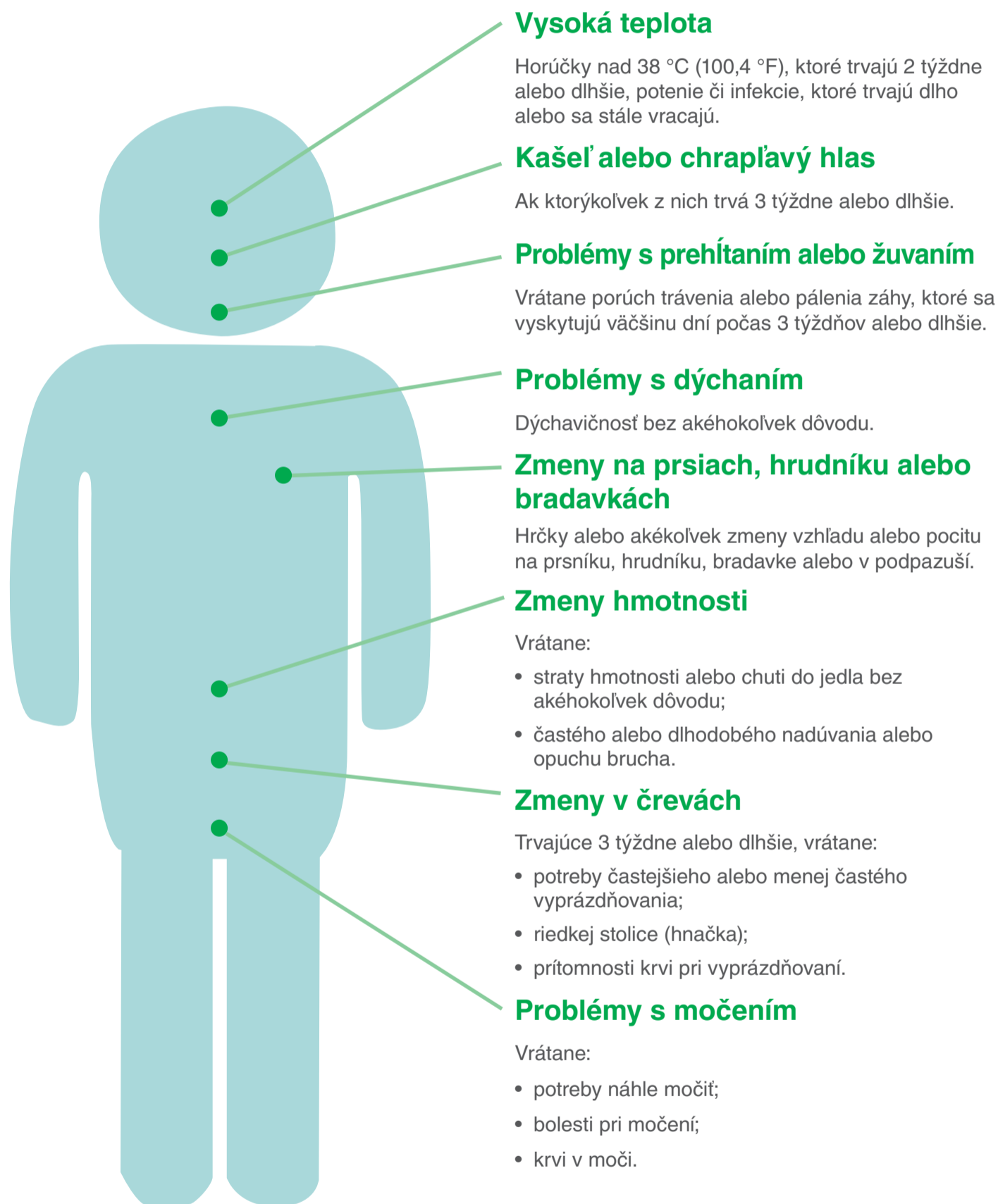


ČO SI TREBA VŠÍMAŤ



V prípade pretrvávajúcich, nevysvetliteľných alebo pre vás nezvyčajných symptómov kontaktujte svojho všeobecného praktického lekára.



