

Lepší informovanost o nemoci

- **Informační materiál, který si pacientka může odnést domů** hned po zjištění diagnózy/znovuobjevení nemoci: základní informace o nemoci, stručně shrnuté, podané srozumitelně i pro laika, obsahující odkazy na ověřené zdroje detailnějších informací, odkazy na instituce, u kterých je možné hledat pomoc (např. psychologickou), na patientské organizace (s popisem, co vše jsou schopné nabídnout). Ne vždy je schopna pacientka v šoku vnímat všechny potřebné informace.
- Ideálně více času, který lékař věnuje pacientce, individuální přístup k pacientce: **vysvětlování diagnózy, následného postupu léčby** a co je a co není při léčbě normální.
- Pacientky lépe informovat **o možnosti návratu onemocnění v podobě metastáz**, ale měly by o tom být informovány a důrazně dbaly na prevenci, ale takovým způsobem, aby se zbytečně nevyděsily.
- **Zvýšit povědomí o cílené/biologické léčbě**, dobře vysvětlit, pro koho je vhodná a v čem spočívá.

Lepší péče, usnadnění zvládnutí léčby

- Poskytnout **praktické tipy na zvládnutí nežádoucích vedlejších účinků a průběhu léčby** (např. co pomáhá zvládat stavy po chemoterapii, co pomáhá na spálenou pokožku po ozařování, co je dobré vzít s sebou na pobyt v nemocnici, informovat o možnosti parkování zdarma v nemocnici).
- **Dodržování časů vyšetření** (aby pacientka nemusela dlouho čekat v čekárně).
- **Přednostní odbavení** onkologických pacientek v ordinacích praktických a jiných lékařů
- Zaslání pacientky na všechna možná **vyšetření, která by mohla odhalit onemocnění/jeho progresi včas a předcházet tak komplikacím** nebo mnohačetným operacím (např. genetické testy, PET vyšetření, nevyřazování pacientky z onkologického oddělení předčasně).
- **Zpříjemnění prostředí** v čekárnách, hrací koutek pro děti.
- **Usnadnění dopravy** na vyšetření.
- **Nabídnout možnosti/dát lépe vědět** o existujících možnostech **rehabilitace** a zlepšování fyzického stavu (nabídce plavání, jógy apod. pro pacientky).

Pomoc v každodenním životě

- **Finanční výpomoc**, pokud je potřeba.
- **Pomoc s vyřizováním invalidního důchodu.**
- **Pomoc s péčí o děti/závislé členy rodiny** a pomoc **se staráním se o domácnost**, pokud toho pacientka není schopna (např. úklid)
- Umožnit pacientkám **být stále aktivní a cítit se užitečná** – velká nabídka různých aktivit, z kterých je možné si vybrat, těm, které chtějí dát možnost angažovat se.
- **Edukace zaměstnavatelů** o tom, že většina žen s karcinomem prsu je stále schopná do určité míry vykonávat své povolání a pomůže jim, pokud se jim zaměstnavatel snaží vyjít vstříc (nabídne home-office, částečný úvazek).
- **Umožnit co nejnormálnější fungování a maximálně snížit pocit pocit neužitečnosti a nedůstojnosti.**