

Моя новая повседневная жизнь

Что меняется
при раке





Моя новая повседневная ЖИЗНЬ

Что меняется при раке

Брошюра, подготовленная Анук

Мевильо

Иллюстрация : benohit

Жизнь с моим раком

Медицинская команда объяснила тебе, что у тебя есть болезнь, которая называется рак. Вот что, вероятно, изменится для тебя во время лечения.

Твоя повседневная жизнь

Ты будешь проводить время в больнице, чтобы лечиться. Иногда тебе придётся оставаться там несколько дней подряд и ночевать. Взрослый человек, которому ты доверяешь, сможет сопровождать и поддерживать тебя. Ты можешь взять с собой свою любимую игрушку. Ты также будешь ходить в больницу на обследования или за лекарствами, а потом сможешь возвращаться домой.

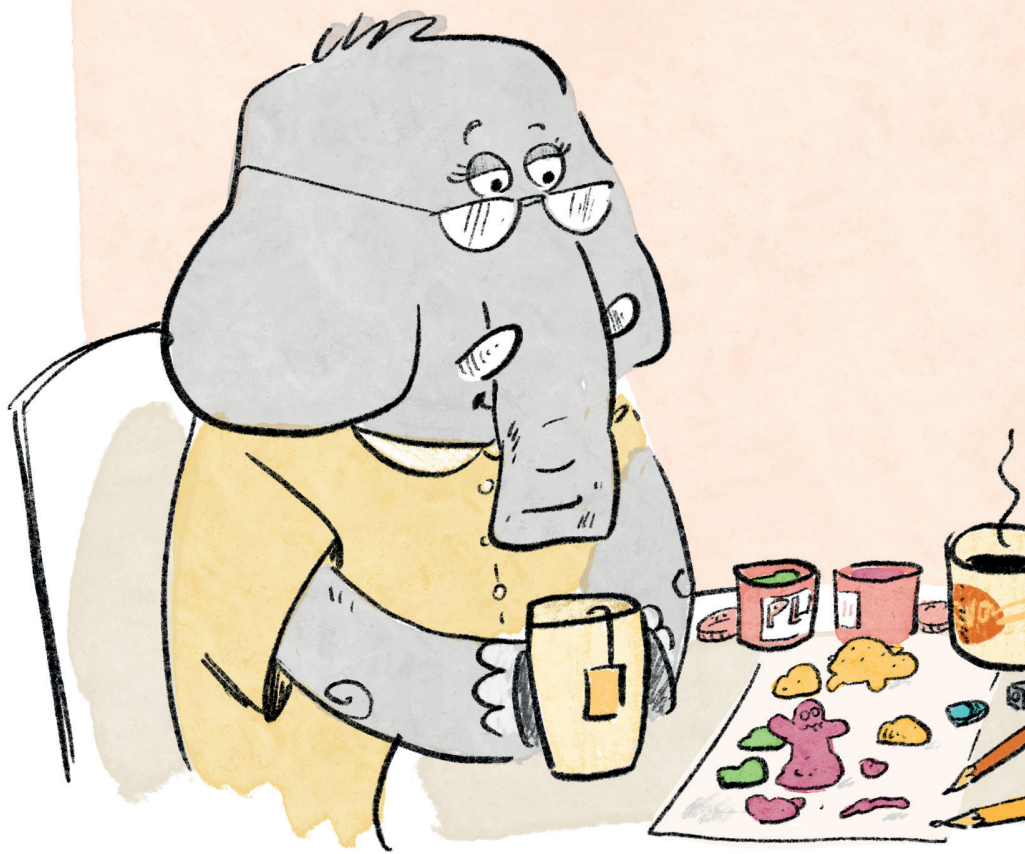
Если у тебя будет температура и твой организм не сможет самостоятельно защищаться от микробов, тебе придётся поехать в больницу, даже если это не было запланировано.





