

# AGENDA DEL MIELOMA MULTIPLA: informazioni utili

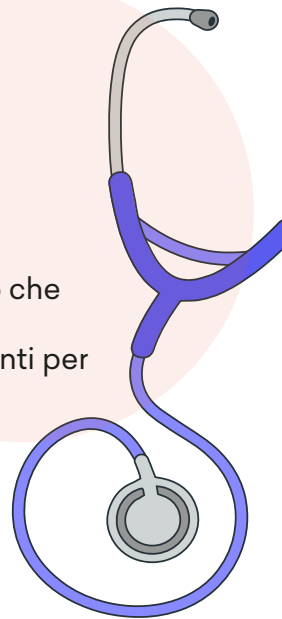
Nel tuo percorso di cura del mieloma multiplo è utile tenere un registro annotando informazioni su trattamenti, risultati degli esami e visite.

## Prendi appunti durante le visite

- Porta con te un quaderno o registra con registratore o cellulare (chiedendo prima il permesso e spiegando il motivo).
- Non vergognarti di fare domande, soprattutto se qualcuno usa termini complessi o che non conosci.
- Preparati una lista di domande partendo da quelle che pensi più urgenti o importanti per l'ematologo e per gli altri professionisti sanitari che ti seguono.

## Appuntati anche:

- Nomi e recapiti dei professionisti coinvolti nella cura.
- Date degli appuntamenti, motivo degli appuntamenti, esiti o decisioni prese.
- Copie dei risultati degli esami (esami del sangue, delle urine e radiografie).
- Date e dettagli dei trattamenti che si assumono.
- Dettagli e dosi dei farmaci prescritti, come e quando si devono assumere ed eventuali effetti collaterali (inclusa la data in cui sono comparsi).



## I professionisti sanitari del team di cura:

Nome \_\_\_\_\_ ruolo \_\_\_\_\_ tel \_\_\_\_\_ mail \_\_\_\_\_

Nome \_\_\_\_\_ ruolo \_\_\_\_\_ tel \_\_\_\_\_ mail \_\_\_\_\_

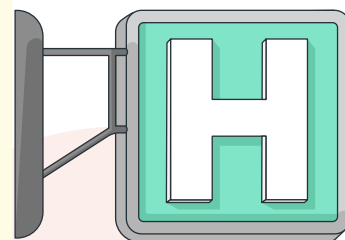
Nome \_\_\_\_\_ ruolo \_\_\_\_\_ tel \_\_\_\_\_ mail \_\_\_\_\_

Nome \_\_\_\_\_ ruolo \_\_\_\_\_ tel \_\_\_\_\_ mail \_\_\_\_\_

Nome \_\_\_\_\_ ruolo \_\_\_\_\_ tel \_\_\_\_\_ mail \_\_\_\_\_

## I tuo ospedale di riferimento:

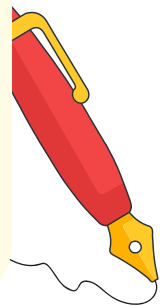
Informazioni importanti su com'è organizzato l'ospedale (chiedi al tuo ematologo dove registrarti, dove andare a fare le analisi, dove vedere la cartella clinica, come funziona il day hospital e tutto ciò che ritieni importante sapere per gestire al meglio il tuo percorso di cura):



e<sup>2</sup>power

## tuoi farmaci:

farmaco \_\_\_\_\_ posologia \_\_\_\_\_  
farmaco \_\_\_\_\_ posologia \_\_\_\_\_  
farmaco \_\_\_\_\_ posologia \_\_\_\_\_  
farmaco \_\_\_\_\_ posologia \_\_\_\_\_



## Chiedi informazioni

Chiedi al tuo medico dove trovare maggiori informazioni sul mieloma multiplo. Esistono tanti articoli scientifici e opuscoli da leggere. Anche le Associazioni pazienti e i loro siti sono spesso fonte di informazioni accurate e aggiornate.

## Organizzazioni di pazienti che si occupano di mieloma multiplo

Nel tuo percorso con il mieloma multiplo non sei solo. Tante altre persone stanno vivendo con questa malattia come te. E tante persone ogni giorno si rivolgono a organizzazioni che possono fornirti informazioni, supporto e aiuto nella gestione del mieloma.

### **AIL - Associazione Italiana contro le Leucemie-linfomi e mieloma ONLUS**

Sede Nazionale: Via Casilina 5, 00182 Roma

Tel. 06 7038601

E-mail: [ail@ail.it](mailto:ail@ail.it) sito web: <http://www.ail.it>

### **AIMaC - Associazione Italiana Malati di Cancro**

Piazza Barberini 47, 00187 Roma

Tel. 06 42989570

E-mail: [info@aimac.it](mailto:info@aimac.it) sito web: <http://www.aimac.it>

### **La lampada di Aladino ETS**

Via Dante 108, 20861 Brugherio (MB)

Tel. 039 882505

E-mail [info@lampada-aladino.it](mailto:info@lampada-aladino.it) sito web: <https://www.lampada-aladino.it>

### **Fondazione Renata Quattropani Onlus**

Via Bartolini 39, 20155 Milano

Tel. +39 331 3418926

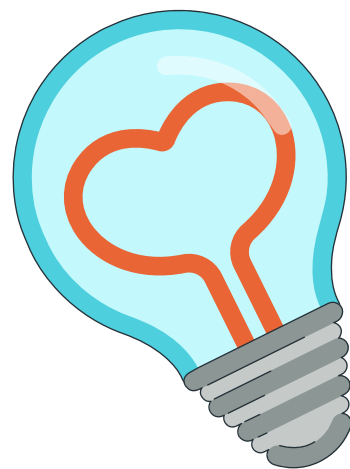
E-mail: [info@fondazionequattropani.org](mailto:info@fondazionequattropani.org) sito web: <https://www.fondazionequattropani.org>

### **F.A.V.O. - Federazione Italiana delle Associazioni di Volontariato in Oncologia**

Piazza Barberini 47, 00187 Roma

Tel. 06 42989576

E-mail: [info@favo.it](mailto:info@favo.it) sito web: <https://www.favo.it>



## **RICORDA: !**

### **Affidati al personale sanitario e sii comprensivo**

Medici e infermieri cercano di lavorare al meglio per garantirti le cure più appropriate possibile. Cerca anche tu di fidarti e affidarti alla loro esperienza perché conoscono la tua malattia e hanno a cuore la tua salute e la tua qualità di vita. Sii comprensivo perché sono professionisti ma soprattutto persone che cercano di far fronte alle situazioni più disparate al meglio delle loro possibilità.

*e<sup>2</sup>power*