



5 DOMANDE

DA FARE AL TUO MEDICO O ALTRO OPERATORE SANITARIO PRIMA DI SOTTOPORTI A ESAMI, TERAPIE O INTERVENTI

Alcuni esami, terapie e interventi recano scarso beneficio. E in alcuni casi potrebbero addirittura essere nocivi.

Usa le seguenti 5 domande per sincerarti di ricevere assistenza sanitaria nella giusta misura — non troppa e non troppo poca.

1

HO VERAMENTE BISOGNO DI SOTTOPORTMI A QUESTO ESAME, QUESTA TERAPIA, QUESTA PROCEDURA?

Gli esami effettuati possono aiutare te e il tuo medico o altri fornitori di servizi sanitari a determinare qual è il problema. Le terapie (come ad esempio farmaci) e le procedure possono aiutare a trattare un problema.

2

QUALI SONO I RISCHI?

L'esame o la terapia, avranno effetti collaterali? Quali sono le probabilità che i risultati non siano accurati? Questo potrebbe portare a ulteriori esami, ulteriori terapie o altre procedure?

3

VI SONO ALTERNATIVE PIÙ SEMPLICI E PIÙ SICURE?

Chiedi se esistono possibili efficaci alternative alla terapia. Cambiare lo stile di vita, come ad esempio mangiar sano o fare più attività fisica, possono essere alternative sicure ed efficaci.

4

COSA ACCADE SE NON FACCIO NIENTE?

Chiedi se è possibile che la tua malattia peggiori - o migliori - nel caso che tu non ti sottoponga subito all'esame, alla terapia o alla procedura.

5

QUALI SONO I COSTI?

Potrebbero esservi dei costi finanziari, emotivi o in termini di tempo. Nei casi in cui sono previsti dei costi a carico della collettività, tali costi sono ragionevoli o esiste un'alternativa più economica?



Per maggiori informazioni visita il sito
choosingwisely.org.au



Partecipa alla conversazione
@ChooseWiselyAU

Adattato da materiale formulato da Consumer Reports.

Choosing Wisely Australia® è un'iniziativa che consente a operatori sanitari, consumatori e soggetti attivi nel campo dell'assistenza sanitaria di avviare importanti conversazioni in merito a esami, terapie e interventi superflui. Dedicando le proprie attenzioni all'assistenza sanitaria di alta qualità, Choosing Wisely Australia segue la strada tracciata da college e società mediche dell'Australia con l'apporto di NPS MedicineWise.

Ogni ragionevole attenzione è stata prestata per fornire informazioni accurate all'epoca della redazione. Queste informazioni non intendono essere un sostituto per i consigli del medico e sulle stesse non bisogna fare esclusivo affidamento per gestire o diagnosticare un disturbo medico. Choosing Wisely Australia® si esime da ogni responsabilità (compresa quella per colpa) per eventuali perdite, danni o lesioni derivanti dall'affidamento su queste informazioni o dall'uso delle stesse. Consulta la completa clausola esonerativa al sito choosingwisely.org.au.

I miei diritti sanitari

Questa è la seconda edizione della **Carta Australiana dei Diritti all'Assistenza Sanitaria**.

Questi diritti valgono per tutte le persone in tutti i luoghi dove viene fornita l'assistenza sanitaria in Australia.

La Carta descrive quello che tu, o qualcuno di cui ti prendi cura, ti puoi aspettare quando ricevi assistenza sanitaria.

Questi sono i miei diritti:

Accesso

- Servizi sanitari e cure secondo le mie esigenze

Sicurezza

- Ricevere assistenza sanitaria sicura e di alta qualità che rispetta gli standard nazionali
- Essere assistito/a in un ambiente che mi fa sentire sicuro/a

Rispetto

- Venir trattato/a come un individuo, e con dignità e rispetto
- Avere la mia cultura, identità, credenze e scelte riconosciute e rispettate

Cooperazione

- Fare domande ed essere coinvolto/a in una comunicazione aperta e onesta
- Prendere decisioni con il mio fornitore di cure sanitarie, nei limiti da me scelti e secondo le mie capacità
- Includere le persone che voglio nella pianificazione e nelle decisioni da prendere

Informazione

- Informazioni chiare sulla mia condizione, i possibili benefici ed i rischi dei diversi esami e delle cure, così da poter dare il mio consenso informato
- Ricevere informazioni su servizi, tempi d'attesa e costi
- Ricevere assistenza, quando ne ho bisogno, per aiutarmi a capire e per utilizzare le informazioni sanitarie
- Chiedere accesso alle mie informazioni sanitarie
- Che mi venga detto se qualcosa va male nel corso della mia assistenza sanitaria, come sia potuto succedere, che ripercussioni avrà su di me e cosa si sta facendo per rendere l'assistenza sicura

