

Przewodnik po dyskusji z pracownikami ochrony zdrowia

ADVANTAGE
HERS 

Życie z przewlekłą chorobą zapalną*, taką jak: reumatoidalne zapalenie stawów, osiowe zapalenie stawów kręgosłupa, tłuszczycowe zapalenie stawów oraz tłuszczycza może być trudne.

Nie zawsze będziesz mieć przewagę nad swoją chorobą, jednak ważne jest, aby kontrolować jak najwięcej jej objawów. Ten przewodnik ma stanowić wsparcie na każdym etapie walki z chorobą, ułatwiając komunikację z pracownikami ochrony zdrowia.

Wizyta w placówce ochrony zdrowia

Przygotuj się – opowiedz o swoich objawach, ostatnich zmianach i celach leczenia.

Obserwuj swoje samopoczucie i objawy – staraj się prowadzić dziennik, który będziesz przynosić na wizyty.

Rób notatki – upewnij się, że zapisujesz wszystkie istotne kwestie.

Nie spiesz się – jeśli nie rozumiesz wszystkiego, o czym mówi pracownik ochrony zdrowia, możesz poprosić o wyjaśnienie.



Opcje leczenia

Rozważ leczenie jak najszybciej po rozpoznaniu choroby – wczesne rozpoczęcie leczenia może spowolnić postęp choroby.^{1,2}

Kontynuuj leczenie zgodnie z zaleceniami – jeśli potrzebujesz pomocy, ustaw przypomnienia o przyjęciu leku i odbiorze recept.

Stwórz długoterminowy plan leczenia – wspólnie z zespołem medycznym ustal cele krótko- i długoterminowe.

Rozmawiaj szczerze i otwarcie – rzeczy, które mogą wydawać się nieistotne, mogą być ważne dla Twojego zespołu medycznego.

Zespół wsparcia opieki zdrowotnej

Pamiętaj, że nie jesteś sama – do Twojego zespołu wsparcia opieki zdrowotnej należą nie tylko pracownicy ochrony zdrowia – zaproś do niego także swoich znajomych, rodzinę i szerszą społeczność osób zmagających się z chorobą.

Opowiedzenie swojej własnej historii może być pomocne – nie bój się dzielić swoimi doświadczeniami z przyjaciółmi i grupami wsparcia.

Dołącz do społeczności! – zaangażuj się w kampanię *Advantage Hers*, obserwując działania Caroline na jej kanałach w mediach społecznościowych. Dołącz do jej społeczności, otrzymuj wsparcie i dziel się doświadczeniami, używając hashtagu #AdvantageHers.

*Informacje na temat przewlekłych chorób zapalnych, takich jak: reumatoidalne zapalenie stawów, osiowe zapalenie stawów kręgosłupa, tłuszczycowe zapalenie stawów oraz tłuszczycza
Przewlekły stan zapalny to długotrwały stan – utrzymujący się od kilku miesięcy do kilku lat, w którym układ odpornościowy rozpoznaje i usuwa szkodliwe czynniki.³ Przewlekła choroba zapalna oznacza szeroki i stale ewoluujący zespół schorzeń związanych z przewlekłym stanem zapalnym. UCB koncentruje się w szczególności na reumatoidalnym zapaleniu stawów, osiowym zapaleniu stawów kręgosłupa, tłuszczycowym zapaleniu stawów i tłuszczycy, dążąc do poprawy jakości życia pacjentów zmagających się z tymi schorzeniami.

Bibliografia:

1. The Mayo Clinic. Rheumatoid arthritis. Available at: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/rheumatoid-arthritis/diagnosis-treatment/drc-20353653>. Accessed March 2020.
2. Coates LC, et al. Group for Research and Assessment of Psoriasis and Psoriatic Arthritis 2015 Treatment Recommendations for Psoriatic Arthritis. *Arthritis Rheumatol.* 2016;68(5):1060-71.
3. Pahlwa R, Jialal I. Chronic Inflammation. StatPearls Publishing. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK493173/>. Accessed January 2020.

Więcej informacji można znaleźć na stronie:
AdvantageHers.com

#AdvantageHers