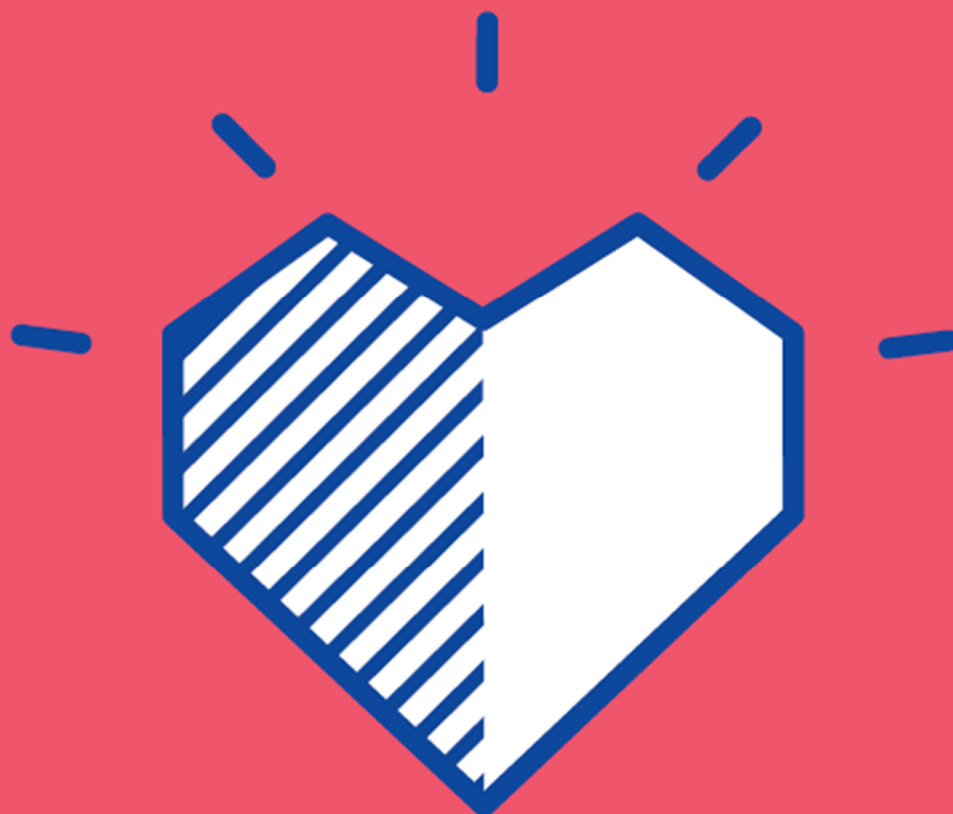


ZIUA MONDIALĂ
DE LUPTĂ
ÎMPOTRIVA
CANCERULUI
2016

EU POT



SĂ ÎI SPRIJIN PE ALȚII



ÎN 4 FEBRUARIE
#WeCanICan
#WorldCancerDay

WWW.WORLDCANCERDAY.ORG

EU POT – SĂ ÎI SPRIJIN PE ALȚII

Sprijinul venit de la prieteni, familii, angajatori și colegi, poate ajuta o persoană cu cancer să se adapteze mai bine la schimbările pe care cancerul le aduce în viața acesteia și să-și amelioreze calitatea vieții.

Pentru unele persoane, sprijinul poate fi necesar pe parcursul mai multor ani după momentul diagnosticului, deoarece aceste persoane continuă să trăiască cu efectele fizice și emoționale ale cancerului, chiar dacă tratamentul este finalizat.

Membrii familiei, în special partenerii, pot fi o sursă esențială de sprijin pentru o persoană care trăiește cu cancer. De multe ori, membrii familiei preiau rolul de îngrijitor, iar adaptarea la această schimbare de roluri poate pune presiune asupra relațiilor¹.

Menținerea unor linii de comunicare deschise și discuțiile despre sentimente pot fi moduri importante pentru a ajuta cuplurile să facă față schimbării relațiilor și altor provocări fizice și emoționale pe care le generează cancerul.

Prietenii pot juca un rol major în acordarea de sprijin emoțional, social și practic.

Petrecerea timpului cu o persoană, disponibilitatea de a vorbi despre experiențele acesteia și acordarea de asistență pentru rezolvarea unor probleme sau sarcini, pot fi extrem de utile².

La locul de muncă, sprijinul venit din partea angajatorilor și colegilor poate reduce anxietatea și oferă puterea și încrederea de a reveni cu succes la locul de muncă. Pentru angajatori, decizia unor ajustări, precum modificări ale sarcinilor, programului de lucru sau a funcției și menținerea unei comunicări deschise, pot fi factori importanți pentru succesul întoarcerii oamenilor la serviciu. Pentru colegii de muncă, sensibilitatea la nevoile și sentimentele unei persoane afectate de cancer și păstrarea contactului în timpul în care persoana nu este la serviciu, pot fi aspecte foarte utile. Unele firme au un program de asistență pentru angajați sau alt tip de rețea de sprijin, pentru a ajuta angajații afectați de cancer sau de alte boli^{3,4}.

SPERANȚA ȘI SPRIJINUL ACORDATE UNEI PERSOANE CU CANCER POT DUCE LA O SCHIMBARE MAJORĂ ÎN VIAȚA ACESTEIA.

1. Girgis A, Lambert S, Johnson C, et al. (2013). Physical, Psychosocial, Relationship, and Economic Burden of Caring for People With Cancer: A Review. *J Oncol Practice*, 9, 197-202

2. American Cancer Society. Be a friend to someone with cancer.

<http://www.cancer.org/treatment/understandingyourdiagnosis/talkingaboutcancer/howto-be-a-friend-to-someone-with-cancer>

3. Macmillan Cancer Support. Work and Cancer. <http://www.macmillan.org.uk/information-and-support/organising/work-and-cancer/if-youre-an-employer>

4. American Cancer Society. When someone you know has cancer.

<http://www.cancer.org/treatment/understandingyourdiagnosis/talkingaboutcancer/whensomeoneyouknowhascancer/when-someone-youknow-has-cancer-toc>