

# L'assistenza a una persona malata di tumore

**Per assistente si intende una persona che aiuta un'altra persona malata o disabile.**

## Vi sono diversi tipi di assistenti

Gli assistenti includono partner (marito, moglie, ragazza o ragazzo), genitori, figli, figlie, parenti, amici e vicini di casa. Possono essere persone giovani o anziane.

Alcuni assistenti offrono aiuto 24 ore su 24, altri sono parenti o amici che prestano il loro aiuto alcune ore alla settimana.

Alcune persone sono felici di fare da assistenti e si sentono molto legate alla persona che aiutano. Altre invece potrebbero sentirsi obbligate a farlo e non sentirsi poi così legate alla persona che assistono.

Alcuni assistenti hanno altri impegni, quali ad esempio dei bambini piccoli, un lavoro o un corso di studi impegnativo.

## Quando si diventa assistenti?

Le necessità di una persona malata di cancro variano in base all'età, allo stadio del tumore, alla provenienza culturale e religiosa e al tipo di cure ricevute.

Una persona può diventare assistente:

- Quando il cancro viene diagnosticato presto e l'obiettivo è la cura
- Quando il tumore è avanzato e la cura non è possibile

- Quando il cancro ritorna anni dopo il trattamento
- Quando il tumore ricompare anni dalla fine del trattamento

## Che cosa significa fare l'assistente?

Prendersi cura di altri può essere un ruolo molto difficile ma anche molto importante.

L'assistenza può includere:

- L'aiuto con la preparazione dei pasti, la spesa, i trasporti pubblici e l'igiene personale
- Il pagamento delle bollette e la gestione di conti bancari e contabilità
- L'organizzazione e la presenza agli appuntamenti medici
- Il ruolo di tramite fra famiglia e amici
- L'assistenza medica di base, incluso la somministrazione di farmaci
- Il supporto emotivo e spirituale.

Fare da assistente significa affrontare sempre nuove sfide. All'inizio alcune cose potrebbero sembrare troppo difficili: ad esempio un assistente potrebbe sentirsi a disagio quando parla con i medici o somministra dei farmaci. Col tempo la maggior parte degli assistenti si dichiara sorpresa di quanto riesca a fare. Sono soddisfatti quando capiscono quanto aiuto riescono a offrire.

Fra le qualità importanti vi sono la capacità di saper ascoltare, sapere quando parlare e capire che 'esserci' è l'unica cosa di cui necessita la persona affetta da tumore. La

maggior parte degli assistenti è dotata di tali qualità senza rendersene conto.

### **Superare le difficoltà**

A volte può essere molto difficile. Ad esempio, alcune persone credono nelle maledizioni e pensano che il cancro sia 'la punizione' per qualcosa che hanno fatto. Questo può rendere difficile parlare di cancro e di un trattamento.

A volte a seguito di radicati valori familiari e credenze culturali una persona si può sentire oppressa dalle aspettative della famiglia nei confronti del suo ruolo di assistente.

Se siete assistenti e vi trovate in difficoltà, fate del vostro meglio. Chiedete aiuto se avete domande o problemi.

### **Prendetevi cura di voi stessi!**

Le persone possono avere tanti sentimenti contrastanti nei confronti del ruolo di assistente. Tra i sentimenti comuni vi sono soddisfazione, felicità, solitudine, ansia, paura, tristezza, rancore, senso di colpa, senso di impotenza, frustrazione e rabbia.

A volte alcuni assistenti si sentono peggio della persona di cui si prendono cura. Si tratta di una reazione normale al modo in cui cambia la propria vita quando si diventa assistenti.

A molti assistenti risulta difficile concentrarsi sui propri sentimenti. Riversano tutte le proprie energie sulla persona affetta da tumore. Gli assistenti devono anche pensare alle proprie necessità emotive, fisiche, spirituali ed economiche.

***“Capisco l'importanza di pensare alle mie necessità mentre mi prendo cura di mio marito malato di cancro; è come quando sull'aereo gli annunci sulla sicurezza ci spiegano che dobbiamo prima metterci la maschera dell'ossigeno e poi aiutare gli altri.” (Carole, 66)***

### **Promemoria importanti**

- Chiedete aiuto. La maggior parte degli amici e familiari vorranno aiutarvi ma dovete essere voi a dire cosa possono fare.
- Accettate voi stessi e accettate il fatto che a volte potete sbagliare. State facendo del vostro meglio.
- È normale sentirsi arrabbiati, piangere e mostrare agli altri come vi sentite – persino alla persona che curate. Non potete essere sempre allegri.
- Parlate delle vostre emozioni con un caro amico, parente o counsellor professionista
- Ricordatevi: alcune cose non potete proprio cambiarle!

### **Ulteriori informazioni**

Per informazioni sull'assistenza economica e i servizi di supporto contattate:

- Carers Victoria (Assistenti del Victoria): 1800 242 636 - la Carers Advice Line (Linea Telefonica per i consigli agli assistenti) offre informazioni e supporto alle persone che assistono le persone



- affette da malattia e disabilità
- Centrelink: 13 27 17 – il Centrelink Multilingual Service (Servizio Multilingue di Centrelink) risponde al numero 13 12 02. Potreste ottenere assistenza economica quale una sovvenzione per gli assistenti o le carte di agevolazioni di Centrelink
  - **Multilingual Cancer Information Line (Linea telefonica multilingue per le informazioni sul cancro)** offre agli utenti informazioni sul cancro nella propria lingua, chiamate il numero **13 14 50** e chiedete di Cancer Council Victoria Helpline per parlare confidenzialmente con un'infermiera con l'aiuto di un interprete.

**Ultimo aggiornamento:** novembre 2011

