Hoe vertel ik mijn familie over erfelijke aanleg kanker?

Wat is nu een goede manier om jouw familie te vertellen over de erfelijke aanleg? Dat ligt er aan wat bij jou past. En hoe jouw relatie met je familie is. Houd rekening met mogelijke wensen en reacties van anderen, maar blijf uitgaan van jezelf.

Zoek een maatje

Wil je het vertellen maar zie je er tegenop? Of heb je een hele grote familie? Je hoeft het niet aan iedereen persoonlijk te vertellen. Je kunt ook een ‘maatje’ vragen om het voor jou te vertellen. Of het samen vertellen. Dat kan bijvoorbeeld iemand zijn die jouw familieleden vaker ziet dan jij.
Je kunt ook vragen of jouw ouders het aan hun broers en zussen vertellen. Of je vraagt je oom(s) en tante(s) het aan hun kinderen (jouw neven of nichten) vertellen.

Familiebrief sturen

Als je weinig contact hebt met bepaalde familieleden of je wilt niet naar ze toe, dan kun je de familiebrief ook mailen of opsturen. Als je wil kun je er iets bij schrijven (zie voorbeeldbrieven).

Klein gezelschap of grote groep

Sommige mensen zien hun familie vooral bij een verjaardag, begrafenis of trouwerij. Het nieuws kan op zo’n moment soms minder goed vallen, omdat mensen dan met iets heel anders bezig zijn. Bijvoorbeeld afscheid nemen of feest vieren. Kies, als het kan, een rustiger moment.

Wees voorzichtig met uitstellen

Misschien wil je bepaalde familieleden nu nog niet informeren. Bijvoorbeeld omdat je het nieuws eerst zelf wilt verwerken, of een ‘goed moment’ afwacht.
Het is soms moeilijk om voor een ander te bepalen wat een goed moment is. Ook bestaat het risico dat iemand die het nog niet gehoord had, kanker krijgt. Misschien had dit voorkomen kunnen worden of was de kanker eerder ontdekt als hij of zij het geweten had. Soms kunnen er goede redenen zijn om het uit te stellen. Heb jij redenen om het uit te stellen? Kijk hier voor tips.

Vraag advies

Denk jij dat mensen die jij geïnformeerd hebt, het bericht niet doorgeven aan hun eigen gezinsleden? Vraag advies bij de polikliniek klinische genetica.

Lees verder: Wat houdt mij tegen?
Terug naar: Familie vertellen over erfelijke aanleg kanker
Download hier de folder ‘Kanker en erfelijkheid: hoe vertel ik het mijn familie’

Heb je een vraag? erfolijn@erfocentrum.nl (subject: Vraag, body: Naam%3A%0A%0AMijn%20vraag%20is%3A) (Mail) ons.

Zet op een rij

Welke familieleden moeten het weten?

Wie van hen wil je schrijven, wie wil je opbellen of opzoeken?

Wie kun je vragen anderen te informeren, voor of met jou?

Afdrukken