



VALUTAZIONE DELLA NECESSITÀ DI TRATTAMENTI

La medicina moderna offre molte opzioni di trattamento medico. Ma è davvero indispensabile intraprendere tutte le cure possibili? Come paziente, cosa posso fare per scoprire di quale terapia ho veramente bisogno?

Sulla base della guida dell'associazione „smarter medicine“, abbiamo formulato cinque domande per aiutarti nella decisione pro o contro una determinata cura. Verifica che queste domande siano chiarite con un professionista prima e durante il colloquio in modo da poter prendere la decisione giusta.

1 | QUALI SONO LE ALTERNATIVE ALLA TERAPIA PROPOSTA?

Indipendentemente dalla diagnosi che hai ricevuto, al giorno d'oggi ci sono quasi sempre diverse opzioni terapeutiche. Chiedi allo specialista se ci sono altre possibilità. Durante il colloquio, puoi scoprire quale scelta si adatta meglio alla tua situazione di vita e alle tue esigenze. Non solo i criteri medici sono decisivi. Menziona altri fattori importanti per te. Ad esempio, chiedi se durante o dopo la terapia potrai svolgere senza sintomi una specifica attività fisica o il tuo lavoro.

2 | QUALI SONO I PRO E I CONTRO DELLA TERAPIA?

Chiedi informazioni sui possibili pro e contro della cura raccomandata. Più conosci un trattamento, meglio puoi valutare cosa è importante per te e cosa aspettarti. In questo modo puoi prendere una decisione con cognizione di causa. Se decidi di consultare internet, affidati a fonti di informazioni affidabili provenienti da istituzioni ufficiali.

3 | QUANTO SONO PROBABILI I PRO E I CONTRO?

Non è solo importante quali scenari potrebbero verificarsi, ma soprattutto quanto sono probabili. Chiedi informazioni e prenditi il tempo per valutare cosa significherebbero concretamente per la tua vita le opportunità e i rischi.

4 | COSA SUCCEDA SE NON FACCIO NIENTE?

A volte puoi aspettare, a volte no. Alcuni sintomi scompaiono da soli o non migliorano con la terapia. Altri devono essere trattati più rapidamente. Informati su quali saranno le conseguenze concrete se aspetti un po' di tempo.

5 | COSA POSSO FARE AUTONOMAMENTE?

Il tempo necessario alla guarigione non dipende solo dalle cure mediche, ma anche da te. Tu conosci il tuo corpo meglio di tutti. Puoi quindi fare qualcosa di concreto per il tuo benessere. Chiedi allo specialista come potresti vivere meglio. Sei la risorsa più importante, soprattutto in caso di malattie croniche. Potresti essere in grado di aiutare a prevenire la malattia o a rallentarne la progressione.

Se non sei sicuro di poter rispondere in modo completo a queste domande, non esitare a chiedere allo specialista. Se hai bisogno di una consulenza indipendente, puoi rivolgerti anche all'OSP: spo.ch/beratung