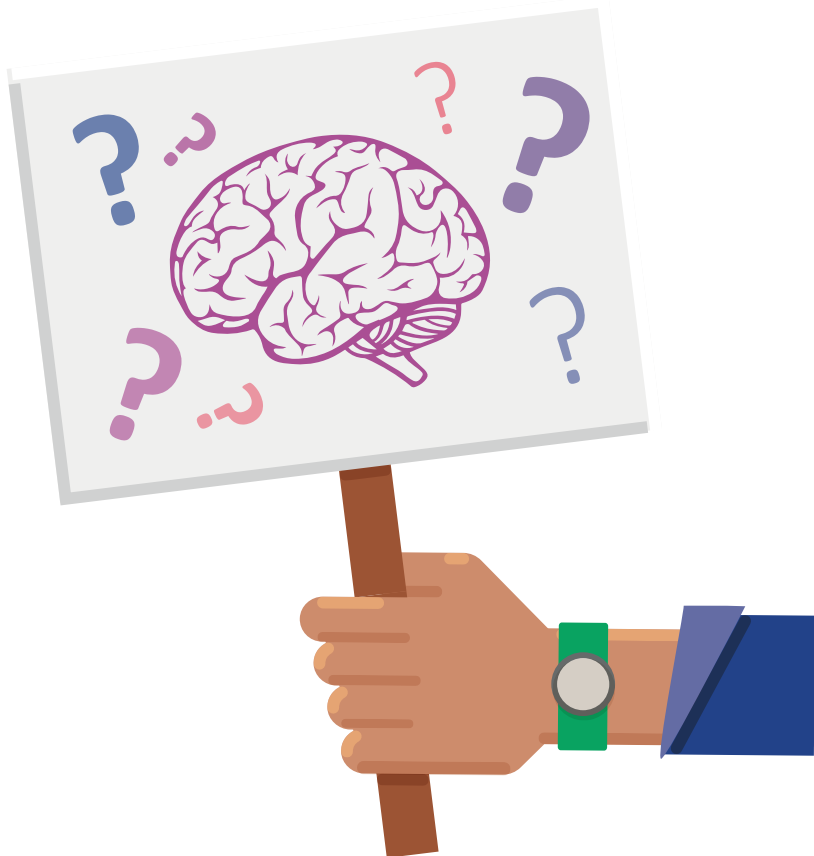


# خوب است که پرسیم

سوالاتی برای پرسیدن از تیم مسکنی صحت  
درباره تومور مغزی و تداوی آن



پروژه Supporting People with a Brain Tumour (حمایت از افراد  
دچار تومور مغزی) Supporting People with Cancer  
(حمایت از افراد دچار تومور مغزی) از Cancer Australia هستند  
که کمک مالی سرطان از دولت استرالیا دریافت نموده اند.



# قدردانی

در سال 2016 به Brain Tumour Alliance Australia یک بودجه مالی برای پروژه حمایت از افرادی که دچار تومور مغزی شده اند تعلق گرفت تا منابع حمایتی جدیدی برای بیماران مبتلا به تومور مغزی، مراقبت کننده گان از آنها و خانواده هایشان به شمول CALD (جوامعی با گوناگونی فرهنگی و لسانی) تعلق بگیرد.

یک کمیته پلان گذار به شمول Dr Danette Langbecker (محقق پوهنتون کوپینزلند)، Dianne Legge (مرکز تحقیقاتی و صحتی - Austin Health Olivia Newton-John)، Dr Jonathan Parkinson (جراح مغز و اعصاب و جراح نخاع) و Sally Payne (مشاور ارشد IBTA) بر این پروژه نظارت نمودند. یک تیم پروژه به شمول Patricia Berman, Catherine Hindson, Janet Micallef, Susan Pitt, Annabelle Wilson, Rigoula Roussakis, Philip Steel و به اجرای آن کمک نمودند.

BTAA مایل است که از بیماران مصاب به تومور مغزی، مراقبت کننده گان از آنها و اعضای خانواده شان به سبب آنکه با اشتراک خود در دادن نظردیاره منابع در گروههای تمرکز درستامبر 2017 به پروژه کمک نمودند، تشکر نماید.

