

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ СТОЛКНУЛИСЬ С РЕЦИДИВОМ?

1. Относитесь к рецидиву как ко второму кругу борьбы с раком

Ведь первый уже закончился вашей победой, правда? Если вам обидно и грустно — это нормально. Прочувствуйте это, обратитесь к психологу и двигайтесь дальше.

2. Не забывайте про второе и третье мнение

Иногда постановка рецидива бывает ошибочной — его могут спутать с последствиями лечения.

3. Составьте четкий план лечения

Обсудите все детали с врачом. В этот раз будет меньше неопределенности — ведь вы примерно понимаете, что будет с вашим организмом и как это пережить. Вы знаете, как подготовить себя физически и морально.

4. Помните, что вы уже многое знаете

Вы понимаете, куда надо идти, что делать или чего не делать — многое уже проверено опытным путем. Вы знаете, где получить помощь или найти нужную информацию.

4. Не замыкайтесь в себе

Ваши близкие и родные уже знают, что такое рак и как проходит борьба с ним, им будет проще вам помочь. Будьте с ними в контакте и не оставайтесь один на один с рецидивом.