Твои эмоции

С тех пор как тебе объяснили, что у тебя есть болезнь, ты, вероятно, испытываешь много эмоций. Страх. Злость. Грусть. А может быть, всё это одновременно. Это нормально. Не всегда легко приспособиться ко всем этим изменениям. Очень важно делиться тем, что ты чувствуешь. Ты можешь делать это, например, с родителями, другими членами своей семьи, взрослым, которому ты доверяешь. А так же возможно, с ребёнком, который переживает то же самое, что и ты. Медицинская команда тоже может тебя поддержать. Есть специалисты, которые помогают детям справляться с их переживаниями: их называют психологами или психиатрами.





benohit

Твоё тело

Лечение может немного изменить твоё тело. Если тебе будут делать операции, на коже останутся следы. Это называется шрамами. Некоторые лекарства могут вызывать выпадение волос, а иногда также ресниц и бровей. Когда лечение закончится, всё это снова отрастёт. Другие лекарства могут вызывать у тебя сильный аппетит или, наоборот, лишать аппетита. Врачи всегда будут объяснять тебе, что может происходить, когда ты принимаешь новое лекарство. Не стесняйся задавать им вопросы.



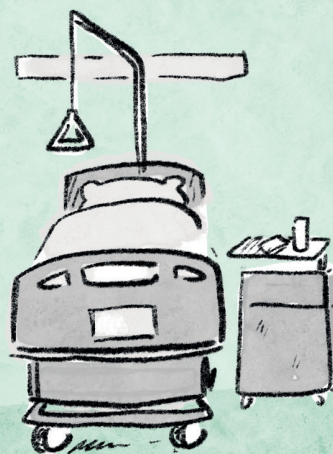


Школа

Ты будешь проводить много времени в больнице, чтобы врачи могли тебя лечить. Когда ты будешь там, ты не сможешь ходить в школу. Иногда ты будешь дома, но будешь чувствовать слишком сильную усталость, чтобы идти на занятия. Это нормально. Если тебе придётся долго оставаться в больнице, там есть школа с учителями, которые смогут тебе помочь.

Также существуют возможности посещать уроки дистанционно, например из дома, с помощью специальных роботов, которые могут предоставить тебе ассоциации.

Возможно, тебе будет не хватать твоих одноклассников. Ты можешь отправлять им письма или рисунки. Они наверняка будут рады тебе ответить.



benohit



Твоя семья

Когда ты будешь в больнице, твоя семья и друзья смогут навещать тебя, если они здоровы. Если у них насморк или грипп, им придётся подождать, пока они выздоровеют, чтобы увидеться с тобой. Ты сможешь звонить им по телефону, если захочешь.