BTAA مایل است که به ویژه از Dr Danette Langbecker که طرح خوب است که پرسیم را در سال 2008 به وجود آورد و از فاکولته صحت عمومی Queensland University of Technology (پوهنتون تکنولوژی کوپینزلند) که کتابچه طرح را چاپ نمود تشکر کند.



## پیش از آنکه به خواندن ادامه دهید...



برخی افراد میخواهند معلومات بسیاری را به دست آورند. آنها وقتی که همه حقایق را بدانند، احساس میکنند که کنترل زیادتری دارند.

افراد دیگر میخواهند که تنها معلومات کمی داشته باشند. وقتی که به آنها معلومات بسیار داده شود، ناراحت میشوند. ممکن است که آنها فقط معلومات ساده ای را طلب کنند. به طور مثال اینکه، کدام تبلیغی را بخورند و یا آنکه تداوی آنها چه خواهد بود؟ **ازاینکه به داکتر خود بگویید که چه مقدار و تا چه حد کم میخواهید معلومات را بدانید، هراس نداشته باشید.**

ممکن است که سوالات دیگری هم داشته باشید که در اینجا نیامده باشد. **جایی برای آنکه سوالات خودتان را بنویسید وجود دارد. شما همچنین یادداشت کرده میتوانید.** پاسخ ساده ای برای برخی از سوالات وجود ندارد. ممکن است یافتن پاسخ زمان برباشد. گاهی وقتها ممکن است اصلا پاسخی وجود نداشته باشد و یا اینکه مجبور شویم که صبر کنیم تا ببینیم که چه میشود. صحبت کردن با داکترها و نرسها میتواند به رفع تشویشهای شما کمک نماید.

## چه قسم با داکتر خود صحبت کنید:

- یک دوست یا عضو فامیل خود را همراه خود به نزد داکتر ببرید. آنها میتوانند کمک کنند که مسایل را به یاد بیاورید.
- اگر سوالاتی دارید، به داکتر خود در شروع ملاقات اطلاع دهید.
- اگر سوالات بسیاری دارید، از مسئول پذیرش بخواهید که وقت ملاقات طولانی تری را برای شما جور کند.
- همه چیز برای شما جدید است. مهم است که اگر چیزی را که میگویند نمی فهمید، به داکتر خود بگویید.
- هیچ اشکالی ندارد که به داکتر خود بگویید که مطلب او را نمی فهمید.
- ضرورت به شنیدن دوباره یک مطلب نورمال است.
- کار داکتر شما این است که شک و تشویشهای شما را رفع نماید. مهم است که مطالب را به طور مستقیم بیان کنید.
- از داکتر خود پرسید که اگر کدام شخص دیگری معلومات مفید دارد.
- داکتر شما میتواند شما را به سایر افراد مسلکی صحتی در محل زندگیتان ارجاع دهد.

نام این کتابچه "خوب است که پرسیم" است. در این کتابچه سوالاتی وجود دارد که میتوانید از داکتر خود و سایر کارکنان پرسان کنید. افرادی که دچار تومور مغزی هستند به نوشتن این کتاب کمک کردند. خانواده، داکترها و نرس های آنها نیز کمک کردند.

این کتابچه به شما کمک میکند که به معلومات و حمایت هایی که ضرورت دارید ، دسترسی پیدا کنید. این کتابچه **نقطه آغاز** خوبی است. این کتابچه سوالاتی را که از نظر بیماران و داکترهای دیگر مفید بود را ارائه میدهد.

این کتابچه سوالاتی در این باره دارد:

« تشخیص

« درآینده انتظارچه چیزی را میتوانید داشته باشید.

« علائم و تغییرات

« تیم مسلکی صحی

« حمایت

« تداوی و مدیریت

« انتظار چه چیزی را بعد از تداوی داشته باشید.

