

Какие симптомы необходимо проверить



Свяжитесь со своим врачом общей практики, если любой из этих симптомов не проходит длительное время, возник без видимой причины или нехарактерен для вас.

Проблемы с глотанием или жеванием

Затрудненное глотание или ощущение, что что-то мешает в горле. Рана или язва во рту, которая не проходит более 3 недель.

Кашель или охриплость

Непроходящие кашель или охриплость.

Одышка

Необъяснимая одышка.

Изменения в состоянии груди, грудной клетки или сосков

Уплотнения или любые визуальные либо тактильные изменения груди, грудной клетки, сосков или подмышек.

Проблемы с желудком и животом

Несварение желудка или изжога, которые наблюдаются почти каждый день или вызывают сильную боль. Вздутие или отечность живота в течение длительного времени.

Изменения в работе кишечника

Любые изменения, которые не проходят, например:

- учащенная или более редкая дефекация, чем обычно;
- жидкий стул (диарея);
- кровь в стуле.

Проблемы с мочеиспусканием

Проблемы с мочеиспусканием:

- неожиданные позывы к мочеиспусканию;
- боль при мочеиспускании;
- кровь в моче.

Проблемы с тазовыми органами

К ним относятся:

- любые изменения в области вульвы или вагины;
- уплотнение или припухлость в области яичка.

Изменения веса

Необъяснимое снижение веса или аппетита.

Усталость

Сильная необъяснимая усталость в течение длительного времени.

Повышенная температура или инфекции

Повышенная температура или инфекции, которые не проходят в течение длительного времени и появляются снова. Сильное потоотделение, особенно ночью.

Уплотнения или отечность

Непроходящие уплотнения или отеки в любой части тела.

Раны или язвы

Непроходящие раны или язвы на любой части тела.

Боль

Необъяснимая боль, которая не проходит.

Кровотечение или синяки

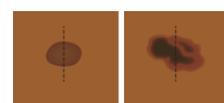
Например:

- кровь в моче или стуле;
- кровь в слюне или рвоте;
- синяки на местах, которыми вы не ударялись;
- более обильные менструальные выделения, чем обычно;
- вагинальное кровотечение в промежутках между менструациями, после секса или после наступления менопаузы;
- кровь в сперме.

Изменения на коже

Включая необъяснимые высыпания или родинку:

Нормально Ненормально



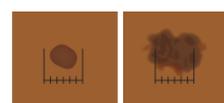
неровной или неправильной формы;



с неровными или бугорковыми краями;



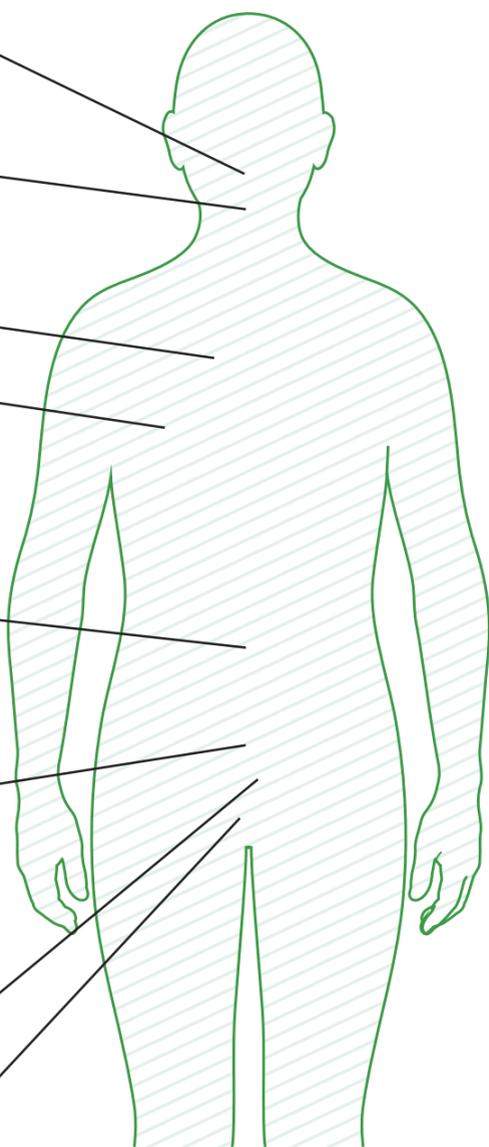
неоднородного цвета;



больше 6 мм;



изменяющуюся в размере, форме или цвете, покалывающую, чешущуюся, кровоточащую или твердую.



Проверка симптома

Всегда обращайтесь за советом к своему медицинскому специалисту, медсестре, фармацевту или врачу общей практики при возникновении необъяснимых или нехарактерных для вас симптомов.

Длительный — симптом, который не проходит в течение нескольких недель или появляется снова.

Необъяснимый — симптом, не имеющий очевидной причины.

Нехарактерный — изменения в вашем организме, которые не являются нормальными для вас.

Советы по общению с медицинским специалистом, медсестрой, фармацевтом или врачом общей практики

1 Заранее сформулируйте все, что хотите сказать.

Советуем выписать на лист бумаги следующую информацию:

- Какой симптом или изменение вы наблюдаете?
- Когда он начался?
- Наблюдается ли в нем определенная повторяющаяся закономерность?
- Есть ли что-то, что усиливает или облегчает симптом?
- Как он влияет на вашу повседневную жизнь?

2 Иногда бывает сложно записаться на прием. Вам может потребоваться позвонить несколько раз. Звоните столько раз, сколько необходимо, чтобы записаться. Также можно записаться на прием на более отдаленную дату.

3 Возьмите с собой кого-то, кто может вас поддержать. Можно попросить этого человека внимательно слушать врача или делать записи.

4 Говорите и слушайте. Постарайтесь:

- объяснить симптомы своими словами;
- отвечать на вопросы максимально честно;
- задавать вопросы, если вам нужна дополнительная информация или вы чего-то не понимаете;
- делать пометки на бумаге или заметки в телефоне.

5 Убедитесь в том, что вы поняли, что вам необходимо делать дальше. Например:

- когда вам нужно записаться на следующий прием;
- где и когда состоится ваш следующий визит к врачу специалисту или визит для сдачи анализов;
- к кому обратиться, если вам понадобится информация или дополнительная поддержка.

6 Повторяйте вслух то, что вы поняли. Врач может дать дополнительные пояснения в отношении всего, в чем вы не полностью разобрались.

7 Помните: зачастую симптомы не говорят о наличии какого-либо серьезного заболевания. Однако если необъяснимые симптомы возникают снова или не проходят, снова обратитесь к врачу. Позвоните своему врачу общей практики и поговорите о том, в чем вы не уверены.

8 Попросите предоставить переводчика. Если вы не говорите по-английски, вы можете попросить, чтобы на приеме в больнице и у врача общей практики присутствовал переводчик.

Некоторые люди волнуются, что, спрашивая о симптомах, они отнимают время у врача. Однако, если вы заметили у себя какие-либо признаки или симптомы, описанные в этом бюллетене, очень важно обратиться за консультацией к своему медицинскому специалисту, медсестре, фармацевту или врачу общей практики. Их работа — помогать вам. Если вы беспокоитесь по поводу проверки симптома, позвоните нам по телефону 0808 808 00 00. Или заходите на сайт macmillan.org.uk.



MACMILLAN
CANCER SUPPORT