

Obsah

Úvod	11
KAPITOLA 1	
V šoku	23
Co teď?	23
Co se to se mnou děje?	24
Přirozené reakce	29
Zdravý rozum pomáhá překonat prvních osmačtyřicet hodin	38
KAPITOLA 2	
Seznamte se s nemocí a léčbou	41
Proč je dobré znát základní informace o vašem stavu a způsobu léčby	43
Do jaké míry byste měli být informováni	46
Základní přístup	49
Komplexní přístup	51
Posuzování odpovědí	53
Krátká zmínka o internetu	60
KAPITOLA 3	
Povězte o nemoci ostatním	63
Svěřte se	64
Zapojte rodinu	72
Přijměte pomoc od přátel a blízkých	85

KAPITOLA 4

Vyhledejte správné lékaře a nemocnice	91
Je vhodné vědět o lékaři více, nebo na tom nezáleží?	93
Nejčastější otázky	98
Lékařská doporučení, jak hledat vhodné doktory	105
Šest věcí, které by chtěli lékaři o sobě pacientům sdělit	107
Strategie pro hledání vhodného lékaře	111
Vybíráte si mezi nemocnicemi?	112

KAPITOLA 5

Zeptejte se odborníků, jaký je jejich názor na vaši diagnózu a léčbu	117
Proč je dobré obstarat si názor dalšího odborníka	119
Za jakých okolností je rozhodně vhodné vyhledat názor dalšího odborníka	122
Jak přistupovat k obstarávání dalšího odborného názoru	128
Jak mám říci lékaři, že chci konzultovat situaci s dalšími odborníky	134
Jak si mám při obstarávání dalšího odborného názoru konkrétně počínat	135
Jak naložit se zjištěnými údaji	138

KAPITOLA 6

Včasná péče je důležitá	141
Co byste měli vědět	143
Co soudí lékaři a úředníci o naléhavých konzultacích a přijímání nových pacientů	145
Sjednávání návštěvy – co říci?	146
Vezměte s sebou partnera	150
Správné informace o vás ve správný čas na správném místě	155
Přišel čas povědět si o soukromí a informovaném souhlasu	158

KAPITOLA 7

Co moje zaměstnání?	165
Pracovat, nebo nepracovat?	166
Jak mi může pomoci můj zaměstnavatel	169
Jak za dané situace získat v zaměstnání co nejlepší podmínky	173
Jak mohou spolupracovníci ovlivnit můj zdravotní stav	175

KAPITOLA 8

Platby za lékařskou péči.	179
Co byste měli vědět o zdravotním pojištění	181
Postarejte se o finanční záležitosti	182

KAPITOLA 9

Jak najít alespoň malou úlevu	187
Snažte se dodržovat denní režim	188
Najděte si rozptýlení	189
Snažte se trávit čas s přáteli	190
Dopřejte si fyzický odpočinek	192
Čtěte a pište	193
Zkoumejte duchovno nebo se ujistěte o jeho existenci	196
Promluvte si s podobně postiženými	199
Připojte se k podpůrné skupině	201
Využijte možností alternativní medicíny	203
Vyhledejte poradenské služby	205
A co podpora rodiny?	207

KAPITOLA 10

Podnikněte další kroky	209
Chcete rozesmát Boha? Povězte mu, jaký máte plán	211
Jak mám provádět rozhodnutí o léčbě?	213
Co potřebujete, abyste byli schopni fungovat	218
Jak nezůstat stát	226
Další kroky	228

DODATEK A

Získejte víc informací	233
Co když se spokojím jen se základními informacemi?	233
To je dobrý start, ale já chci vědět více!	234

DODATEK B

Knihy o nemocech	241
-------------------------------	-----

DODATEK C

Vyhledejte správné lékaře a nemocnice	243
Jak mám začít s hledáním lékaře	243
Výběr lékaře	244
Základní informovanost	245
Maximální informovanost	246
Plánování operace	246
Jak vybrat nemocnici	248

DODATEK D

Klinické testy	251
-----------------------------	-----

DODATEK E

Krátce o soukromí pacientů	253
---	-----

DODATEK F

Profesionální zdravotničtí pracovníci	255
Mimo nemocnici	256
V nemocnici	261

DODATEK G

Dobrovolnické a neziskové organizace	267
---	-----

DODATEK H

Finanční pomoc a plánování majetkových záležitostí	277
Finanční plánování	277
Poděkování	279
Rejstřík	282