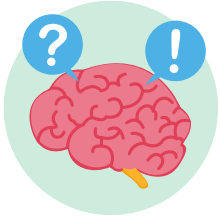
ممکن است بخواهید که صرف مواردی که بر شما تاثیر میگذارند را ملاحظه کنید. **همه سوالات مرتبط با شما نمیشوند.** تومورهای مختلف، تاثیرات مختلفی دارند و تداوی متفاوتی برای آنها مناسب است. اینکه نخواهید این سوالات را بپرسید یا پاسخ آنها را بشنوید اشکالی ندارد.



# محتوی

- 8 ..... تشخیص  
آزمایشها
- 10 ..... انتظار چه چیزی را در آینده داشته باشید
- 12 ..... علائم و تغییرات  
تشنج  
تغییر در قدرت فکر و شخصیت
- 16 ..... تیم مسلکی صحی  
تیمهای چند رشته ای  
تماس با داکترها و سایر اعضای تیم مسلکی صحی  
ملاقات ها با داکتر
- 20 ..... حمایت  
معلومات  
مسائل عملی  
مسائل مالی  
حمایت افراد همرده
- 24 ..... تداوی و مدیریت  
نظرات ثانوی  
سوالاتی در رابطه با تداوی های متفاوت  
عملیات جراحی  
داروهای خوراکی  
شیمی درمانی  
پرتودرمانی  
تداوی های دیگر  
زندگی صحتمند در زمان تداوی  
دواهای جایگزین و مکمل  
مطالعات (تراپلهای) کلینیکی  
مراقبت تسکینی
- 34 ..... پس از تداوی  
بازگشت به وضعیت طبیعی

- آیا می‌توانید نام تومور مرا بنویسید؟ آیا نام‌های دیگری برای تومور من وجود دارد؟



- درک جای مغز من است؟ آن بخش از مغز من چه کاری انجام می‌دهد؟

- آیا با سرعت کم یا زیاد در حال رشد است؟

- اندازه تومور چقدر است؟ چه مقدار تومور آنجا است؟

- چه چیز این تومور را به وجود آورده است؟ آیا این احتمال وجود دارد که خانواده من در خطر زیادتری برای مصاب شدن به تومور مغزی قرار داشته باشند؟

- مطمئن نیستم که این موضوع را چطور به خانواده یا اولاد (های) خود بگویم - چطور آنرا توضیح دهم؟

- چه چیزی برای دیگران در مواجهه با تشویش این تشخیص مفید بوده است؟ آیا شخصی وجود دارد که من و خانواده ام با او صحبت کنیم یا به ما کمک کند که از عهده این برآیم؟

## آزمایشها

- این آزمایش به ما چه معلوماتی می‌دهد؟ این معلومات چه تاثیری بر تداوی مراقبت از من خواهد داشت؟

- در این آزمایش چه اتفاقی می‌افتد؟ آیا دردناک است؟

- چه وقت نتیجه آزمایش را خواهم گرفت؟ چه کسی نتیجه آزمایش را به من خواهد گفت؟



- آیا می‌توانم یک کاپی از نتایج آزمایش را داشته باشم؟

- آیا باید تا زمان دریافت نتایج آزمایش به فعالیت‌های معمول خود ادامه دهم؟ آیا کاری هست که باید یا نباید انجام دهم؟





# انتظار چه چیزی را در آینده داشته باشید

- فکر میکنید که من چطور هستم؟
- آیا امکان بازگشت تومور من پس از تداوی وجود دارد؟
- در صورت امکان بازگشت تومور، چه مدت طول میکشد که بازگردد؟
- چه چانسی برای تداوی تومور من وجود دارد؟
- معمولا افرادی که مصاب به این نوع تومور هستند، چه مدت عمر میکنند؟ طولانی ترین مدت را که از آن مطلع هستید چقدر است؟
- چقدر چانس دارم که از آن جان به در ببرم؟
- آیا ممکن است که در آینده تومور من وخیم تر شود؟
- آیا تومور من خودش بهتر میشود؟ آیا اگر تداوی صورت نپذیرد بدتر میشود؟
- برای اینکه پیش بینی کنید در آینده چه اتفاقی می افتد، به چه چیزی توجه میکنید؟
- اگر نتوان تومور مرا تداوی نمود، چه چیز در آینده در انتظار من خواهد بود؟ بهترین روزها و بدترین روزهای من چطور خواهد بود؟



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....



