Pagkatapos ng Dyagnosis na Breast Cancer sa Lalaki

American Cancer Society®

Ang breast cancer ay isang uri ng cancer na nagsisimula sa suso. Ang suso ay isang organ na nasa itaas ng pang-itaas na tadyang at mga kalamnan ng dibdib. Kung naipaalam sa iyo na mayroon kang breast cancer, maaaring nagpa-mammogram ka na, nagkaroon ng iba pang mga scan, at biopsy (isang pagsusuri na kumukuha ng ilang tissue upang matingnan kung may cancer). Maaaring naisagawa na ang iba pang mga pagsusuri sa mga selula ng cancer upang masiyasat ang mga partikular na protina at mga pagbabago sa gene na tinatawag na biomarker. Maaari ka ring magkaroon ng iba pang mga procedure upang malaman kung kumalat na ang cancer. Ang mga pagsusuring ito ay nakakatulong sa iyong doktor na malaman kung anong uri ng breast cancer ang mayroon ka, kung nasa anong stage na ito, at kung anong paggamot ang makakatulong.

Paggamot para sa breast cancer

Ang iyong paggamot ay magdedepende sa uri at stage ng breast cancer. Ang iyong mga opsyon sa paggamot ay magdedepende rin sa mga resulta ng mga pagsusuri sa mga selula ng cancer, sa iyong kalusugan, at sa iyong mga personal na kagustuhan.

Ang surgery ay ang pangunahing paggamot para sa karamihan sa mga uri ng breast cancer. Karamihan sa mga lalaking may breast cancer ay nagpapa-mastectomy, na inaalis ang lahat ng tissue sa suso sa gilid na mayroong cancer.

Ang ilang kalalakihan ay maaaring magpa-lumpectomy. Inaalis lamang ng surgery na ito ang bukol at kaunti pa sa palibot na ito. Mas hindi gaanong karaniwan ito dahil karamihan sa mga kalalakihan ay walang gaanong tissue sa suso.

Ang iba pang paggamot ay maaaring kabilangan ng radiation at mga medisinang tulad ng chemotherapy (chemo), hormone therapy, targeted therapy, at immunotherapy. Sa ilang kaso, kailangan ang mahigit sa isang uri ng paggamot. Tutulungan ka ng iyong doktor na magpasya kung aling paggamot ang pinakamainam para sa iyo.

Siguraduhing itanong ang:

- Anong uri ng breast cancer ang mayroon ako?
- Nasaan sa aking suso ang cancer?
- Nasa anong stage ang breast cancer, at ano ang ibig sabihin noon?
- Ano ang naging mga resulta ng biomarker test?
- Mangangailangan ba ako ng higit pang mga pagsusuri?
- Anong paggamot sa tingin ninyo ang pinakamahusay para sa akin?
- Ano ang layunin ng paggamot?
- Isasama ba sa paggamot ang surgery? Maaari bang ganap na maalis ang cancer?
- Kakailanganin ko rin ba ang iba pang mga uri ng paggamot?
- Kailangan ko ng genetic testing?

Ang aasahan bago at sa panahon ng paggamot

Ipapaliwanag sa iyo ng iyong cancer care team ang iyong plano ng paggamot. Maaaring kasama sa team na ito ang iba't ibang doktor, nurse, at iba pang mga manggagawa sa pangangalagang pangkalusugan, depende sa uri ng paggamot na kailangan mo. Halimbawa, kung kailangan mo ng surgery, kakailanganin mong makipagtulungan sa isang surgeon. Ipapaalam niya sa iyo kung ano ang aasahan bago, sa panahon ng, at pagkatapos ng surgery. Kung kailangan mo ng iba pang mga uri ng paggamot, ipapaliwanag ng iyong cancer care team kung paano ito ibibigay, tutulungan kang paghandaan ito, susubaybayan ang kalagayan mo, at tutulungan ka sa anumang mga side effect. Maaari ka ring kumuha ng mga pagsusuri sa dugo, scan, o iba pang mga pagsusuri sa mga partikular na panahon upang makita kung gaano kahusay na gumagana ang paggamot.

Hindi lahat ng dumadaan sa paggamot sa breast cancer ay magkakaroon ng mga parehong side effect. Halimbawa, ang mga side effect ng surgery ay naiiba sa mga side effect ng chemo, hormone therapy, targeted therapy, immunotherapy, o radiation. At ang mga taong tumatanggap ng ibang paggamot ay maaaring magkaroon ng magkakaibang side effect.

Siguraduhing itanong ang:

- Anong mga side effect ang maaaring magkaroon ako, at ano ang magagawa ko tungkol dito?
- Paano namin malalaman na gumagana ang paggamot?
- Gaano kadalas akong gagamutin? Gaano katagal ang aabutin nito?
- Saan ako pupunta para magpagamot? Maaari ba akong magmaneho ng sasakyan nang mag-isa?
- Babaguhin ba ng paggamot ang hitsura at kung paano gumagana ang aking katawan?
- Maaapektuhan ba ng paggamot ang aking buhay-pakikipagtalik? Kung gayon, paano at gaano katagal? Ano ang maaari kong gawin upang makatulong sa bagay na ito?
- Paano maaapektuhan ng paggamot ang aking buhay sa araw-araw?
- Mayroon bang mga klinikal na pagsubok na maaaring tama para sa akin?

