



Förstå diagnosen

Under första tiden är det mycket information om sjukdomen och hur den behandlas och förstå vad som händer. Fråga direkt när du inte förstår. Här är några punkter som kan underlätta:

- Skriv upp alla frågor du vill ställa så att du kommer ihåg dem
- Ta med block och penna eller skriv i din mobiltelefon för att anteckna viktig information
- Ta med en vän eller släkting. De kanske minns detaljer som du missade
- Be om informationsbroschyrer
- Fråga om det finns några stödgrupper som kanske kan hjälpa dig
- Fråga om det finns några stödgrupper för anhöriga