

Rapporto medico-paziente

Una malattia cronica come la sclerosi multipla comporta grandi sfide per persone colpite, familiari ed esperti. Un buon rapporto da pari a pari all'insegna del sostegno, basato su una solida fiducia e una buona comunicazione tra medico e paziente è fondamentale. Rafforza la capacità di autogestione delle persone con SM, fornendo un aiuto decisivo per superare le difficoltà.

I punti più importanti in sintesi

- Tra paziente e medico deve esserci una buona intesa.
- È utile comunicare da pari a pari.
- Il paziente deve presentarsi preparato al colloquio con il medico.

Per molti pazienti, la diagnosi di sclerosi multipla (SM) porta anche al primo incontro con un esperto di neurologia. In questa fase la priorità consiste nel comprendere in linea di massima che cos'è la SM, cosa comporta e quali sono le possibilità di trattamento. In questo momento non è così fon-

damentale capire se la neurologa o il neurologo sia davvero la persona più adatta a sé.

Durante il decorso della SM emergono molti temi e questioni con cui le persone colpite devono confrontarsi. Su Internet si trova un'infinità di informazioni relative ai sintomi e alle terapie e persino promesse di guarigione di dubbia attendibilità. Ciò può anche confondere o disorientare, e non sostituisce mai il colloquio con il medico, dove ricevete risposte competenti e soprattutto individuali alle vostre domande. Se avete dei dubbi fondati sulla valutazione del vostro medico, ad esempio in merito alla diagnosi o alla terapia prevista, chiedete un secondo parere.

Il modo giusto di rapportarsi

Dovete avere la possibilità di parlare con il medico da pari a pari e avere voce in capitolo quando si tratta dei trattamenti medici. Avete il diritto di aspettarvi interesse e comprensione per la vostra situazione e di ricevere informazioni dettagliate su possibili terapie, effetti collaterali e alternative. È importante che possiate esprimere chiaramente le vostre esigenze. Se volete partecipare alle decisioni, dovete anche essere disposti ad assumervene la responsabilità e ad accettare eventuali ripercussioni, ad esempio se rifiutate una terapia e in seguito la SM peggiora.



Il medico deve sostenervi nelle vostre responsabilità, spiegarvi su quali criteri fondare le decisioni, rispettare le vostre scelte e comunque assumersi anche la responsabilità personalmente. Il suo compito è valutare di quanta guida e libertà decisionale necessitate. Pertanto, una comunicazione aperta e la fiducia reciproca sono assolutamente fondamentali.

Trovare il medico giusto

Il rapporto con il proprio medico non è diverso dalle altre relazioni interpersonali: deve esserci feeling perché funzioni. Che un medico possa essere adatto o meno a un paziente con SM raramente ha a che fare con le sue competenze. Decisi in tal senso sono piuttosto la personalità e le aspettative di entrambe le parti.

Quando viene diagnosticata la SM, il medico diventa un punto di riferimento per la propria vita. Se non vi è la giusta intesa, è opportuno cambiare medico, preferibilmente durante una fase stabile della malattia. Prima di tutto chiedetevi quali sono le vostre aspettative verso il medico e confrontatele in modo obiettivo con la realtà. Per farlo è consigliabile provare anche a mettersi nei suoi panni. Occorre rendersi conto che il medico ha anche priorità diverse rispetto a voi, che convivate con la SM. Ad esempio, nel limitato tempo a disposizione deve verificare se la terapia ha l'effetto previsto, registrare correttamente i vostri sintomi, proporre un trattamento e valutare in che misura tollerate i farmaci.

Le seguenti domande sono utili per chiarire se sia opportuno cambiare medico. Parlatene.

- Il medico risponde alle mie domande?
- Posso fidarmi del medico?
- Posso esprimermi liberamente?
- Il medico mi viene incontro esattamente nella situazione in cui mi trovo?
- Vengo seguito in modo completo e globale?
- Mi sento preso sul serio?
- Posso prendere le decisioni insieme al medico?
- L'ambulatorio è comodo da raggiungere per me e la struttura è adeguata alle mie esigenze?

Preparazione all'appuntamento dal medico

- Annotatevi...
 - ...le vostre domande sulle questioni più urgenti;
 - ...ciò che volete dire al medico;
 - ...i vostri pensieri su ciò che vi preoccupa, ad esempio su cosa potete fare per migliorare la situazione.
- Conoscete gli argomenti necessari per prendere una decisione ponderata?
- Portate con voi i documenti importanti, ad esempio altri referti medici, libretto di vaccinazione, elenco dei farmaci attualmente assunti.
- Fatevi accompagnare da qualcuno: quattro orecchie sentono meglio di due. Accordatevi su come questa persona possa aiutarvi.
- Se avete molti punti da discutere, informate prima il medico, in modo che possa prevedere più tempo da dedicarvi.

Durante il colloquio con il medico

- Prendete appunti. Di questo può incaricarsi anche la persona che vi accompagna.
- Parlate delle vostre preoccupazioni ed esigenze.
- Se all'inizio non venite ascoltati, insistete.
- Se non capite qualcosa, chiedete.
- Se non siete certi di aver capito tutto, ditelo con parole vostre.
- Se dovete prendere delle decisioni, chiedete sufficiente tempo per pensarci.
- Riflettete su quale possa essere l'ostacolo e discutetene per superarlo.
- Fornite un riscontro sul colloquio.
- Accertatevi di sapere come si procederà in concreto.

Dopo il colloquio con il medico

- Avete chiarito e compreso tutto o avete bisogno di fare altre domande?
- Avete dei compiti da svolgere?
- Siete certi delle decisioni prese?
- Che cosa è importante per il prossimo appuntamento con il medico?

La Società SM vi sostiene

Il vostro medico non ha tempo a sufficienza per rispondere a tutte le domande o dare spazio alle vostre esigenze, paure e ai vostri valori? Il team di consulenza della Società svizzera SM può aiutarvi e discutere in tutta calma con voi e i vostri familiari domande relative a tematiche mediche, infermieristiche e sociali, ma anche a questioni psicosociali.



Infoline SM

091 922 61 10

Lunedì – giovedì,
ore 10.00 - 12.00 e 13.00 - 17.00
(chiuso il mercoledì pomeriggio e venerdì)



Società svizzera sclerosi multipla

Via S. Gottardo 50 / 6900 Lugano - Massagno

Informazioni: www.sclerosi-multipla.ch / 091 922 61 10

info@sclerosi-multipla.ch



La Società SM non accetta alcun sostegno finanziario dall'industria farmaceutica. Grazie per la Vostra donazione!