- در آینده ممکن است چه علایمی به وجود آید؟
- کدام تغییرات طبیعی است؟ باید انتظار چه تغییراتی را داشته باشم؟
- آیا مشکلاتی هست که باید مراقب آنها باشم؟ اگر دچار یکی از این مشکلات شدم، چه کار باید بکنم؟
- این علایم چه مدت ادامه خواهد یافت؟ آیا این علایم دائمی است؟
- از چه کسی باید در رابطه با تداوی ها پرسان کنم؟
- از چه کسی باید درباره عوارض جانبی پرسان کنم؟
- چه علایم و تغییراتی را به شما بگویم؟
- آیا ظاهر من تغییری خواهد کرد؟
- آیا همچنان میتوانم کار کنم؟
- آیا میتوانم همان کارهایی را که پیش از این انجام میدادم را انجام دهم؟
- آیا به استراحت ضرورت خواهم داشت؟ آیا همان سطح انرژی را خواهم داشت؟
- آیا رانندگی کرده میتوانم؟ آیا مسولان رانندگی را از تومور خود آگاه کنم؟
- آیا زندگی جنسی من تغییر خواهد کرد؟
- اگر احساس غم، خشم و بیقراری داشته باشم، چه کار کرده میتوانم؟





.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



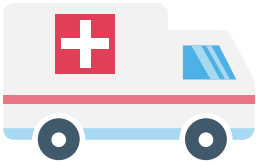
.....

.....

.....

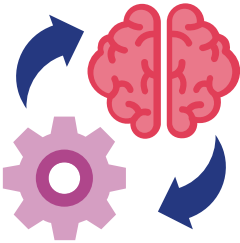
## تشنج

- آیا احتمال تشنج را دارم؟
- در صورت تشنج، خانواده ام چه کار باید بکنند؟
- چه وقت باید به شفاخانه بروم یا به آمبولانس تیلیفون کنم؟
- داشتن تشنج چطور است و چه احساسی دارد؟
- آیا تشنج همراه با علایم هشدار دهنده است؟



## تغییر در قدرت فکر و شخصیت

- شخصیت، اعمال و تفکر من چطور ممکن است تغییر کند؟
- آیا میتوانید مرا به شخصی که بتواند بررسی کند که آیا تفکر من در حال تغییر است، ارجاع دهید؟
- از کجا بدانم که تفکر و اعمال من تغییر میکند؟





.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



- چه کسی مسئول مراقبت ازمن است؟
- چه قسم داکتروکارکنان صحی از من مراقبت میکنند؟
- چه وقت افرادی را که از من مراقبت خواهند کرد، ملاقات میکنم؟
- هر سال چند نفر مثل من را تداوی میکنید؟
- اگر درباره مراقبت ازخود تشویش داشته باشم، با چه کسی صحبت کرده میتوانم؟
- آیا شخصی با داکترعمومی من درباره تومور من صحبت خواهد کرد؟
- آیا میتوانم یک ترجمان برای کمک داشته باشم؟
- آیا میتوانم با یک داکتر یا یکی از کارکنانی که ازفرهنگ خودم باشد، صحبت کنم؟

## تیمهای چند رشته ای

- تیم چند رشته ای چیست؟
- آیا شما به شمول تیم چند رشته ای مشغول به کارهستید؟
- داشتن تیم چند رشته ای به چه معناست؟
- این تیم چطوراز من مراقبت خواهد کرد؟





.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

## تماس با داکترها و سایر اعضای تیم مسلکی صحی

- اگر مشوره گیج کننده ای دریافت کنم ، با کدام شخصی صحبت کرده میتوانم؟



- اولین شخصی که میتوانم با او در تماس شوم چه کسی است؟
- چطور با تیم صحی خود در تماس شوم؟
- با داکتر عمومی خود درباره چه چیزی باید صحبت کنم؟
- با متخصص تومورشناس خود درباره چه چیزی باید صحبت کنم؟
- چه خدمات دیگری میتوانم دریافت کنم؟ چطور آنها را دریافت کنم؟
- چه کسی میتواند درباره دواهای من به من کمک کند؟
- وقتی که در شفاخانه نیستم با چه کسی صحبت کنم؟
- بعد از ساعت کاری چطور با شما در تماس شوم؟
- در مواقع عاجل با چه کسی صحبت کنم؟

