



Consigli OSP
Medicina

MEDICAL GASLIGHTING

Cosa fare se i tuoi dolori non vengono presi sul serio

Con il «Medical Gaslighting» (gaslighting medico), i sintomi del paziente non vengono presi sul serio dal personale sanitario. Questi sono banalizzati, minimizzati o addirittura liquidati come psicosomatici.

Per i pazienti è una sfida difficile lottare per far capire la gravità dei propri sintomi.

Sul retro della copertina: cosa fare se i tuoi sintomi vengono minimizzati.

OSP Organizzazione dei pazienti

Nordstrasse 31 | 8006 Zürich

Tel. 044 252 54 22

info@spo.ch | spo.ch

spo PATIENTENORGANISATION
osp ORGANISATION SUISSE
DES PATIENTS
osp ORGANIZZAZIONE SVIZZERA
DEI PAZIENTI

FORZA DI VOLONTÀ: Non scoraggiarti.

ESPRIMI IL TUO DISACCORDO: Se il medico dice che stai bene anche se non ti senti bene, insisti per un esame adeguato. Indica da quanto tempo ti senti così e fornisci esempi specifici.

PORTA I DATI CON TE: Dal tuo cellulare, orologio sportivo o fitness tracker.

APPUNTI: Prima dell'appuntamento, scrivi ciò di cui vuoi parlare e rispettalo. Se gli specialisti ignorano i dolori, c'è il rischio di tornare a casa senza diagnosi o risposte alle tue domande.

ACCOMPAGNATORE: Porta con te una persona di fiducia. Può confermare le tue descrizioni, affrontare questioni importanti e intervenire in caso di comportamento abusivo.

DOMANDE: Chiedi al medico «Cosa farebbe al mio posto?» o «Cosa consiglierebbe ai suoi parenti?». Sono domande che possono sbloccare una conversazione.

SINTETIZZA: Riassumi ciò che è stato discusso per assicurarti di aver capito.

CERCARE UN SOSTEGNO PSICOLOGICO: Più difficile e lungo è il percorso verso una diagnosi, più importante può essere fornire la prova del tuo stato psichico. Se un giorno chiederai una rendita di invalidità, i rapporti dello psicologo o dello psichiatra potranno servirti.

PROCEDURA: Insisti per avere un piano terapeutico e annota ciò che viene discusso.

RAPPORTI MEDICI: Chiedi il rapporto medico e correggi eventuali punti mancanti o errati.

CAMBIA MEDICO: Se necessario, interrompi la visita e rivolgiti a un altro specialista.