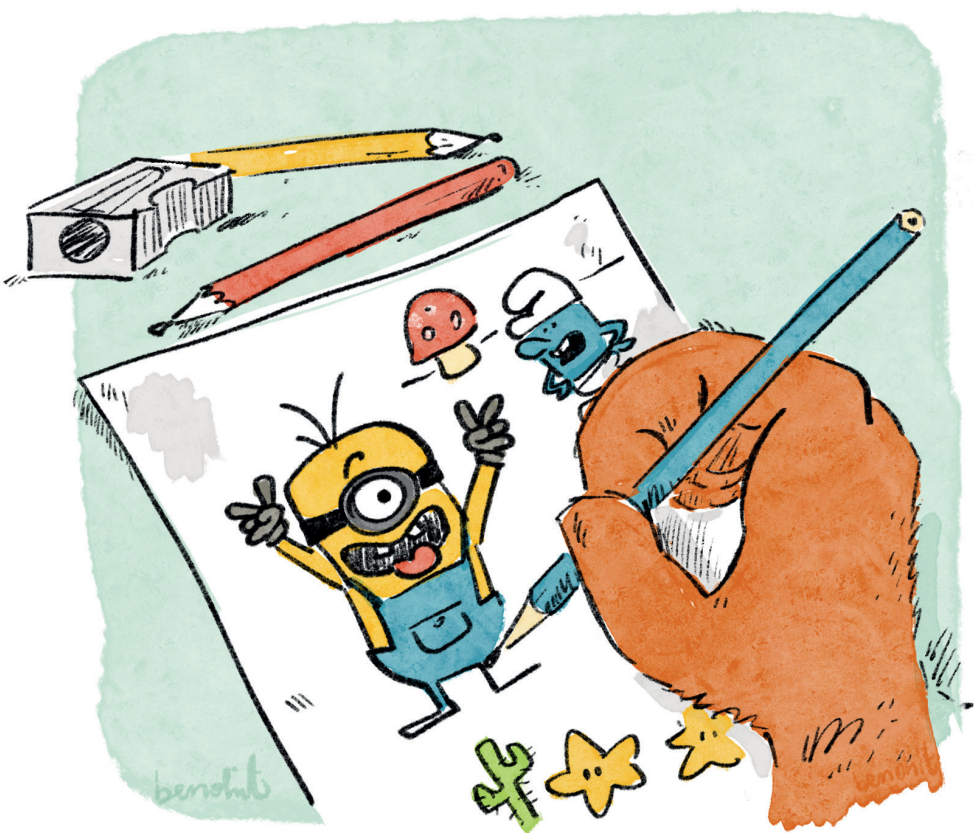
Если у тебя есть животные, то в большинстве случаев ты сможешь продолжать проводить с ними время и заботиться о них, когда будешь дома.

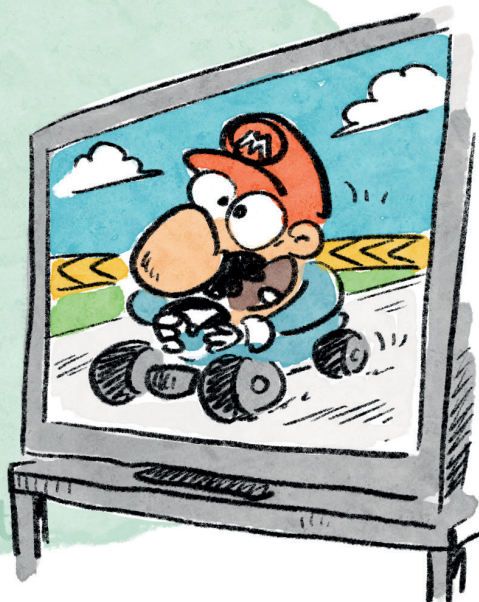




Твои увлечения

Если у тебя есть хобби вне школы, ты сможешь продолжать ими заниматься, когда будешь чувствовать себя достаточно хорошо. Для некоторых видов спорта, если есть риск упасть или если тебя могут толкнуть, придётся немного подождать. Важно как можно чаще заниматься тем, что тебе нравится. Это поможет тебе чувствовать себя лучше и снова встречаться с друзьями. В больнице также организуется много мероприятий для детей, и там есть игровая образовательная комната, куда ты сможешь пойти поиграть, когда захочешь.





Мы рядом с тобой

На протяжении всего твоего лечения ты можешь получать помощь и поддержку от медицинской команды, своей семьи, друзей, а также от ARFEC — ассоциации семей, у которых есть дети с таким же типом заболевания, как у тебя. Не стесняйся делиться тем, что ты чувствуешь, и задавать все свои вопросы.







Благодарности

В рамках учебной работы у меня появилась идея создать брошюру для детей, которые только что узнали диагноз рак. Мне казалось важным, чтобы простая информация была специально предназначена именно для них — тех, кого болезнь касается в первую очередь. Несколько детей, которые тоже столкнулись с раком, помогли мне написать тексты. Благодаря их перечитыванию и замечаниям я смогла понять, какие темы были важны с их точки зрения.

Огромное спасибо Феликсу, Элее и Элоди за их ценный вклад и время, которое они посвятили этому проекту. И также спасибо моей дочери Нозли, которая вдохновляла и поддерживала меня.