## ملاقات ها با داکتر



- بعد از این چه کسی را خواهیم دید؟ چه وقت و کجا او را میبینم؟
- چه وقت شما را دوباره میبینم؟
- چقدر دیر بعد شما را میبینم؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

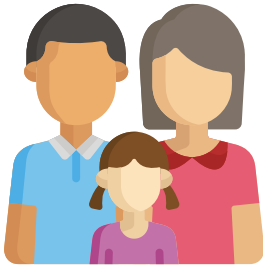


.....

.....

.....

- چه خدماتی درهنگام بیماری و تداوی من به من کمک میکند؟
- وقتی که به خانه می روم، چطور خدمات حمایتی را دریافت کنم؟
- آیا میتوانید مرا به سازمانهایی که به اشخاصی مثل من معلومات میدهند و از آنها حمایت میکنند، معرفی کنید؟
- به خانواده و دوستان خود چه باید بگویم؟
- به چه قسم خانواده من میتوانند مرا حمایت کنند؟
- آیا باید با مکتب اولاد خود درباره مریضی خود صحبت کنم؟ مکتب چطور میتواند در زمان بیماری به من کمک کند؟
- اگر قدرت تحمل آنرا نداشته باشم و یا احساس ضعف کنم چه؟
- آیا شخصی است که به من کمک کند که از پس آن برآیم؟ آیا کسی به خانواده من کمک کرده میتواند؟
- آیا کسی است که بتوانم درباره نیازهای روحی خود با او صحبت کنم؟
- چه کسی به من درباره نوشتن وصیتنامه یا دستورات پیشاپیش صحی کمک کرده میتواند؟



## معلومات

- آیا وب سایتهای قابل اعتماد که معلوماتی درباره تومور من بدهند وجود دارد؟
- کجا میتوانم بیشتر درباره تداوی بخوانم؟
- از کجا میتوانم حمایت شوم؟
- آیا معلومات بیشتری به سایر لسانها دارید؟
- آیا معلوماتی است که من بتوانم به خانواده و اولاد خود بدهم؟

## مسائل عملی

- چه کسی میتواند درباره حمایت های مالی یا دولتی به من معلومات بدهد؟ آیا خانواده من نیز میتواند کمک بگیرند؟
- کجا میتوانم موتر خود را وقتی که برای تداوی می آیم پارک نمایم؟
- آیا میتوانم یک مجوز پارک معلولین را دریافت کنم؟ چطور آنرا دریافت کرده میتوانم؟
- آیا اگر دیگرقادر به رانندگی نباشم ، میتوانم سند خرج تاکسی دریافت کنم؟
- اگر برای تداوی ضرورت به سفر داشته باشم ، در کجا میتوانم اقامت کنم؟ آیا خانواده من هم میتوانند در آنجا اقامت کنند؟
- آیا میتوانم برای کارهای خانه و باغچه کمک بگیرم؟ آیا میتوانم خدمات پرستاری و مراقبت در خانه را دریافت کنم؟
- آیا شخصی هست که بتواند به خانواده ام یاد بدهد که چطور در خانه از من مراقبت کنند؟
- آیا باید مصرف دواهای خود را پیگیری کنم؟ این کار را چه قسم میتوانم انجام دهم؟
- از کجا میتوانم تجهیزات لازم را برای کمک در خانه کرایه کنم؟
- از کجا یک موی ساختگی یا دستمال سر بگیرم؟



## حمایت افراد همرده

- آیا میتوانید مرا به کسی که تجربه مشابهی داشته است ارتباط دهید؟
- آیا شما گروههای حمایتی را میشناسید؟ این گروههای حمایتی چه قسم عمل میکنند؟
- چه گروههای حمایتی آنلاین و یا تلففونی را استفاده کرده میتوانم؟