Ang aasahan pagkatapos ng paggamot

Pagkatapos ng paggamot, hingin sa iyong doktor sa cancer ang buod ng paggamot at plano ng follow-up. Ang tawag dito ay survivorship care plan. Ang iyong doktor sa cancer ay makikipagtulungan sa iyong pamilya o primary care doctor upang makatulong sa pamamahala sa mga side effect mula sa paggamot at matingnan ang iyong kalusugan sa pangkalahatan. Magkakaroon ka ng mga regular na pagsusuri upang matingnan kung bumalik ang iyong cancer o kung nagsimula ang panibagong cancer sa ibang bahagi ng iyong katawan.

Maaaring kaharapin mo ang mga pagbabago sa iyong katawan pagkatapos ng paggamot. Siguraduhing itanong sa doktor kung ano ang aasahan, at ipaalam sa kanya kung mayroon kang anumang mga problema.

Ang mga taong nagkaroon ng breast cancer ay nanganganib na muling magkaroon o makakuha ng iba pang mga uri ng cancer. Kahit mabuti ang iyong pakiramdam pagkatapos ng paggamot, mahalagang itanong sa iyong cancer care team ang tungkol sa regular na iskedyul para sa mga follow-up na pagsusuri upang matingnan kung bumalik ang iyong breast cancer.

Para sa ibang tao, maaaring hindi ganap na mawala ang cancer. Maaaring patuloy silang magpagamot, at kakailanganin pa rin ang mga pagsusuri upang makita kung gaano kahusay itong gumagana.

Siguraduhing itanong ang:

- Saan ako maaaring makakuha ng buod ng aking paggamot at plano ng follow-up?
- Gaano kadalas ko kailangang makipagkita sa aking cancer care team?
- Kailan at paano ako dapat makipag-ugnayan sa kanila?
- Mangangailangan ba ako ng mga pagsusuri kung bumalik ang aking cancer, o para matingnan ang mga problema sa aking paggamot?
- Kailangan ko ba ang anumang mga screening na pagsusuri, tulad ng colonoscopy, upang matuklasan ang iba pang mga cancer nang maaga?
- Mayroon bang mga nahuli o pangmatagalang side effect mula sa paggamot na dapat kong bantayan?
- Saan ko mahahanap ang aking mga medikal na rekord pagkatapos ng paggamot?

Pananatiling malusog

Siguraduhing ipinaaalam sa iyong doktor o cancer care team kung hindi mawala-wala ang anumang mga side effect ng paggamot o kung mayroon kang anumang mga bagong sintomas.

May mga bagay kang magagawa upang mapanatiling malusog ang iyong sarili sa panahon ng at pagkatapos ng paggamot. Ang hindi paninigarilyo ay maaaring makatulong na bawasan ang mga tsansang magkaroon ng breast cancer. Ang pagkakaroon ng at pananatiling nasa malusog na timbang, pagkain ng masustansya, pag-inom ng sapat na fluids, pagiging aktibo, at pag-iwas sa alkohol ay makakatulong din sa iyong manatiling malusog. Maaari ring makatulong ang mga bagay na ito na mapababa ang iyong panganib na magkaroon ng panibagong breast cancer o iba pang mga cancer.

Pagharap sa iyong mga nararamdaman

Sa pagkakaroon ng breast cancer ay maaaring makaramdam ka ng takot, lungkot, o nerbyos. Normal na magkaroon ng ganitong nararamdaman, at may mga paraan upang matulungan kang harapin ang mga ito.

- Huwag subukang solohin ang iyong nararamdaman. Pag-usapan ito, anuman ang mga ito.
- Okey lang na makaramdam ng kalungkutan o malumbay paminsan-minsan, ngunit ipaalam sa iyong cancer care team kung nakakaramdam ka nito nang mahigit sa ilang araw.
- Kung sinabi ng iyong doktor na okey ito, patuloy na gawin ang mga bagay na ikinasisiya mo tulad ng paggugol ng oras sa labas, panonood ng sine o event na pang-sports, o pagkain sa labas.
- Humingi ng tulong sa mga gawaing tulad ng pagluluto at paglilinis.

Maaaring kailanganin mong makipag-ugnayan sa mga kaibigan, pamilya, o lider o grupo sa relihiyon. Makakatulong din ang counseling. Para sa iba, nakakatulong ang makipag-usap sa iba na nakaranas ng mga parehong bagay. Maibibigay iyon ng isang support group. Ipaalam sa iyong cancer care team ang iyong nararamdaman. Matutulungan ka nilang makahanap ng tamang suporta.

Para sa higit pang impormasyon at suporta, bumisita sa website ng American Cancer Society sa **cancer.org/tagalog** o tumawag sa amin sa **1-800-227-2345**. Narito kami kapag kailangan mo kami.

American Cancer Society®

BBB ACCREDITED CHARITY
bbb.org/charity

©2026, American Cancer Society, Inc.
No. 087511 Rev. 5/26