

VIDA EM LIBERDADE.

A possibilidade de viver os momentos mais preciosos da vida em liberdade.

Guia para conversar com seu(u) médico(a) sobre a LLC

Este guia contribui na preparação para sua próxima consulta médica. Independente de onde você esteja em sua trajetória com Leucemia Linfocítica Crônica (LLC), aqui estão alguns tópicos e perguntas importantes a serem considerados para ter conversas mais efetivas com seu(u) médico(a). É fundamental procurar ser claro e específico no que você deseja comunicar, seja qual for a fase do seu diagnóstico e/ou tratamento.

| Recentemente diagnosticado com LLC... E agora?

Os primeiros passos após um diagnóstico de LLC podem ser confusos e assustadores. É natural querer lutar contra a doença imediatamente. No entanto, antes de considerar as opções de tratamento para LLC, é importante entender o que esperar do seu diagnóstico.

Após o diagnóstico inicial, alguns exames de sangue serão pedidos para definir se você tem alguma alteração genética (mutação ou deleção) que podem ajudar a determinar o melhor tratamento para você.¹ Alguns desses exames acontecerão ao longo de sua trajetória.

- ◆ Quais exames serão feitos? Para que eles servem?
- ◆ Existem mutações genéticas específicas que preciso ter conhecimento? Qual é o impacto destas mutações na doença?

Escreva outras perguntas:

| Como estou me sentindo?

Lembre-se de sempre dizer ao seu médico como está se sentindo. Documente seus sintomas entre compromissos, uma vez que como está se sentindo no dia de um compromisso nem sempre reflete como você se sente normalmente.

- ◆ Existe algum sintoma que eu devo prestar atenção e compartilhar em minha consulta médica?

Como estou me sentindo
nesse momento:



Possíveis sintomas:

| Eu preciso mudar meu estilo de vida?

Se você tiver alguma dúvida sobre estilo de vida, não tenha vergonha de perguntar para receber ajuda! Comece a pensar sobre as maneiras em que a LLC está impactando sua vida.

- ◆ Posso continuar trabalhando ou fazendo minhas atividades diárias ou devo modificar alguma delas?
- ◆ Mudanças no estilo de vida, como dieta e exercícios, podem melhorar minha condição?
- ◆ É aconselhável obter um encaminhamento para um fisioterapeuta ou nutricionista?
- ◆ Há algo que devo evitar?
- ◆ Você recomenda algum recurso ou grupos de apoio a pacientes?

Escreva outras perguntas:

| Quais são os próximos passos?

Como muitas pessoas com a LLC recém-diagnosticada, você pode estar em um período de "assistir e esperar" (observação e acompanhamento), para ver se a doença progride.

Alguns pacientes podem nunca precisar de tratamento.² Caso você esteja no momento de definir o melhor tratamento para o seu caso, estão disponíveis algumas opções.

Escreva outras perguntas:

- ◆ Posso fazer algo para melhorar minha condição?

Caso esteja sendo considerado iniciar um tratamento:

- ◆ Por quanto tempo devo utilizar o tratamento? Ele será por um período ou deverei mantê-lo sempre?
- ◆ Como funciona o tratamento?
- ◆ Que tipo de resultados devo esperar?
- ◆ Como o tratamento me afetará?

Escreva outras perguntas:

Lembre-se de ser o protagonista do seu tratamento

Durante sua trajetória com LLC lembre-se de:



SER VOCAL:

Quando se trata da sua saúde. Esclareça suas dúvidas em suas consultas médicas e empodere-se de todos os detalhes que você precisar.



SER ORGANIZADO:

Procure anotar quaisquer alterações em sua condição... Uma boa dica é também anotar as perguntas que você gostaria de fazer. Assim, você otimiza sua consulta médica!



SEJA PROATIVO:

Trabalhe com sua rede de apoio para encontrar uma estratégia e estilo de vida que funcione para você!

Lembre-se que você tem um círculo de contatos importantes para apoio ao longo da sua trajetória. Tenha os contatos sempre em mãos:

| Médico(a)

Nome:

Telefone:

| Enfermagem

Telefone:

| Especialista em exercício

Nome:

Telefone:

| Nutricionista

Nome:

Telefone:

| Psicólogo(a)

Nome:

Telefone:

| Contato adicional

Nome:

Telefone:

| Farmacêutico(a)

Nome:

Telefone:

| Contato adicional

Nome:

Telefone:

LEIA SOBRE A LEUCEMIA
LINFOCÍTICA CRÔNICA:



Referências

1. Eichhorst. Chronic lymphocytic leukemia: ESMO Clinical Practice Guidelines for diagnosis, treatment and follow. ESMO (2015)

2. Cancer.Net. Chronic Lymphocytic Leukemia. Disponível em: <https://www.cancer.org/cancer/types/chronic-lymphocytic-leukemia.html>. Acesso em 16 de julho de 2024.

Material destinado exclusivamente ao público geral. Este material é protegido por D. Autorais e por outras Leis de proteção de propriedade intelectual. Qualquer reprodução total ou parcial, alteração, compartilhamento ou uso impróprio deste conteúdo sem autorização prévia da empresa é expressamente proibido. Todos os Direitos Reservados. BR-ONCC-210006. Aprovado em julho/2024.