## مسائل مالی

- فیس قرارهای ملاقات من چه مقدار خواهد بود؟ چه مقدار آن را از میدیکر پس خواهیم گرفت؟



- آیا در تداوی در سیستم عمومی با سیستم خصوصی متفاوت است؟ مصارف پرداختی از جیب چطور خواهد بود؟

- برای بیمه صحتی خود به چه مدارکی ضرورت خواهیم داشت؟

- اگر بیمه گذار صحتی خصوصی من از پرداخت فیس امتناع کند، چه کار کرده میتوانم؟

- آیا میتوانم با کسی درباره مسائل مالی صحبت کنم؟

- آیا میتوانم دواهای ارزانتر بگیرم؟

- آیا میتوانم برای مصارف آزمایش ها و تداوی کمک بگیرم؟



- آیا اگر برای تداوی و یا آزمایش سفر کنم، میتوانم کمک مالی دریافت کنم؟ آیا اگر خانواده ام همراه من سفرکنند، میتوانند کمک مالی بگیرند؟

- آیا میتوانم برای کمک به مصارف تداوی خود به ذخیره صندوق تقاعد خود دسترسی داشته باشم؟

- آیا سازمانی است که به اشخاصی که در شرایط مشابه من هستند، کمک مالی کند؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

- آیا شما برای تداوی افرادی که مصاب به توموری مشابه من هستید دستورالعملی دارید؟
- پیش از آنکه نوع تداوی خود را انتخاب کنم، چه مدت وقت دارم؟
- به عقیده شما بهترین نوع تداوی برای من چیست؟ چرا؟
- اگر این تداوی برای من موثر واقع نشد، چه انتخابی پیش رو دارم؟
- چطور میگویند که پیشرفت من چطور بوده است؟
- از کجا بدانم که باید تداوی را قطع کنم؟
- پلان تداوی من چیست؟ پس از آن چه اتفاقی می افتد؟
- چه چیز میتواند پلان تداوی مرا تغییر دهد؟
- اگر خودم نتوانم برای خودم تصمیم صحی بگیرم، چه کسی میتواند برای من تصمیم بگیرد؟ برای اینکه بتوانم به شخص دیگری کمک کنم که برای من تصمیم صحی بگیرد، چه کار باید انجام دهم؟



## نظرات ثانوی

- آیا میتوانید برای نظر ثانوی مرا به کسی که به او اعتماد دارید ارجاع دهید؟
- حتی اگر بخواهم برای تداوی نزد شما بمانم، آیا بازهم میتوانم یک نظر ثانوی دریافت نمایم؟
- چطور میتوانم سوابق صحی خود را به دست آورم تا آن را برای نظر ثانوی به یک داکتر دیگر ارائه دهم؟







## سوالاتی در رابطه با تداوی های متفاوت



- این تداوی چطور برعلایم و چانس بقای من تاثیر خواهد گذاشت؟
- تداوی به شمول چه چیز هایی خواهد بود؟ چه چیز را تجربه خواهیم کرد؟
- چه مدت طول میکشد تا ببینم که تداوی موثر واقع شده است؟
- قبل یا بعد از تداوی به چه آزمایش هایی ضرورت خواهیم داشت؟
- کجا میتوانم مورد تداوی قرار بگیرم؟ آیا میتواند نزدیک به خانه من باشد؟ آیا میتواند به صورت سرپایی باشد؟
- چه کسی مرا تداوی خواهد کرد؟ آیا او یک متخصص خواهد بود؟
- این تداوی چه تاثیری بر فعالیتهای روزمره من خواهد داشت؟ آیا کار، سفر یا رانندگی کرده میتوانم؟
- آیا این تداوی بر باروری من تاثیری خواهد داشت؟ چطور میتوانم باروری خود را مدیریت کنم؟
- بعد یا قبل از تداوی کدام چیز را خواهیم دید؟
- تاثیرات آن تا چه مدت دوام خواهد داشت؟ آیا پس از پایان تداوی ادامه خواهند داشت؟
- آیا میتوانیم از عوارض جانبی پس از تداوی جلوگیری کنیم؟ برای مدیریت عوارض جانبی چکار کرده میتوانیم؟

