

Поддержка в процессе вашего лечения

Для онкологических пациентов Медцентра UWMC
и их семей



Отсканируйте,
чтобы получить
цифровую копию
этого
материала.

Группы поддержки

Группа поддержки – это группа людей, сталкивающихся со схожими жизненными проблемами. Группы поддержки могут предоставить вам безопасное место, где вы сможете поделиться своими опасениями. Группы могут встречаться лично, онлайн или по телефону.

Группы поддержки, ориентированные на конкретный диагноз, могут оказать эмоциональную и социальную поддержку вам и вашим близким. Вы также можете узнать о новых способах, помогающих справиться с психологическими трудностями, связанными с диагнозом и лечением.

Поддержка по телефону и онлайн

Некоторые группы поддержки встречаются онлайн или по телефону.

- **Cancer Care («Уход при раке»):** Эта организация предлагает группы поддержки для пациентов и лиц, осуществляющих уход. Для всех групп указаны даты начала и окончания работы. Чтобы посетить группу, вы должны зарегистрироваться. Посетите: www.cancercare.org/support_groups
- **Cancer Lifeline («Спасательный круг для больных раком»):** предлагает множество групп поддержки, занятий и образовательных программ. Пожалуйста, посетите их веб-сайт, чтобы ознакомиться с предлагаемыми курсами и узнать, как зарегистрироваться для участия в программах. www.cancerlifeline.org
- **Телефонная линия «Спасательный круг для больных раком»:** – это телефонная линия для оказания помощи всем, кого коснулся рак. Обученный персонал и волонтеры оказывают заботливую поддержку и предоставляют полезную информацию. Звоните по номеру 206.297.2500 с понедельника по субботу с 9 утра до 21 вечера.
- **Cancer Pathways («Пути при раковых заболеваниях»):** Предлагает группы поддержки, занятия и социальную поддержку. Пожалуйста, посетите их веб-сайт, чтобы узнать больше об их программах и ресурсах. www.cancerpathways.org



Некоторые группы поддержки
встречаются онлайн или по
телефону.

Консультирование/Психотерапия

Консультанты или терапевты предлагают индивидуальные или семейные консультации. Они могут помочь в решении сложных вопросов или в тех случаях, когда другие виды поддержки не отвечают вашим потребностям. Ваш социальный работник может помочь вам связаться с консультантом, который занимается проблемами, связанными с раком.

- **Программа консультирования по вопросам лечения рака:** Эта программа предоставляет бесплатные консультации по телефону для людей с онкологическими заболеваниями, для лиц, осуществляющих уход за ними, и их близких. Чтобы попросить о беседе с консультантом, позвоните по телефону 800.813.HOPE (4673) или отправьте электронное письмо по адресу info@cancerca.org.
- **Программа консультирования Cancer Lifeline («Спасательный круг для больных раком»):** Эта программа предоставляет бесплатные психотерапевтические услуги взрослым и детям всех возрастов штата Вашингтон, которые сталкиваются с трудностями в связи с диагнозом и лечением рака. Cancer Lifeline также предоставляет бесплатные консультации тем, у кого есть близкий человек с онкологическим диагнозом. Программа ориентирована на тех, у кого нет страхового покрытия, или на тех, кто не смог найти психотерапевта самостоятельно. Чтобы подать заявку, пожалуйста, заполните онлайн-форму на сайте <http://cancerlifeline.org/counseling-services/>

Программы шефства над пациентами со стороны других пациентов в рамках взаимопомощи

Программы шефства предлагают пациентам и лицам, осуществляющим уход, поддержку со стороны тех, кто прошел аналогичный путь. Эта поддержка предоставляется онлайн или по телефону.

- **Imerman Angels:** www.imermanangels.org/get-support
- **Программа наставничества 4-го Ангела:** www.4thangel.org

Есть вопросы?

Ваши вопросы очень важны. Попросите своего лечащего врача или поставщика медицинских услуг соединить вас с социальным работником, который сможет помочь ответить на ваши вопросы или опасения.

Имя/фамилия и номер телефона вашего лечащего врача или социального работника:

Support for Your Journey

For UWMC oncology patients and families



*Scan for a
digital copy of
this handout.*

Support Groups

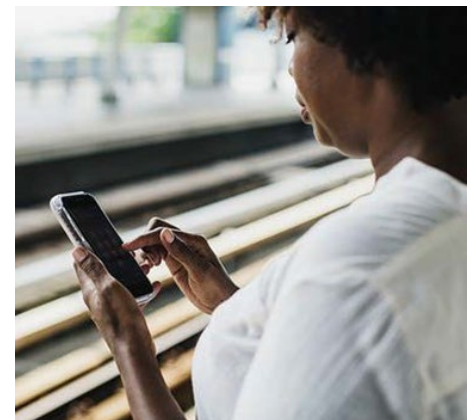
A support group is a gathering of people who share a similar journey. Support groups can provide a safe place for you to share your concerns. The groups may meet in person, online, or on the phone.

Diagnosis-specific support groups can provide emotional and social support for you and your loved ones. You may also learn new ways to cope with your diagnosis and treatment.

Phone and Online Support

Some support groups meet online or by phone.

- **CancerCare:** CancerCare offers support groups for patients and caregivers. You must register for a group to attend. All groups have start and end dates. Visit www.cancercare.org/support_groups
- **Cancer Lifeline Phone Line:** Cancer Lifeline has a phone line to support anyone touched by cancer. Their trained staff and volunteers provide caring support and information. Call 206.297.2500 Monday through Saturday, 9 a.m. to 9 p.m.
- **Cancer Lifeline:** At Cancer Lifeline they offer a variety of support group, classes, & educational programming. Please visit their website to look at their current course catalogue and learn how to register for programming. www.cancerlifeline.org
- **Cancer Pathways:** Offers support groups, classes, and social work support. Please visit their website to learn more about their programming and resources. www.cancerpathways.org



*Some support groups meet online
or by phone.*

Counseling

Counselors or therapists offer one-on-one or family counseling. They can help with complex issues or when other types of support do not meet your needs. Your social worker can help you connect with a counselor who works with cancer-related issues.

- **Cancer Care Counseling Program:** This program provides free counseling over the phone for people with cancer and their caregivers and loved ones. To ask to speak with a counselor, call 800.813.HOPE (4673) or send an email to info@cancercare.org.

- **Cancer Lifeline Counseling Program:** This program provides free counseling services to adults and children of all ages in Washington State who are struggling with the challenges of a cancer diagnosis and treatment.

Cancer Lifeline also provides free counseling to those who have a loved one with a cancer diagnosis. It focuses on those without adequate insurance resources, or those who have been unable to find a therapist on their own. To apply, please fill out the online form found at: cancerlifeline.org/counseling-services

Peer Support Mentoring Programs

Peer programs offer support for patients and caregivers from someone who has been on a similar journey. This support is provided online or over the phone.

- **Imerman Angels:** www.imermanangels.org/get-support
- **4th Angel Mentoring Program:** www.4thangel.org

Questions?

Your questions are important.
Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.

Your provider or social worker's name and number:
