

Reumaviikko 7.-14.10.2018

Aito kohtaaminen edistää hyvää hoitoa

Reumaliitto ja sen jäsenyhdistykset ovat viettäneet perinteistä reumaviikkoa 1940-luvulta lähtien. Reumaviikon teemana on tänä vuonna ”Hyvä kohtaaminen”. Maailman reumapäivää vietetään 12.10.2018.

Potilaan ja hoitohenkilökunnan hyvä kohtaaminen parantaa hoidon laatua. Avoin ja selkeä tiedon jakaminen sekä hoitosuunnitelman tunteminen lisäävät tutkitusti sekä tyytyväisyyttä hoitoon että sitoutumista siihen. Myönteisiä muutoksia voi saavuttaa pienilläkin teoilla.

Aina se ei näy päällepäin

Reumasairaudet eivät aina näy päällepäin. Kipu, jäykkyys ja väsymys voivat silti olla osa arkea. Reumasairauksissa varhainen diagnoosi ja hoitoon sitoutuminen on tärkeää. Oireet kannattaa ottaa vakavasti ja myös puheeksi lääkärin kanssa tarpeeksi aikaisin.

Reumaliiton seitsemän vinkkiä hyvään kohtaamiseen lääkärin kanssa

- o Mieti etukäteen, mitä haluat kysyä.
- o Kirjoita itsellesi muistilista. Aloita rohkeasti tärkeimmästä, ettei se jää kysymättä.
- o Jos jonkin aiheen puheeksi ottaminen tuntuu vaikealta, voit harjoitella sitä vaikka ääneen. Ole ystävällinen, mutta määrätietoinen.
- o On tavallista arkailla pelkojen ja huolien esiin ottamista. Uskalla kysyä myös sinua huolestuttavista asioista.
- o Kerro rehellisesti omasta tilanteestasi.
- o Kysy aina, jos jokin asia jää epäselväksi.
- o Varmista, että olet ymmärtänyt oikein, mitä seuraavaksi tapahtuu.

SLE-yhdistyksen terveiset

SLE-yhdistys tarjoaa Lupus-sairaille vertaistukea Facebookissa suljetussa Siipien havinaa -keskusteluryhmässä sekä kannustaa aitoon kohtaamiseen paikkakuntakohtaisten vertaistukitapaamisten muodossa.

Olemme pieni valtakunnallinen järjestö, vain 165 jäsentä ja isompi jäsentapaaminen on vain kerran vuodessa, mutta vertaistukea tarvitaan paljon useammin.

Jos olet kiinnostunut järjestämään omalla paikkakunnallasi vertaistukitapaamisia, ilmoita siitä meille niin autamme järjestämisessä ja markkinoinnissa parhaamme mukaan.

Jo käynnissä olevat vertaistukitapaamiset löydät SLE-yhdistyksen nettisivuilta www.sle-yhdistys.fi, facebook-sivun ja Siipien havinaa -ryhmän tapahtumista.

yhteys@sle-yhdistys.fi

Lisätietoa, miten aito kohtaaminen parantaa hoidon laatua: www.reumaliitto.fi/hoidonlaatu

(sivu julkaistaan 7.10.2018)