## عملیات جراحی

- آیا تصمیم دارید که تومور را به طور کامل خارج کنید؟
- عملیات را به چه قسم انجام خواهید داد؟
- آیا در طول عملیات، بیدار خواهم بود؟
- برش را کجا ایجاد خواهید کرد. اندازه آن چقدر خواهد بود؟
- آیا چیزی است که بتواند پلان شما را برای عملیات جراحی من تغییر دهد؟
- آیا این عملیات مرا شفا خواهد داد؟ آیا عملیات برای کنترل علائم به من کمک خواهد کرد؟
- چه چیزهایی را با خود به شفا خانه ببرم؟
- پس از آنکه بعد از عملیات بیدار شوم چه احساسی خواهم داشت؟ چه سیروم یا تیوبی خواهم داشت؟
- پس از عملیات تا چه مدت در شفاخانه خواهم ماند؟
- چه مدت طول میکشد تا بفهمیم که عملیات موفق بوده است؟



## بعد از عملیات جراحی

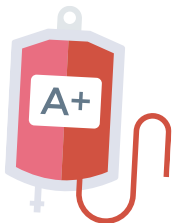
- آیا تومور را به صورت کامل خارج میکنید؟ چرا؟ چرا نه؟
- چه مقدار از تومور باقی مانده است؟ موقعیت آن کجاست؟

## داروهای خوراکی

- این تابلیتها برای چیست؟
- اگر برای خوردن تابلیتها دچار مشکل شوم، چه کار کرده میتوانم؟
- اگر یک دوز یا مقدار آن را فراموش کنم و یا آن را استفراغ کنم، چه کار باید بکنم؟
- اگر تعداد زیادی تابلیت مصرف کنم، چه کار باید کنم.
- این دواها را تا چه مدت باید مصرف کنم؟
- آیا لازم است که درهنگام مصرف اینها، دواهای فعلی خود را نیز مصرف کنم؟
- آیا این دواها تاثیری بر وضعیت صحتی من میگذارند؟
- آیا میتوانم این تابلیتها را ازدواخانه همیشگی خود بگیرم؟
- آیا باید پیشاپیش این دواها را مجددا خریداری کنم؟ آیا دوزیای نسخه من تغییر خواهد کرد؟
- آیا باید در صورت که دچار تشنج شدم، به مصرف دواهای تشنج ادامه دهم؟ آیا باید دوز آن را تغییر دهم؟



## شیمی درمانی



- در هنگام شیمی درمانی چه دواهایی را باید بگیرم؟ چه دوزی؟
- شیمی درمانی به چه قسم انجام میشود؟
- برای محافظت از خود قبل و بعد از شیمی درمانی، نیاز به انجام چه کاری دارم؟ سایر اشخاص چگونه؟
- آیا در زمان شیمی درمانی ضرورت به کنترل زاد دارم؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



## پرتودرمانی



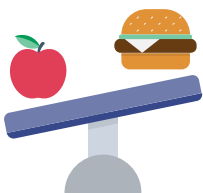
- چه قسم پرتو درمانی دریافت خواهم کرد؟
- پیش از پرتو درمانی، چه قسم عملیاتی خواهم داشت؟
- آیا در زمان پرتو درمانی به یک ماسک ضرورت خواهم داشت؟
- آیا میتوانید به من یاد بدهید که چطور در طول تداوی آرام باشم؟
- به چه قسم از جلد خود در زمان پرتو درمانی محافظت کنم؟
- آیا پرتودرمانی بر قدرت فکر من تاثیر میگذارد؟

## تداوی های دیگر

- آیا تداوی یا مطالعات (تراپیهای) کلینیکی جدیدی وجود دارند که به من کمک کنند؟ آیا آنها در اینجا و یا در شفاخانه های دیگر هستند؟
- من مطالبی درباره روشهای جدید تداوی سرطان شنیده ام آنها چه هستند؟ آیا میتوانند به من کمک کنند؟

## زندگی صحتمند در زمان تداوی

- آیا میتوانم در زمان تداوی به کار خود ادامه دهم؟ چطور میتوانم علایم و عوارض جانبی را حین انجام کار مدیریت کنم؟
- آیا برای رژیم غذایی خود تغییر یا مکملی وجود دارد که به من کمک کند که در طول تداوی صحتمند باقی بمانم؟