Privacy

- Rispetto per la mia privacy
- Che le informazioni su di me e sulla mia salute vengano conservate in modo sicuro e riservato

Dare la mia opinione

- Dare la mia opinione o presentare una lamentela senza che ciò influisca sul modo in cui vengo trattato/a
- Avere qualcuno che risponde alle mie perplessità in modo trasparente e tempestivo
- Condividere la mia esperienza e partecipare al miglioramento della qualità dell'assistenza e dei servizi sanitari



Proteggi te stesso e la tua famiglia

Copri naso e bocca quando tossisci e starnutisci



COPRI la bocca e il naso con un fazzoletto

Getta il fazzoletto usato nel **CESTINO DEI RIFIUTI**.



Se non hai un fazzoletto, tossisci o starnutisci nella parte alta della manica o nel gomito, **NON NELLE MANI**.



LAVATI le mani con acqua corrente e sapone. Asciugale con cura con una salvietta usa-e-getta o con un asciugamani elettrico.



Rimani in salute e lontano dai microbi.

Quanto è accurata una colonoscopia?

La colonoscopia è molto accurata ed è il modo migliore per capire perché ha ricevuto un risultato positivo dal suo esame. Vi è tuttavia una piccola probabilità residua che qualcosa non venga individuato durante la procedura. Anche se non vengono identificati tumori o polipi, dovrebbe continuare a monitorare la situazione, e il modo migliore di farlo è tramite i kit di test gratuiti del Programma nazionale di screening dei tumori del colon-retto.

Esistono dei rischi o degli effetti collaterali?

Potrebbero esservi degli effetti collaterali, ma non sono comuni. Potrebbe avere mal di testa o vomitare a causa della preparazione intestinale o potrebbe sanguinare successivamente alla colonoscopia. Potrebbe avere una reazione alla sedazione, ma questo è raro. Molto raramente alcuni individui devono ritornare in ospedale.

Discuta di tali rischi con il suo medico prima della colonoscopia.

Quali sono le mie opzioni?

Può scegliere di sottoporsi a colonoscopia in cliniche od ospedali pubblici o privati. Se si tratta di una struttura pubblica, l'esame sarà gratuito. Se si tratta di una struttura privata potrebbe dover pagare, a seconda della sua assicurazione sanitaria privata. Potrebbe anche essere necessario pagare per la preparazione intestinale.

Chi posso contattare se ho delle domande?

Ricordi che questa brochure rappresenta solo una guida, il suo medico dovrebbe fornirle maggiori informazioni.

Se ha delle domande, ne discuta con il suo medico prima della colonoscopia.

Ulteriori informazioni sul programma sono disponibili su www.cancerscreening.gov.au/bowel



**NATIONAL
BOWELCANCER**
SCREENING PROGRAM

Brochure informativa sulla colonoscopia

www.cancerscreening.gov.au



Per informazioni nella sua lingua,
telefoni al Servizio di traduzione e
interpretariato: 13 14 50 oppure visiti
www.cancerscreening.gov.au/translation

Recentemente ha effettuato un esame di screening del colon-retto che ha riscontrato del sangue nelle sue feci. Esistono diversi possibili motivi per la presenza di sangue, la maggior parte dei quali non sono collegabili al cancro (incidenza inferiore al 5%), ma è importante determinare qual è la causa. La preghiamo di prendere un appuntamento con il suo medico per discutere i risultati. Il suo medico potrebbe raccomandare un secondo esame, in genere una colonoscopia.

Che cos'è una colonoscopia?

- La colonoscopia prevede che un colonscopio, cioè un tubo sottile con una 'telecamera' all'estremità, venga fatto passare attraverso l'ano e quindi nell'intestino.
- È il metodo migliore per controllare le cause del sanguinamento e rimuovere polipi.
- Un polipo è una piccola escrescenza attaccata alla parete dell'intestino. Sono comuni negli adulti e in genere sono innocui, ma alcuni possono evolvere in un tumore.
- La rimozione dei polipi può aiutare nella prevenzione dei tumori. In genere, se il medico trova dei polipi durante la procedura, questi vengono rimossi.
- Il dottore potrebbe anche prelevare dei piccoli campioni dell'intestino da analizzare al microscopio per accertare eventuali segni di malattia.
- Se viene rimosso un polipo o un campione, non avvertirà alcun dolore.

Come mi posso preparare alla colonoscopia?

