

СОВЕТЫ ДЛЯ ЛИЦ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ УХОД ЗА ПАЦИЕНТОМ С РТПХ



Поддержка близких — неотъемлемая часть процесса лечения и реабилитации пациента с РТПХ. Ниже советы для тех, кто ухаживает за больным, ведь забота о себе не менее важна.



1 Общение очень важно, поэтому **ищите поддержку у других людей, осуществляющих уход.**



2 **Заботьтесь о собственном здоровье,** чтобы оставаться сильными морально и физически.



3 **Принимайте предложения о помощи** и не бойтесь говорить о том, что именно могло бы вам облегчить ситуацию и помочь в конкретный момент.



4 Выстраивайте коммуникацию с врачами и не стесняйтесь высказывать свое мнение, **отстаивая интересы пациента с РТПХ.**



5 **Обращайтесь за помощью,** когда она вам нужна, чтобы получить психологическую поддержку.



6 **Обращайте внимание на возможные признаки депрессии.** Иногда РТПХ может отражаться и на отношениях. Не замыкайтесь, продолжайте общаться и принимать поддержку.



7 **Планируйте заранее,** когда это возможно, но старайтесь сохранять гибкость и принимать изменения по мере того, как они появляются на вашем пути.



8 **Не забывайте делать передышки.** Забота о близком человеке требует много сил, и вы тоже нуждаетесь в отдыхе и заботе о себе.



9 Отдавайте себе должное за то, что **вы делаете все возможное.**



10 **Относитесь к себе с тем же состраданием, с каким вы относитесь к пациенту или близкому человеку.**

Список сокращений и литературы:

РТПХ — реакция «трансплантат против хозяина».

1. Wulff Burchfield E. M., Jagasia M., Savani B. N. Long-term follow-up of informal caregivers after Allo-SCT: A systematic review. Bone Marrow Transplantation. 2012; 48(4): 469-473. Doi:10.1038/bmt.2012.123.

Материалы подготовлены при поддержке АО «Санофи Россия» и предназначены для использования пациентами. Предоставленная информация не заменяет консультацию специалиста, обратитесь к врачу. Все права защищены.

MAT-RU-2600228-1.0-02/2026.