



IOCN

Institutul Oncologic
"Prof. Dr. Ion Chiricuță"
Cluj-Napoca

Împreună vedem speranța!

Membri al Organizației Institutelor Europene de Cancer "OECI"

RECOMANDĂRI PSIHOLOGICE UTILE ÎN LUPTA ÎMPOTRIVA PANDEMIEI DE CORONAVIRUS (COVID-19)

Pentru pacienții Institutului Oncologic „Prof. Dr. I. Chiricuță” Cluj-Napoca

Am dat dovadă de empatie și umanitate, iar acum e momentul să dăm dovadă de responsabilitate și unitate. Suntem alături de dumneavoastră în modul cel mai bun cu putință. Respectăm „puterea lui împreună”!

01

Ca Institut ne asumăm să respectăm fără excepție regulile impuse la ora actuală cu scopul de a vă proteja pe dumneavoastră, pe cei dragi ai dumneavoastră și pe fiecare dintre noi. În funcție de recomandările naționale și internaționale, regulile se pot modifica.

02

Credem în dumneavoastră că vă gândiți la cei care fac parte din aceeași „luptă” și au imperios nevoie de suport medical. Dacă nu e absolut necesar, vă recomandăm călduros să amânați perioada de spitalizare. Medicul dumneavoastră curant vă va răspunde tuturor solicitărilor, conform programării.

De asemenea, nu merită să ne blamăm pentru îngrijorare. E absolut firesc să existe în această perioadă. Atunci când apare, întrebați-vă doar dacă vă ajută să vă îngrijiți și mai mult? Dacă răspunsul este nu, atunci încercați să vă concentrați cât mai mult pe momentul prezent, pe ce puteți face în acel moment și mai ales să vă repetați că faceți tot ce e omenește posibil pentru a gestiona cât mai bine această situație. E cel mai de folos lucru pe care îl puteți face în acest moment.

03

04

Dumneavoastră ați mai trecut prin atâtea atâtea etape cu încărcătură emoțională care v-au ajutat „imunitatea /reziliența psihică”. Etape pe care e posibil să fi avut impresia că nu le puteți depăși, totuși le-ați depășit în timp și cu mult efort. Am fost și suntem alături de dumneavoastră.

05

În condițiile în care emoțiile pe care le simțiți în momentul spitalizării vă copleșesc în cea mai mare parte din zi, nu ezitați să apelați la suportul psihologic (Florina Pop, Chirurgie Oncologică I, programări 0740423180; Daniela Ricean – Oncologie Medicală, programări 0745626742; Corina Șomlea –Oncopediatrie, programări 0264-598362; 0264-598 363, int. 126; Najden Petrov – Hematologie, programări 0264-592766; 0264-431605). În ședințele de consiliere psihologică puteți învăța tehnici care s-au dovedit a fi utile și pe care să le agreeți.