Se ha problemi di salute o prende regolarmente dei farmaci, ne discuta con il suo medico prima di iniziare la preparazione intestinale. Il medico potrebbe richiederle di sospendere l'assunzione dei farmaci per alcuni giorni prima della colonoscopia.

La preparazione intestinale comprende:

1. **Dieta:** il suo medico le dirà cosa può e non può mangiare nei giorni precedenti alla colonoscopia.
2. **Farmaci:** le verrà fornito un kit di preparazione intestinale con le istruzioni all'uso. Assumerà anche un farmaco che la farà andare in bagno per evacuare l'intestino.
3. **Liquidi:** il suo medico le darà istruzioni per rimanere idratato.

Come viene eseguita la colonoscopia?

Per prima cosa le verrà somministrato un lieve sedativo che causerà sonnolenza e la metterà a suo agio. Potrebbe perfino addormentarsi. Mentre rimane sdraiato, il dottore inserirà lentamente un tubo flessibile attraverso l'ano e quindi nell'intestino. Il tubo è dotato di una piccola telecamera all'estremità che consentirà al suo medico di osservare le pareti dell'intestino.

La procedura richiede da 20 a 45 minuti.

Cosa succede dopo la colonoscopia?

Dopo la colonoscopia le verrà dato qualcosa da mangiare e da bere. Al risveglio si sentirà un po' gonfio, ma questo effetto durerà solo per circa un'ora. Molto raramente potrebbe evacuare una piccola quantità di sangue, ma questo è normale.

In genere potrà ritornare a casa lo stesso giorno della procedura.

A causa della sedazione, non deve effettuare nessuna delle seguenti attività per le 24 ore successive alla colonoscopia:

- Guidare un'auto;
- Viaggiare da solo;
- Utilizzare macchinari;
- Firmare documenti legali, oppure
- Bere bevande alcoliche.

Un amico o un familiare dovrebbero riportarla a casa e rimanere con lei successivamente alla colonoscopia. Il giorno successivo dovrebbe sentirsi già meglio.

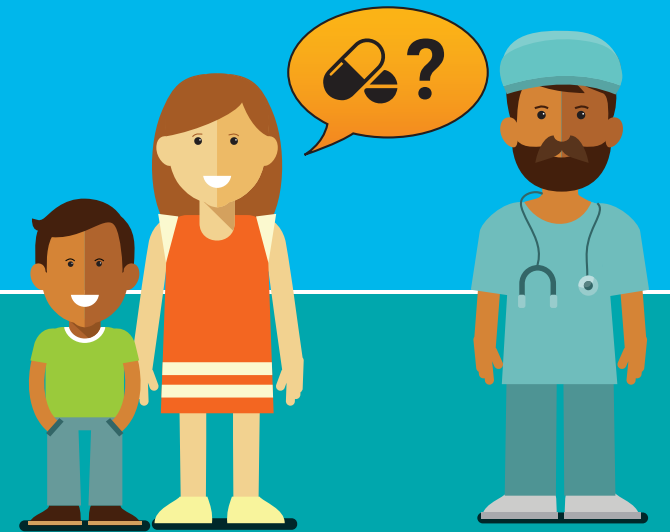
Suggerimenti per un'assistenza sanitaria sicura



Che cosa dovete sapere a beneficio vostro, della vostra famiglia o di qualcuno di cui vi prendete cura.

1 Fare domande

Avete il diritto di fare domande sulla vostra assistenza sanitaria.



2 Trovare informazioni affidabili

Non tutte le informazioni sono affidabili. Chiedete consiglio al vostro medico.

3 Comprendere i rischi e i vantaggi

Informatevi nel merito prima di sottoporvi ad esami e trattamenti.

4 Compilare una lista di tutte le vostre medicine

Se avete bisogno di maggiori informazioni sulle medicine che prendete, chiedete al vostro medico o al vostro farmacista.



5 Ottenere conferma dei particolari prima di sottoporvi ad un'operazione

Chiedete che vi venga detto chi eseguirà la procedura e che cosa vi verrà fatto.

6 Chiedere come procedere con le cure quando si lascia l'ospedale

Chiedete che vi vengano date delle indicazioni scritte sul vostro trattamento e su cosa accadrà dopo che sarete tornati a casa.

7 Conoscere i propri diritti

Come paziente avete una serie di diritti. Per sapere quali sono consultate la nostra guida.

8 Comprendere la privacy

Le vostre informazioni sanitarie sono riservate. Potete chiedere di prendere visione della vostra cartella clinica.

9 Fare commenti

I commenti aiutano gli operatori sanitari a capire quando possono essere apportati dei miglioramenti.

Scaricate il nostro opuscolo gratuito alla pagina:
www.safetyandquality.gov.au/toptips