



## O MEU DIAGNÓSTICO

O nome do meu **oncologista** é: \_\_\_\_\_

Telefone: \_\_\_\_\_ Email: \_\_\_\_\_

Nome do meu **enfermeiro** ou outro membro da equipa: \_\_\_\_\_

Qual o nível de extensão do **tumor**? \_\_\_\_\_

Consegue informar a que ritmo está a crescer? \_\_\_\_\_

Para onde é que o **tumor** já se espalhou? (Selecione todas as opções aplicáveis)

Cérebro  Ossos  Sistema linfático  Fígado  Pulmão  Outros

Terei alguns **sintomas** devido aos **tumores**?

\_\_\_\_\_

Que exames vou precisar de imediato e qual a sua duração?

\_\_\_\_\_

Que **tipo de cancro da mama** tenho? (Selecione todas as opções aplicáveis)

Recetores hormonais positivos  Recetores hormonais negativos

HER2 positivo  HER2 negativo

Triplo negativo

O que é que isto significa em relação ao tratamento que vou receber?

\_\_\_\_\_

Já alguma vez tratou este tipo de **cancro anteriormente**?

\_\_\_\_\_

O que mais considera que devo saber sobre o cancro?

\_\_\_\_\_



## O MEU TRATAMENTO

Que medicamentos vou tomar? \_\_\_\_\_

Quais são os possíveis **efeitos secundários**? \_\_\_\_\_

Há alguma coisa que possa comer ou beber, antes e depois do meu tratamento oncológico, para prevenir as **náuseas**, **diarreia** ou outros **efeitos secundários**?

\_\_\_\_\_

O que posso fazer para ajudar a lidar com a fadiga devido ao cancro ou ao tratamento?

\_\_\_\_\_

Preocupa-me perder o **cabelo**, há alguma coisa que possa fazer para o evitar?

\_\_\_\_\_

Com que frequência farei o **tratamento**?

\_\_\_\_\_

Irei necessitar de uma perfusão intravenosa?

\_\_\_\_\_

Quanto tempo deverei prever para a duração das consultas?

\_\_\_\_\_

Quando e como será avaliado o meu progresso?

\_\_\_\_\_

Irei fazer **radioterapia** ou **cirurgia**?

\_\_\_\_\_

Quais são os benefícios para mim de participar num **ensaio clínico**?

\_\_\_\_\_



## AS MINHAS EMOÇÕES

Quem está disponível neste consultório ou **hospital** para me ajudar em relação à **ansiedade** ou **depressão**?

---

Está disponível um **psico-oncologista** ou **outro profissional de saúde** com experiência no tratamento de pessoas com cancro metastático que me possa ajudar?

Nome: \_\_\_\_\_ Número de telefone: \_\_\_\_\_

Nome: \_\_\_\_\_ Número de telefone: \_\_\_\_\_

Nome: \_\_\_\_\_ Número de telefone: \_\_\_\_\_

Nome: \_\_\_\_\_ Número de telefone: \_\_\_\_\_

Podem dar-me o nome de um assistente social que trabalhe com doentes com **CMM**?

---

Quais são os **grupos de apoio** para mulheres com **CMM** nesta zona?

---

Em que outro lugar posso conversar com outras mulheres com **CMM**?

---

Estão disponíveis **técnicos de aconselhamento** que me ajudem a conversar com a minha família?

---

Estes serviços estão cobertos pelo meu **seguro** de saúde?

---



## A MINHA SAÚDE

Estou preocupada com a minha alimentação, têm algum **dietista** que trabalhe com pessoas que estão a tomar medicamentos anticancerígenos e a fazer **quimioterapia**?

Nome: \_\_\_\_\_ Número de telefone: \_\_\_\_\_

Há alguma coisa que eu possa fazer para me ajudar a sentir mais forte e menos exausta?

---

Recomenda alguma terapêutica **complementar** ou centros específicos que trabalhem com pessoas com cancro?

---

Que medicinas **complementares** estão associadas ao vosso hospital ou clínica?

---



## OS MEUS RELACIONAMENTOS

Tem alguma orientação que me possa dar sobre como contar às pessoas sobre o meu **diagnóstico**?

---

Pode encaminhar-me para um psicólogo pediátrico com experiência em **doenças terminais** na família?

Nome: \_\_\_\_\_ Número de telefone: \_\_\_\_\_

Que informação ou brochuras pode partilhar comigo sobre o impacto que o **diagnóstico** terá na minha família?

---

O tratamento irá afetar a minha vida **sexual**?

---



## O MEU TRABALHO

Na sua opinião, quanto tempo vou conseguir continuar a **trabalhar** enquanto recebo **tratamento**?

---

Quando vou saber se estou a responder a este **tratamento**? Após a primeira terapêutica ou depois?

---

Haverá períodos em que me vou sentir melhor e poderei ir trabalhar, se assim o desejar?

---

O que fazem habitualmente as pessoas na minha situação em relação ao **trabalho**?

---

## NOTAS

O que fiquei a saber?

---

---

---

O que é importante para mim?

---

---

---

Que perguntas tenho?

---

---

---