



Pagkatapos Masuriang May Kanser sa Baga

Kung ipinaalam sa iyong mayroon kang kanser sa baga, marahil ay nagpakuha ka na ng mga x-ray, mga scan, at biopsy (isang pagsusuring kumukuha ng tisyu upang tingnan kung may kanser). Maaaring ginawa na ang mga pagsusuri sa mga selula ng kanser upang tingnan ang mga partikular na protina at mga pagbabago sa gene. Maaaring nagpakuha ka na rin ng mas marami pang scan o iba pang mga procedure upang malaman kung kumalat na ang kanser. Ang mga pagsusuring ito ay nakakatuong sa iyong doktor na malaman kung anong uri ng kanser sa baga ang mayroon ka, sa anong stage ito naroroon, at anong paggamot ang makakatuong.

Mayroong maraming paraan para magamot ang kanser sa baga, kabilang ang surgery, radiation, at mga gamot na tulad ng chemo, targeted drug therapy, o immunotherapy. Kadalasan, mahigit sa isang uri ng paggamot ang kailangan. Karaniwang dumedepende ang paggamot sa mga bagay tulad ng uri at stage ng iyong kanser sa baga. Ang iyong mga pagpipiliang paggamot ay nakadepende rin sa mga resulta ng mga pagsusuri sa mga selula ng kanser, mga problema sa kalusugan na maaaring mayroon ka, at sa iyong mga personal na desisyon. Tutulungan ka ng iyong doktor na magpasya kung aling mga paggamot ang pinakamahasay para sa iyo.

Siguraduhing itanong ang:

- Anong uri ng kanser sa baga ang mayroon ako?
- Nasa anong stage ang kanser sa aking baga, at ano ang ibig sabihin nito?
- Ano pa ang nalaman ninyo tungkol sa aking kanser sa baga mula sa mga resulta ng aking pagsusuri?
- Mangangailangan pa ba ako ng higit pang pagsusuri?
- Anong mga paggamot sa tingin ninyo ang pinakamahasay para sa aking kanser sa baga?
- Anu-ano ang posibleng maging mga side effect mula sa paggamot?

Ano ang maaasahan sa panahon ng paggamot

Ipapaliwanag sa iyo ng iyong cancer care team (pangkat ng pangangalaga para sa kanser) ang iyong plano ng paggamot. Kabibilangan ang team na ito ng iba't ibang doktor, nurse, at iba pang mga manggagawa ng pangangalagang pangkalusugan, depende sa uri ng paggamot na kailangan mo. Halimbawa, kung kailangan

mo ng radiation therapy, makikipagtulungan ka sa iyong radiation oncologist upang malaman kung ano ang maaasahan bago ang, sa panahon ng, at pagkatapos ng paggamot na radiation. Kung kailangan mo ng iba pang mga uri ng paggamot, ang iyong doktor o cancer care team ay ipapaliwanag kung paano ito ibibigay, tutulungan kang maghanda para rito, susubaybayan ang kalagayan mo, at tutulungan ka sa anumang mga side effect. Maaari ka ring magpasuri ng dugo, magpa-xray, o magpa-scan sa mga partikular na pagkakataon upang makita kung gaano gumagana ang iyong paggamot.

Hindi lahat ng dumadaan sa paggamot para sa kanser sa baga ay magkakaroon ng mga parehong side effect. Halimbawa, ang mga side effect ng surgery ay naiiba sa mga side effect ng mga paggamot na chemo, targeted drug therapy, immunotherapy, o radiation. Ang mga taong nakakakuha ng parehong paggamot ay maaaring magkaroon ng magkakaibang side effect.

Siguraduhing itanong ang:

- Anu-ano ang aking mga opsyon sa paggamot? Ano sa tingin ninyo ang pinakamahasay para sa akin at bakit?
- Ano ang layunin ng paggamot?
- Anong mga side effect ang maaaring kong maranasan, at ano ang maaari kong gawin tungkol sa mga ito?
- Paano natin malalaman kung gumagana ang paggamot?
- Gaano kadalas ang aking paggamot, at gaano katagal ito?
- Saan ako pupunta para magpagamot, at kakayanin ko bang magmaneho nang mag-isa?
- Maipagpapatuloy ko ba ang aking mga karaniwang aktibidad, gaya ng trabaho at ehersisyo?

Ano ang maaasahan pagkatapos ng paggamot

Pagkatapos ng paggamot, tutulungan ka ng iyong doktor na harapin ang anumang mga side effect na maaaring mayroon ka pa rin. Magkakaroon ka rin ng mga regular na pagsusuri upang matingnan kung bumalik ang iyong kanser, o upang malaman kung nagsimula ang panibagong kanser sa ibang bahagi ng iyong katawan.

Para sa ilan, maaaring hindi lubusang mawala ang kanser. Maaari silang magpatuloy sa pagpapagamot, at mangangailangan pa rin ng mga pagsusuri upang malaman kung gaano ito gumagana.

