

Usted es quien mejor se conoce

Nadie sabe más sobre su cuerpo que usted, ni su pareja, ni su madre, ni siquiera su doctor. Usted está al tanto de los cambios que se producen en su cuerpo y de los problemas que se le presentan. Este conocimiento es importante. Comuníquese al doctor. La comunicación abierta y honesta entre usted y su doctor es una de las mejores maneras de garantizar que su asistencia médica sea de alta calidad.

Hojas de información relacionadas en esta serie:

- Terapias complementarias e integrantes
- Seguimiento después del tratamiento del cáncer de seno
- Cómo tomar decisiones sobre el tratamiento de cáncer de seno
- Hablar con su pareja
- Hablar con sus hijos



Usted es realmente lo más importante

Si bien puede sentirse abrumada, es importante que aproveche al máximo cada consulta con el doctor. Intente poner en práctica estos consejos:

- 1. Investigue.** Averigüe todo lo que pueda en sitios web confiables, como los que se enumeran en la sección Recursos al final de este documento. Cuanto más sepa, más fácil será hablar con el doctor.
- 2. Organice sus preguntas.** Lleve al consultorio una lista de preguntas preparadas por adelantado para recordar lo que quiere preguntar y concentrar la conversación en los temas importantes para usted. Para ayudarla a comenzar, Susan G. Komen® tiene una serie de tarjetas de preguntas para el doctor agrupadas por tema.

Usted puede descargar y escribir directamente en estos archivos PDF o puede imprimirlos para llevarlos al consultorio. Estas preguntas pueden ayudar al doctor a entender y abordar sus inquietudes.

Si es posible, tal vez quiera que la acompañe una persona que pueda tomar notas y repasar después con usted lo que se dijo. También puede grabar la conversación (con el permiso del doctor) para poder escucharla después. En el consultorio, es probable que le den una gran cantidad de información en una situación en que usted puede sentirse abrumada.

- 3. Cuente su historia.** Cuando llegue el doctor, pregúntele si le puede explicar brevemente su situación y sus preocupaciones. Sea lo más específica que pueda. Luego, hágale sus preguntas al doctor.

- 4. Responda a las respuestas.** Si las respuestas del doctor fueron útiles, dígaselo. Si alguna respuesta es confusa o usted no la entiende, dígaselo. El doctor quiere ayudarla y le dará más explicaciones si se lo pide. Este tipo de intercambio anima al doctor a hablar con usted, escucharla y seguir atendiéndola.

Para obtener más información, visite: komen.org o bien, llame a la línea de ayuda de Susan G. Komen para el cuidado de los senos al 1-877-465-6636 (1-877 GO KOMEN) de lunes a viernes de 9 a.m. a 10 p.m., hora del Este.

Recursos

Susan G. Komen®

1-877 GO KOMEN
(1-877-465-6636)
komen.org

Grupo de apoyo de Komen para el cáncer de seno en Facebook

En Facebook, busque “Komen Breast Cancer Group” para solicitar inscripción en este grupo cerrado

American Board of Medical Specialties

(312) 436-2600
Abms.org

Buscador de médicos de la Asociación Médica de Estados Unidos (American Medical Association)

(919) 573-5445
Administratorsinmedicine.org

CancerCare®

1-800-813-HOPE (4673)
cancer.org

Servicio de información sobre el cáncer del Instituto Nacional del Cáncer (National Cancer Institute)

1-800-4-CANCER
(422-6237)
cancer.gov

Manténgase en control

Si le acaban de diagnosticar cáncer de seno, es posible que el doctor le hable de opciones de tratamiento. Usted tiene tiempo de pedir una segunda opinión, pensar en sus opciones de tratamiento y luego tomar una decisión.

El cáncer de seno es complejo. Una segunda opinión podría:

- Infundirle confianza respecto al primer doctor al confirmar el diagnóstico o el tratamiento
- Darle otra perspectiva sobre el diagnóstico y el tratamiento
- Aumentar sus opciones de atención
- Permitirle ver a otro doctor, que puede estar mejor preparado para tratar el cáncer

Si necesita tiempo para procesar toda esta información, pídale. Usted tiene todo el derecho de enfrentar sus emociones e informarse con calma. Cada opción de tratamiento tiene riesgos y beneficios que se deben considerar en el contexto de sus propios valores y estilo de vida. Estudie sus opciones de tratamiento y tome una decisión bien fundamentada y óptima para usted.

Comunicación

Los médicos son como cualquier otra persona y quieren hacer bien su trabajo. Eso significa que harán todo lo posible para que se mejore. Si bien pueden saber mucho sobre el cáncer de seno, es posible que no comprendan o no se den cuenta realmente de la situación por la cual usted está pasando. Comuníquese al doctor sus sentimientos e inquietudes para que él o ella pueda atenderla bien.



Este contenido provisto por Susan G. Komen® está diseñado solamente con fines educativos y no es exhaustivo. Por favor consulte a su médico personal.