Данная брошюра была издана при финансовой и материально-технической поддержке Ассоциации семей детей, больных раком, франкоязычной части Швейцарии (ARFEC) и типографии Groux. Благодарим также иллюстратора Бенуа Шмида.

Всем вам — родителям и детям, которые начинают путь лечения в онкологии, — я желаю много сил и мужества.

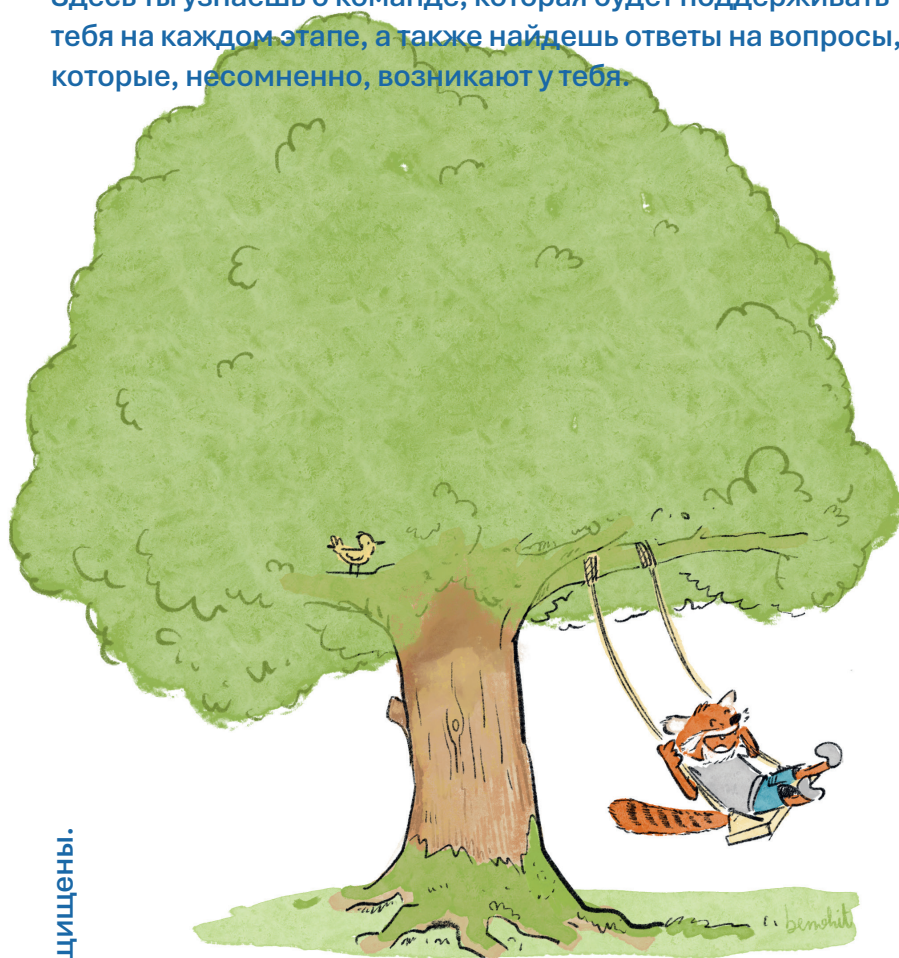
Anouk Mévillot

Выходные данные : тираж 500 экземпляров, октябрь 2026 года

Печать : Groux arts graphiques, 1052 Le Mont-sur-Lausanne

В борьбе с раком ты не одинок/одинока : эта брошюра поможет тебе разобраться в происходящих изменениях и справиться со своими эмоциями.

Здесь ты узнаешь о команде, которая будет поддерживать тебя на каждом этапе, а также найдешь ответы на вопросы, которые, несомненно, возникают у тебя.



© Все права защищены.



www.cancer-pediatrique.ch

Чтобы скачать брошюру на французском или на другом языке.