Vysoká teplota

Horúčky nad 38 °C (100,4 °F), ktoré trvajú 2 týždne alebo dlhšie, potenie či infekcie, ktoré trvajú dlho alebo sa stále vracajú.

Kašeľ alebo chrapľavý hlas

Ak ktorýkoľvek z nich trvá 3 týždne alebo dlhšie.

Problémy s prehĺtaním alebo žuvaním

Vrátane porúch trávenia alebo pálenia záhy, ktoré sa vyskytujú väčšinu dní počas 3 týždňov alebo dlhšie.

Problémy s dýchaním

Dýchavičnosť bez akéhokoľvek dôvodu.

Zmeny na prsiach, hrudníku alebo bradavkách

Hrčky alebo akékoľvek zmeny vzhľadu alebo pocitu na prsníku, hrudníku, bradavke alebo v podpazuší.

Zmeny hmotnosti

Vrátane:

- straty hmotnosti alebo chuti do jedla bez akéhokoľvek dôvodu;
- častého alebo dlhodobého nadúvania alebo opuchu brucha.

Zmeny v črevách

Trvajúce 3 týždne alebo dlhšie, vrátane:

- potreby častejšieho alebo menej častého vyprázdňovania;
- riedkej stolice (hnačka);
- prítomnosti krvi pri vyprázdňovaní.

Problémy s močením

Vrátane:

- potreby náhle močiť;
- bolesti pri močení;
- krvi v moči.

Hrčky alebo opuchy

Kdekoľvek na tele.

Boľavé miesta alebo vredy

- Kdekoľvek na tele alebo v ústach.
- Ktoré sa nezahoja po 3 týždňoch.

Bolesť

Trvajúca 3 alebo viac týždňov.

Krvácanie alebo podliatiny

Vrátane:

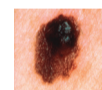
- krvi v moči alebo stolici;
- prítomnosti krvi pri vykašliavaní alebo zvracaní;
- ťažších priebehov menštruácie než zvyčajne;
- vaginálneho krvácania medzi menštruáciami, po pohlavnom styku alebo po menopauze;
- prítomnosti krvi v sperme.

Únava

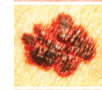
Dlhodobý pocit veľkej únavy.

Kožné zmeny

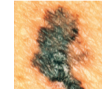
Vrátane nevysvetliteľných vyrážok alebo znamienok, ktoré:



majú nerovný alebo nepravidelný tvar;



majú nerovné alebo hrboľaté okraje;



majú viac než jednu farbu;



sú širšie než 6 mm;



menia veľkosť, tvar alebo farbu, pália, svrbia alebo krvácajú, alebo sa nikdy neotvorí kôrka alebo chrasta.

Tieto fotografie sú z webových stránok Národného onkologického inštitútu (cancer.gov).

O niektorých symptómoch sa hovorí ťažko, napríklad o hrčke na semenníku alebo vaginálnom krvácaní. Ale aj keď sa môžete cítiť trápne, je dôležité nechať sa vyšetriť.

Môžete požiadať o návštevu ženského alebo mužského všeobecného praktického lekára alebo zdravotnej sestry, ale nemusí to byť vždy možné.

MÁTE NEJAKÉ SYMPTÓMY?

Ak pozorujete ktorýkoľvek z týchto príznakov alebo symptómov, nechajte sa vyšetriť u lekára.

Ak potrebujete podporu, usmernenie či viac informácií, kontaktujte Macmillan na bezplatnom čísle 0808 808 00 00, 7 dní v týždni od 8.00 do 20.00, alebo navštívte macmillan.org.uk

KEDY A AKO SI DAŤ SKONTROLOVAŤ SYMPTÓM



Ak máte pretrvávajúce, nevysvetliteľné alebo pre vás nezvyčajné symptómy, vždy sa obráťte na svojho odborného lekára, zdravotnú sestru alebo všeobecného praktického lekára:

Pretrvávajúci – symptóm, ktorý trvá dlhšie než 3 týždne.

