



VÄGEN FRAMÅT

Om det går, ta med en vän eller anhörig till besöket som kan hjälpa dig hålla reda på all information.

HÄR FÖLJER NÅGRA FRÅGOR SOM DU KANSKE VILL STÄLLA:

- ✓ Vilka alternativ till rehabilitering har jag?
- ✓ Finns det risk för att canceren kommer tillbaka? Vilka varningstecken ska jag vara uppmärksam på?
- ✓ Är det säkert för mig att motionera? I så fall, hur ska jag träna, hur ofta och hur intensivt?
- ✓ Rekommenderar du att jag får sjukgymnastik?
- ✓ Kan du rekommendera en kurator?
- ✓ Vilka informationskällor om kost och motion ska jag gå till som jag kan lita på?
- ✓ Ska jag lägga om kosten och i så fall hur? Ska jag försöka gå ner eller upp i vikt?
- ✓ Ska jag ta vitaminer och andra kosttillskott och i så fall vilka?
- ✓ Förutom kost, motion och viktkontroll, vilka andra livsstilsförändringar ska jag göra?
- ✓ Ska jag ändra vad jag prioriterar i livet?
- ✓ Vad händer närmast? Vad behöver jag göra nu?

Kom ihåg att skriva ner dina frågor också. Tänk på att det inte bara är läkare som kan ge dig information. Andra inom sjukvården, som sjuksköterskor och kuratorer, kan också svara på en del av dina frågor.