- آیا در زمان تداوی رانندگی کرده می‌توانم؟
- اگر احساس خستگی کردم چه کار باید بکنم؟ آیا باید استراحت کنم؟ آیا ورزش کمی میکند؟
- آیا کار دیگری هست که بتوانم انجام دهم تا در زمان تداوی صحتمند باقی بمانم؟

## دوای‌های جایگزین و مکمل

- دوای‌های جایگزین و مکمل چه هستند؟
- آیا دوای‌های جایگزین و مکملی وجود دارند که به من کمک کنند؟ آیا دوای‌هایی هستند که باید از آنها اجتناب کنم؟
- چطور بدانم که دوای‌های جایگزین بی خطر هستند؟
- آیا می‌توانید وبسایتها و معلومات قابل اعتمادی را درباره دوای‌های جایگزین توصیه کنید؟
- آیا می‌توانم ویتامینهای معمول و یا دوای‌های گیاهی خود را در مدت تداوی استفاده کنم؟
- آیا ممکن است که سایر دوای‌هایی که استفاده می‌کنم، در تداوی صحت من مشکل بوجود آورد؟
- آیا لازم است که با شما درباره دوای‌های دیگری که استفاده می‌کنم، صحبت کنم؟
- آیا فرد مسلکی صحتی دیگر من می‌تواند برای صحبت کردن درباره مراقبت از من با شما در تماس شود؟



## مطالعات (ترایلهای) کلینیکی



- مطالعات (ترایلهای) کلینیکی چیست؟
- آیا مطالعات (ترایلهای) کلینیکی وجود دارند که مناسب من باشند؟
- اشتراک در مطالعه یا آزمایش به چه معنی است؟
- اگر وارد این مطالعه شوم، چه باید پرداخت کنم؟
- اگر در زمان اشتراک در مطالعه، کدام مشکلی داشته باشم با چه کسی در تماس شوم؟

## مراقبت تسکینی



- مراقبت تسکینی چیست؟
- مراقبت تسکینی چه نفع برای من دارد؟
- آیا میتوانم از تیم مراقبت تسکینی در خانه کمک بگیرم؟



Horizontal dotted lines for writing practice.



- آیا درآینده به تداویهای بیشتری ضرورت خواهم داشت؟
- برای بهتر شدن چه کار میتوانم بکنم؟
- درآینده به چه آزمایشهایی ضرورت داشت؟ برای چه؟ هرچند وقت یکبار به آنها ضرورت خواهم داشت؟
- چه کسی را پس از پایان تداوی خواهم دید؟ هر چند وقت یکبار آنها را خواهم دید؟
- اگر درباره بازگشت تومور خود تشویش داشته باشم، چه باید بکنم؟
- اگر تومور من دوباره بازگردد، چه قسم تداوی میتوانم داشته باشم؟



## بازگشت به وضعیت طبیعی

- در طول مدت بهبودی من چه خواهد شد؟
- چه مدت طول میکشد که به حال طبیعی برگردم؟
- آیا هر کدام از علائم و یا تغییرات دائمی خواهد بود؟
- درباره کنار آمدن با تغییرات در زندگی ام باید با چه کسی صحبت کنم؟
- پیش از آنکه به سرکار برگردم، در چه موردی باید فکر کنم؟
- آیا می توانید مرا به شخصی ارجاع دهید تا به من کمک کند که به سرکار برگردم؟
- درباره مرض خود چه باید به صاحبکار خود بگویم؟
- چه وقت میتوانم که مجددا رانندگی کنم؟
- آیا دوباره سفر کرده میتوانم؟







**BRAIN TUMOUR**  
ALLIANCE AUSTRALIA Inc.

برای معلومات بیشتر

در تماس شوید: 1800 857 221 📞

ایمیل کنید: [enquiries@btaa.org.au](mailto:enquiries@btaa.org.au) ✉️

ملاقات کنید: [btaa.org.au](http://btaa.org.au) 🌐