Nevysvetliteľný – symptóm, ktorý nemá zjavnú príčinu.

Nezvyčajný – zmena na vašom tele, ktorá pre vás nie je normálna.

Tipy na rozhovor s odborným lekárom, sestrou alebo všeobecným praktickým

1. lekárom

Premyslite si, čo chcete povedať. Mohlo by vám pomôcť zapísať si tieto údaje o symptóme alebo zmene:

- o čo ide;
- kedy sa to začalo;
- či sa to riadi určitým vzorom;
- čokoľvek, čo ho zlepšil alebo zhoršil;
- ako vplýva na váš každodenný život.

2. Niekedy je ťažké rezervovať si termín a možno budete musieť zavolať viackrát.

Skúšajte to však dovedy, kým si termín nedohodnete. Môžete si rezervovať aj dlhšie stretnutia.

3. Zoberte so sebou niekoho, kto vám bude oporou. Môžete ho požiadať, aby počúval alebo si robil poznámky.

4.

Hovorte a počúvajte. Pokúste sa:

- vysvetliť symptómy vlastnými slovami;
- odpovedať na všetky otázky čo najúprimnejšie;
- opýtať, ak potrebujete viac informácií alebo niečomu nerozumiete;
- robiť si písomné poznámky alebo poznámky v telefóne.

5.

Uistite sa, že viete, čo bude nasledovať. Môže to zahŕňať:

- kedy by ste si mali dohodnúť ďalšie stretnutie;
- kde a kedy máte absolvovať návštevu odborného lekára alebo vyšetrenie;
- na koho sa obrátiť, ak potrebujete informácie alebo ďalšiu podporu.

6.

Zopakujte si, čo ste pochopili. Vďaka tomu vám vysvetlia všetko, čomu nerozumiete.

7.

Pamätajte, že symptómy často nie sú dôvodom na obavy. Ak sa však nevysvetliteľné symptómy vrátia alebo sa nezlepšia, znovu sa poraďte. Zavolajte do ambulancie svojho všeobecného praktického lekára a požiadajte ho o radu v prípade, že máte nejaké pochybnosti.

© Macmillan Cancer Support, február 2020. 3. vydanie. MAC15200_E03_Slovak. Ďalšia plánovaná revízia vo februári 2023. Macmillan Cancer Support, charitatívna organizácia registrovaná v Anglicku a Walesu (261017), Škótsku (SC039907) a na ostrove Man (604). Pôsobí aj v Severnom Írsku.

Ak máte niektorý z príznakov alebo symptómov uvedených v tomto prospekte, požiadajte o radu svojho odborného lekára, zdravotnú sestru alebo všeobecného praktického lekára. Nemrhajte nikoho časom. Sú vám k dispozícii, aby vám pomohli.

Ak máte obavy nechať si skontrolovať nejaký symptóm, zavolajte nám na číslo 0808 808 00 00.

MÁTE NEJAKÉ SYMPTÓMY?

Ak pozorujete ktorýkoľvek z týchto príznakov alebo symptómov, nechajte sa vyšetriť u lekára.

Ak potrebujete podporu, usmernenie či viac informácií, kontaktujte Macmillan na bezplatnom čísle 0808 808 00 00, 7 dní v týždni od 8.00 do 20.00, alebo navštívte [macmillan.org.uk](https://www.macmillan.org.uk)

© Macmillan Cancer Support, február 2020. 3. vydanie. MAC15200_E03_Slovak. Ďalšia plánovaná revízia vo februári 2023. Macmillan Cancer Support, charitatívna organizácia registrovaná v Anglicku a Walesu (261017), Škótsku (SC039907) a na ostrove Man (604). Pôsobí aj v Severnom Írsku.