

ÞEGAR VINNU- FÉLAGI FÆR KRABBAMEIN

Stuðningur og velvilji samstarfsfólks getur haft þýðingu fyrir þann sem greinist.

Hér eru nokkur hollráð sem geta komið að gagni:

- Verum tilbúin að hlusta, leitast við að skilja og sýna áhuga, án óparfa hnýsni.
- Munum að það hefur víðtæk áhrif að greinast með krabbamein og fara í krabbameinsmeðferð. Áhrifin á hvern og einn eru þó mismunandi.
- Verum meðvituð um að líðan getur verið mjög breytileg. Fólk í krabbameinsmeðferð á bæði góða daga og slæma.

Meðal algengra fylgikvilla eru:

- þreyta
- ógleði/uppköst
- úthaldsleysi
- kvíði
- einbeitingarskortur
- reiði
- hármisur
- sorg

- Sýnum sveigjanleika og verum tilbúin að breyta skipulagi til að koma til móts við breyttar aðstæður vinnufélagans.
- Það getur verið mjög mikilvægt fyrir fólk sem greinst hefur með krabbamein að halda áfram að vinna eða vera í tengslum við vinnustaðinn sinn. Vinnan veitir mörgum öryggi og reglu þegar daglegt líf getur annars verið gerbreytt. Að halda tengslum við vinnufélaga getur uppfyllt félagslegar þarfir og dregið úr einangrun.
- Höfum í huga að mörgum þykir erfitt að biðja um aðstoð. Spyrjum beint hvort hægt sé að aðstoða og hvernig. Ef aðstoð er afþökkuð er gott að láta viðkomandi vita að boðið standi áfram.
- Þó krabbameinsmeðferð sé lokið þá finna margir fyrir úthalds- og einbeitingarleysi löngu eftir að meðferð lýkur.

Við erum til staðar fyrir þig og þína þegar á þarf að halda.

Á [krabb.is](#) má finna ítarlegri fræðslu fyrir samstarfsfólk og vinnuveitendur um stuðning við þá sem greinast með krabbamein.