Tiyaking ipinapaalam sa iyong doktor o sa sinuman sa cancer care team kung mayroon kang anumang mga side effect na hindi mawala-wala pagkatapos ng paggamot o anumang mga bagong sintomas.

Maaaring mahirapan ka ring makayanan ang mga pagbabago sa iyong katawan pagkatapos ng paggamot. Halimbawa, maaaring hindi na mahusay ang paggana ng iyong mga baga gaya ng dati. Kung ang kahirapan sa paghinga ay naglilimita sa kung ano ang kaya mong gawin, itanong sa iyong cancer care team kung makakatulong ang pulmonary rehabilitation o pulmonary therapy.

Bagaman natapos mo na ang paggamot at maaaring mabuti na ang iyong pakiramdam, mahalagang itanong sa iyong cancer care team ang tungkol sa regular na iskedyul para sa mga follow-up na pagsusuri para matingnan kung bumalik ang kanser sa baga.

Siguraduhing itanong ang:

- Gaano kadalas ko kailangang magpatingin sa aking cancer care team?
- Mangangailangan ba ako ng mga pagsusuri kung bumalik ang aking kanser, o para matingnan kung may mga problema mula sa aking paggamot?
- Kailangan ko ba ng anumang mga screening test, gaya ng mammogram o colonoscopy, upang maagang matuklasan ang iba pang mga karaniwang kanser?
- Kailangan ko ba ng isang follow-up na plano pagkatapos ng paggamot?
- Mayroon bang mga nahuli o pangmatagalang side effect mula sa paggamot na dapat kong bantayan?
- Sa tingin ba ninyo ay makakatulong sa akin ang pulmonary rehabilitation o pulmonary therapy?
- Kailan at paano ako dapat makipag-ugnayan sa aking cancer care team?
- Saan ko mahahanap ang aking mga medikal na rekord pagkatapos ng paggamot?

Pananatiling malusog

May mga bagay kang magagawa upang mapanatiling malusog ang iyong sarili sa panahon ng, at pagkatapos ng paggamot para sa kanser sa baga. Ang pagtigil sa paninigarilyo ay makakatulong sa ilang tao na may kanser sa baga na mabuhay ng mas matagal. Makakatulong sa iyo ang pagkain ng masustansyang pagkain, pagiging aktibo, pagsusumikap na maabot ang at pagpapanatili ng malusog na timbang, at pag-iwas sa alkohol. Mahalaga rin ang pag-iwas na mahantad sa usok ng sigarilyong mula sa iba at radon sa iyong tahanan at lugar na pinagtatrabahuhan. Makakatulong ang mga bagay na itong mapababa ang iyong panganib na makakuha ng panibagong kanser sa baga o iba pang mga kanser.

Huwag kalimutang magpa-screen para sa iba pang mga uri ng mga kanser at patuloy na magpatingin kung may iba pang mga problema sa kalusugan. Kausapin ang iyong doktor tungkol sa plano ng screening at pagsusuring tama para sa iyo.

Ang pagharap sa iyong damdamin

Sa pagkakaroon ng kanser sa baga ay maaaring matakot ka, malungkot, o nerbyusin. Naninigarilyo ka man o hindi, maaaring nag-i-guilty ka o pakiramdam mo ay hinuhusgahan ka sa pagkakaroon ng kanser sa baga. Normal na magkaroon ng mga ganitong pakiramdam, at may mga paraang makakatulong sa iyong makayanan ang mga ito.

- Huwag subukang sarilihin ang iyong mga nararamdaman. Pag-usapan ang iyong damdamin, anuman ang mga ito.
- OK lang ang malungkot o malumbay paminsan-minsan, ngunit ipaalam sa iyong cancer care team kung mas madalas pa kaysa sa ilang araw ang mga nararamdaman mong ito.
- Gawin ang mga bagay na ikinasisiya mo tulad ng panonood ng sine, pagkain ng hapunan sa labas, paggugol ng panahon sa labas, o sa isang event na pang-sports, kung OK ang sinabi ng iyong doktor.
- Humingi ng tulong sa mga gawaing tulad ng pagluluto at paglilinis.

Maaaring kailanganin mong makipag-ugnayan sa mga kaibigan, pamilya, o mga lider o grupong panrelihiyon. Nakakatulong para sa ilang tao ang makipag-usap sa ibang dumaan sa mga parehong karanasan. Maihahandog iyon ng isang support group. Maaaring makatulong sa ibang bagay ang counseling. Ipaalam sa iyong cancer care team ang iyong damdamin. Makakatulong sila sa iyo sa paghanap ng tamang suporta.

Para sa impormasyon tungkol sa kanser, pang-araw-araw na tulong, at suporta, tumawag sa American Cancer Society sa **1-800-227-2345** o bisitahin kami online sa **cancer.org/lungcancer**. Narito kami kapag kailangan mo kami.



cancer.org | 1.800.227.2345

TAGALOG
©2022, American Cancer Society, Inc.
Blg. 080815-Nirebisa 8/22

