i ett av kroppens större blodkärl via ett mindre kärl på överarmen, för att kunna ge läkemedel, blod eller näring direkt i blodet
Perkutan endoskopisk gastrostomi/PEG	En tunn slang för näringstillförsel, via bukväggen in i magsäcken
PET-CT	En röntgenundersökning som använder en radioaktiv substans för att ge information
Postoperativ	Efter operationen
Preoperativ	Före operationen
Primärtumör/Modertumör	Den ursprungliga tumören, där cancercellerna först uppstod
Recidiv	Återfall
Rehabilitering	Återställande av förlorad, eller bevarande av, befintlig funktion
Subkutan venport/SVP	Liten dosa med en slang som opereras in under huden och som har förbindelse med ett av kroppens större blodkärl, för att ge läkemedel, blod eller näring direkt i blodet
Tumör	Svulst. Kan vara godartad (benign) eller elakartad (malign).
Ultraljud	Undersökning med ljudvågor som ger en bild av organ och vävnader
Vårdprogram	Riktlinjer som anger hur patienter med en viss sjukdom ska vårdas på bästa möjliga sätt, bygger på forskning, kunskap och samsyn inom vården

## Roller i vården

### Kontaktsjuksköterska

Kontaktsjuksköterskan har specialistkunskaper inom cancervård. Kontaktsjuksköterskan är en fast vårdkontakt vars uppgift är att ge dig och din närstående information, råd och stöd gällande din diagnos och behandling.

Kontaktsjuksköterskan ser till att du får vara delaktig i din vård och kan hjälpa dig att nå andra yrkesgrupper inom vården om du behöver det. Kontaktsjuksköterskan hjälper till med överlämning av information till andra berörda vårdgivare.

Du kan ha flera kontaktsjuksköterskor samtidigt, exempelvis en på onkologen och en på kirurgen.

Kontaktsjuksköterskan kan ge stöd och råd till dina närstående utan att berätta sånt som du inte vill ska föras vidare.

► Läs mer på [1177.se](https://www.1177.se). Sök på Kontaktsjuksköterskan.

### Övriga roller i vården

**Arbetsterapeuten** kan hjälpa dig med olika praktiska lösningar, anpassningar i hemmet och hjälpmedel samt ge information och råd angående nya sätt att hantera vardagens aktiviteter.

**Dietisten** ger råd och stöd om mat och näring.

**Fysioterapeuten/sjukgymnasten** ger råd och stöd om fysisk aktivitet och skapar träningsprogram som är anpassade efter dina förutsättningar.

**Kuratorn** kan ge samtalsstöd till dig och dina närstående och kan vid behov vägleda dig vidare om du behöver hjälp med ekonomin eller behöver komma i kontakt med myndigheter.

**Lymfterapeuten** ger råd om och behandlar lymfödem.

**Läkaren** är ytterst ansvarig för planering av utredning och behandling av din cancer.

**Onkologen** är en läkare specialiserad på tumörsjukdomar.

**Patologen** är en läkare specialiserad på analys av vävnads- och cellprover.

**Psykologen** kan ge samtalsstöd och hjälpa dig och dina anhöriga att emotionellt hantera livssituationen.

# Inför ditt besök i vården

## Förberedelser

Genom att förbereda dig kan du vara delaktig i din vård och tillsammans med vårdpersonalen komma fram till den vård som passar dig bäst.

Inför ditt besök kan du gärna förbereda dig och skriva ner vad du vill berätta och vilka frågor du har. Det kan vara till hjälp att tänka igenom dessa punkter innan besöket:

- Vilka är dina förväntningar på besöket?
- Är det något särskilt som besvärar dig?
- Vad är viktigt för dig just nu?

## Rätt att förstå

Vid ett besök i vården är det viktigt att du förstår vad som sägs och vad det innebär. Du har rätt att få information som är anpassad till dig. Du kan till exempel få hjälp av en tolk om du har en hörsel- och/eller synnedsättning, eller har svårt att tala eller förstå svenska. Kontakta mottagningen innan besöket och tala om att du har behov av tolk.

Det kan vara bra om du har med dig en närstående vid besöket som kan vara ett stöd både känslomässigt och praktiskt, och för att hjälpa till att komma ihåg vad som sägs. Det är alltid du som bestämmer om dina närstående ska få ta del av informationen. Uppge gärna till personalen vem de får lämna uppgifter till.

## Delaktighet

Du har rätt att vara delaktig i din vård och att få individuellt anpassad information gällande:

- ditt hälsotillstånd
- vilka alternativ du har när det gäller undersökningar, vård och behandlingar
- vilka för- och nackdelar som finns med respektive undersökning/behandling
- när och hur du ska få svar på dina undersökningar och provtagningar
- när och hur du kan förvänta dig att få vård
- vart du ska vända dig om du blir sämre
- vilken eftervård du kan komma att behöva och hur uppföljningen ser ut
- hjälpmedel vid funktionsnedsättning.

Du väljer själv om du vill tacka ja till den cancerbehandling som erbjuds.

Närstående har inte rätt att bestämma något om din vård.

Den vård som ges stämmer överens med vetenskap och beprövad erfarenhet.

► Läs mer på [1177.se](https://www.1177.se). Sök på Förbered ditt läkarbesök.

## Läsa din journal

När du är inloggad på 1177 vårdguiden kan du läsa din journal. När du söker och får vård dokumenteras det i en patientjournal. Det främsta syftet är att din vård ska bli så bra och säker som möjligt. Genom journalen får vårdpersonalen information om dig och din vård. Journalen kan också göra att du blir mer delaktig.

- ▶ För att läsa din journal, logga in på [1177.se](https://1177.se) eller i 1177 vårdguidens app. och välj Journaltjänster.
- ▶ Läs mer på [1177.se](https://1177.se). Sök på Läs din journal via nätet.

## Läkemedelstjänster och recept

När du är inloggad på 1177 vårdguiden kan du se dina recept.

Du kan också se hur långt du har kvar till frikort genom högkostnadsskyddet för läkemedel.

- ▶ För att använda läkemedelstjänsterna, logga in på [1177.se](https://1177.se) eller i 1177 vårdguidens app. och välj Läkemedelstjänster.
- ▶ Läs mer på [1177.se](https://1177.se). Sök på Håll koll på dina läkemedel.

## Hantera intyg

När du är inloggad på 1177 vårdguiden kan du hantera dina läkarintyg och läkarutlåtanden.

Du kan till exempel läsa, ladda ner och sedan skicka ett intyg till exempelvis Försäkringskassan eller Transportstyrelsen.

- ▶ För att hantera intyg, logga in på [1177.se](https://1177.se) eller i 1177 vårdguidens app. och välj Alla övriga tjänster och Hantera intyg.
- ▶ Läs mer på [1177.se](https://1177.se). Sök på Hantera intyg.

