



Pagkatapos ng Dyagnosis na Cancer sa Puwit



Ang cancer sa puwit ay isang uri ng cancer na nagsisimula sa anus. Ang anus ay ang butas na nag-uugnay ng mga bituka sa labas ng katawan. Kung naipaalam sa iyo na mayroon kang cancer sa puwit, maaaring nagkaroon ka na ng mga pagsusuri sa dugo, imaging test tulad ng CT scan, endoscopy, at nagpa-biopsy ka na (isang pagsusuri na kumukuha ng ilang tissue upang matingnan kung may cancer). 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 cancer sa puwit ang mayroon ka, kung nasa anong stage na ito, at kung anong paggamot ang makakatulong.

Paggamot para sa cancer sa puwit

Ang iyong paggamot ay magdedepende sa uri at stage ng cancer sa puwit. 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.

May maraming paraan para magamot ang cancer sa puwit. Kadalasan, ang pinakamahusay na pamamaraan ay pinagsasama ang dalawa o higit pang mga paggamot.

Sa nakaraan, surgery ang natatanging paraan para magamot ang cancer sa puwit, ngunit ngayon, karamihan sa mga cancer sa puwit ay ginagamot nang may kumbinasyon ng radiation at chemotherapy (chemo). Madalas na hindi kailangan ang surgery.

Maaari ring magamit ang immunotherapy. Tutulungan ka ng iyong doktor na magpasya kung aling paggamot ang pinakamainam para sa iyo.

Kung hindi gumagana ang ibang mga paggamot, maaaring kailanganin ang surgery upang alisin ang anus at anal sphincter (ang kalamnan na hugis-singsing na kumokontrol sa paglabas ng dumi. Pagkatapos ng surgery, kakailanganin ng isang ttao ang ostomy. Ang ostomy ay isang butas sa tiyak na nagbibigay-daan upang makalabas ang dumi sa katawan.

Siguraduhing itanong ang:

- Anong uri ng cancer sa puwit ang mayroon ako?
- Nasa anong stage ang aking cancer sa puwit, at ano ang ibig sabihin noon?
- 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 maalis ang lahat ng cancer?
- Kakailanganin ko ba ng ostomy?
- Kakailanganin ko rin ba ang iba pang mga uri ng paggamot?

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 radiation, kakailanganin mong makipagtulungan sa isang radiation oncologist upang malaman kung ano ang aasahan bago, sa panahon ng, at pagkatapos ng paggamot. 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 cancer sa puwit ay magkakaroon ng mga parehong side effect. Halimbawa, ang mga side effect ng radiation ay naiiba sa mga side effect ng chemo, immunotherapy, at surgery. 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 kung gumagana ang paggamot?
- Gaano kadalas akong gagamutin? Gaano ito katagal?
- Saan ako pupunta para magpagamot? Maaari ba akong magmaneho ng sasakyan nang mag-isa?
- Paano maaapektuhan ng paggamot ang aking buhay sa araw-araw?
- Patuloy ko bang magagawa ang mga karaniwang aktibidad, tulad ng trabaho at ehersisyo?
- Maaapektuhan ba ng paggamot ang aking buhay-pakikipagtalik? Paano at gaano katagal? Ano ang maaari kong gawin para makatulong dito?
- Mayroon bang anumang 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 cancer sa puwit 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 cancer sa puwit.

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 mammogram o 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?



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.

Pananatiling malusog

Siguraduhing ipinaalam 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 makakatulong sa pagpapababa ng iyong mga tsansang magkaroon ng panibagong cancer sa puwit, pati na rin ang iba pang mga cancer. Ang pagkakaroon ng at pananatiling nasa malusog na timbang, pagkain ng masustansya, pagiging aktibo, at pag-iwas sa alkohol ay makakatulong din sa iyong manatiling malusog at mapababa ang iyong mga panganib na magkaroon ng iba pang mga cancer. Maaari ring mapababa ng mga ito ang iyong panganib na magkaroon ng panibagong cancer sa puwit, ngunit higit pang pananaliksik ang kailangan.

Pagharap sa iyong mga nararamdaman

Sa pagkakaroon ng cancer sa puwit 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 pakikipag-usap sa iba na nagkaroon ng parehong karanasan. Maibibigay iyon ng isang support group. Ipaalam sa iyong cancer care team ang iyong nararamdaman. Matutulungan ka nilang makahanap ng tamang suporta.