



# Støtte til livet med kræft

### Forberedelseskema – en hjælp til dig – forud for samtale om rehabilitering og palliation

Din kræftsygdom og behandling kan medføre symptomer og forandringer i hverdagen, som du og dine pårørende kan opleve som belastende. Skemaet hjælper dig med at finde frem til de problemer, der fylder mest. Du kan bruge skemaet som forberedelse til samtale med personalet, så du får den rigtige hjælp og støtte. Du bestemmer selv, om du vil bruge skemaet og behøver ikke aflevere det til nogen. Det kan være en god idé, at du udfylder skemaet sammen med dine nærmeste, som eventuelt også kan deltage i samtalen.

### Problemer/udfordringer i hverdagen, som du gerne vil tale om

Marker ved at sætte kryds i ja eller nej rubrikkerne, hvilke problemer eller udfordringer du/I oplever i hverdagen.

#### Udfordringer med de daglige gøremål

Ja Nej

- Indkøb, madlavning, vask af tøj mm
- Børnepasning
- Bad og påklædning
- Boligforhold
- Forsikring/økonomi
- Transport
- Arbejde/skole
- Hjælpemidler
- At tage medicin

#### Udfordringer i dit sociale liv

Ja Nej

- Børn
- Arbejde
- Partner/samlever
- Netværk fx venner, bekendte, kollegaer
- Helbredsproblemer blandt dine nærmeste
- At leve godt/sundt
- At være sammen med andre
- At dyrke fritidsinteresser, fx hobby, sport eller lign.
- At følge min tro og deltagelse i trosmæssigt fællesskab
- At have nogen at dele bekymringer og tanker med

#### Jeg får støtte fra

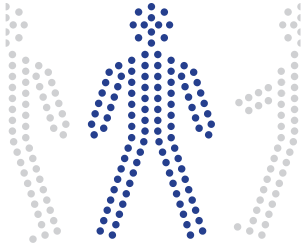
Ja Nej

- Min familie
- Omgangskreds, venner
- Kommunal hjælp fx hjemmepleje, sagsbehandler, jobcenter
- Egen læge
- Hospital
- Andre

#### Fysiske og psykiske udfordringer

Ja Nej

- Træthed/manglende energi/søvn
- Smerter
- Nedsat syn/hørelse
- Vejrtrækning
- Mad/drikke
- Kvalme/opkastninger
- Forstoppelse/diarre
- Infektion/feber
- Kropslugt
- Vandladning
- Hud/slimhinder/sår
- Nedsat bevægelighed og muskelkraft
- Hævelse af fx arme/ben/hals
- Svimmelhed/balance
- Føleforstyrrelser
- Seksualitet
- Mulighed for at få børn
- Udseende
- Hukommelse/koncentration
- Tanker om døden
- Frygt/angst
- Nervøsitet/bekymring
- Tristhed/sorg



# Støtte til livet med kræft

## Belastningsgrad

Hvor belastet er du i hverdagen?

Sæt kryds på termometeret

Meget belastet



Ikke belastet

Hvad er vigtigt for dig i din hverdag?

---

---

---

---

---

---

---

---

Hvad skal kræftsygdommen ikke forhindre dig i?

---

---

---

---

---

---

---

---

Hvad bekymrer dig mest?

---

---

---

---

---

---

---

---

Andre områder, du gerne vil tale om

---

---

---

---

---

---

---

---