



# Min vårdplan

## Information till dig som fått diagnosen njurcancer.

Vårdplanen får du för att du ska kunna vara delaktig i vården i den utsträckning som du önskar. Vårdplanen bidrar 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 under utredning och behandling.

Min vårdplan uppdateras när vård och behandling ändras på ett sätt som har betydelse för dig. Därför vill vi att du tar med dig din vårdplan vid varje besök hos oss.

## Idag har du träffat:

Läkare:

.....

Kontaktsjuksköterska:

.....

## Tidsplan för undersökning, behandling och operation

Tidpunkt	Undersökning/Behandling/Operation
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

### Idag har vi pratat om:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### Vad behöver du ha extra stöd med just nu?

- Oro
- Smärta
- Trötthet
- Kost
- Närstående
- Minderåriga barn
- Arbete/studier
- Sömn
- Sexualitet
- Fysisk aktivitet
- Relationer
- Annat .....

## Planering utifrån ovan

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Frågor inför nästa besök:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Känslomässiga reaktioner

När man får ett besked om cancer eller misstanke om cancer är det vanligt att hamna i en kris.

Det är vanligt att känna sig till exempel orolig eller arg eller att börja fundera över frågor som: Varför har just jag fått cancer?

Om du eller dina närstående behöver hjälp med krisbehandling eller stödsamtal, praktisk hjälp och vägledning avseende sociala och juridiska frågor samt stöd vid samordning av kontakter och åtgärder i samhället.

Kontakta kontaktsköterska så förmedlar hon kontakt med kurator.

## Cancerrehabilitering

De flesta som har cancer behöver rehabilitering. Cancerrehabilitering är allt som kan göra att livet blir så bra som möjligt före, under och efter behandlingen av sjukdomen.

Rehabilitering vid cancer är alla åtgärder som kan minska de besvär eller problem som sjukdomen kan orsaka på olika sätt.

Var engagerad och delta aktivt i din rehabilitering. Då kan rehabiliteringen ge resultat.

Mer information finns på [1177.se](http://1177.se)

## Ny medicinsk bedömning

Du har rätt att få en ny medicinsk bedömning. Det innebär att du blir undersökt av en annan läkare. Syftet är att du ska känna dig trygg med att du får den vård och behandling som passar dig bäst. Mer information finns på [www.1177.se](http://www.1177.se)

## Minderåriga barn

Om du har barn så mår de bra av att få veta vad som händer med dig som förälder och de har ett behov av att känna sig delaktiga. Du kan få råd om hur och vad du ska berätta för dina barn. Mer information finns även på [www.cancerfonden.se](http://www.cancerfonden.se)

## Sjukresor

Du kan ansöka om få ersättning för dina sjukresor. Mer information finns på [1177.se](http://1177.se)

## Mer information

[www.1177.se](http://www.1177.se)

[www.cancercentrum.se](http://www.cancercentrum.se)

[www.cancerfonden.se](http://www.cancerfonden.se)

[www.prostatacancerforbundet.se](http://www.prostatacancerforbundet.se)

# Kontaktuppgifter

## Kontaktsjuksköterska

När du undrar över något som rör din sjukdom ska du kontakta din kontaktsjuksköterska

**Telefonnummer: 033-616 10 45**

Röstbrevlåda öppen måndag-fredag mellan kl 8-12. Vi ringer dig senast nästkommande vardag. Observera att vårt telefonnummer inte visas på din telefons display när vi ringer upp.

## Urologmottagning

Behöver du komma i kontakt med oss samma dag, ring mottagningens telefonrådgivning.

**Telefonnummer 033-616 10 55, val 2,**

Telefontider: måndag-onsdag och fredag 7.30-10.00

## Vid akuta besvär kvällar/nätter eller helg

Ring 1177 för rådgivning.

**Telefonnummer: 1177**

## Operationsplanering

Om du vill ha information om väntetid inför operation.

**Telefonnummer: 033-616 10 55, val 4**

Telefontider: måndag-fredag 07.30-9.00

1177 – tryggt om din hälsa och vård

På 1177.se kan du få mer information om sjukdomar, undersökningar, behandlingar och läkemedel samt få råd om hälsa. Du kan även läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt. [www.1177.se](http://www.1177.se)