



Pagkatapos ng Dyagnosis ng Tumor sa Utak o Spinal Cord



Ang mga tumor sa utak at spinal cord ay mga masa ng mga hindi normal na selula sa loob ng utak o spine. Maaaring pahirapan nito ang mga nerbyo ng utak at spinal cord na gumana nang normal para makontrol kung paano gumagana ang buong katawan. Kung naipaalam sa iyo na mayroon kang tumor sa utak o spinal cord, maaaring nagpa-scan at nagpa-biopsy ka na (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 tumor sa utak o spinal cord ang mayroon ka, kung nasa anong stage na ito, at kung anong paggamot ang makakatulong.

Mga uri ng tumor sa utak o spinal cord

Pinangalanan ang mga tumor na ito para sa bahagi ng utak o spinal cord kung saan nabuo ang tumor. Hindi lahat sa mga ito ay cancer; ang ilan ay benign o hindi cancer. Ang ilan ay mga magkahalong uri. Ang mga karaniwang uri ay:

- Astrocytoma
- Oligodendroglioma
- Ependymoma
- Meningioma
- Medulloblastoma
- Schwannoma o neurilemmoma

Paggamot para sa mga tumor sa utak o spinal cord

Madalas na maaaring mahirap gamutin ang mga tumor sa utak at spinal cord. Ang iyong paggamot ay magdedepende sa kung anong uri ng tumor ang mayroon ka, kung nasaan ito, kung gaano ito kalaki, at ang grado nito (kung gaano kabilis na lumalaki at kumakalat ang mga ito). 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 unang paggamot para sa mga taong may tumor sa utak o spinal cord. Ang ganitong uri ng ginagamit na surgery ay nakadepende sa uri ng tumor, kung nasaan ito, at kung gaano ito kalaki.

Kung benign ang tumor, maaaring surgery lamang ang kailanganing paggamot. Kung kailangan ang iba pang paggamot, maaaring kabilang dito ang radiation, chemo at targeted therapy, at tumor treating fields (TTFields) o electric field therapy. Maaaring mangailangan ka rin ng mahigit sa isang uri ng paggamot. Maaaring gumamit ng ilang paggamot upang makatulong sa pag-iwas o pagpapagaan ng mga sintomas ng mga tumor sa utak o spinal cord. Minsan, ibinibigay ang mga ito kasama ang iba pang mga paggamot. Tutulungan ka ng iyong doktor na magpasya kung aling paggamot ang pinakamainam para sa iyo.

Siguraduhing itanong ang:

- Anong uri ng tumor ang mayroon ako?
- Nasaan ang tumor?
- Gaano kalaki ang tumor? Gaano kabilis ito malamang na lumaki?
- Anong paggamot sa tingin ninyo ang pinakamahusay para sa akin?
- Ano ang layunin ng paggamot?
- Isasama ba sa paggamot ang surgery?
- Maaari bang matanggal ang lahat ng tumor? Kung hindi, bakit?
- Kakailanganin ko rin ba ang iba pang mga uri ng paggamot?
- Kailangan ko bang ahitin ang aking ulo?

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 tumor sa utak o spinal cord ay magkakaroon ng mga parehong side effect. Halimbawa, ang isang tao ay maaaring tumanggap lamang ng radiation kung hindi maisasagawa ang surgery. Ang mga side effect sa paggamot na ito ay naiiba sa mga side effect ng surgery, chemo, o targeted therapy. At ang mga taong tumatanggap ng parehong 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 katagal ang aabutin nito?
- Saan ako pupunta para magpagamot? Maaari ba akong magmaneho ng sasakyan nang mag-isa?
- Patuloy ko bang magagawa ang aking mga karaniwang aktibidad, tulad ng trabaho at ehersisyo?
- 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. Maaaring magkaroon ka ng mga pilat kung nagkaroon ka ng surgery. Maaari ring manlugon ang iyong buhok. Ang ilang paggamot ay maaaring magdulot ng mga problema sa kung paano gumagana ang iyong utak. Siguraduhing itanong sa doktor kung ano ang aasahan, at ipaalam sa kanya kung mayroon kang anumang mga problema.

Ang mga taong nagkaroon ng tumor sa utak o spinal cord ay nanganganib na muling magkaroon o makakuha ng iba pang mga partikular na 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.

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 tumor, o para matingnan ang mga problema mula 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?

Pananatiling malusog

Siguraduhing ipinaaalam sa iyong 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 sa pagpapababa ng iyong tsansang makakuha ng iba pang 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 maaaring mapababa ang iyong mga panganib na magkaroon ng iba pang mga cancer.

Ang mga partikular na kondisyon na nagpapataas ng panganib ng isang tao na magkaroon ng mga tumor sa utak at spinal cord ay maaaring mamana sa pamilya. Minsan, isinasagawa ang genetic testing upang malaman kung mayroon kang isang uri na maaaring namana. Kausapin ang iyong cancer care team upang malaman kung tama para sa iyo ang genetic testing.

Pagharap sa iyong mga nararamdaman

Sa pagkakaroon ng tumor sa utak o spinal cord 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, bisitahin ang website ng American Cancer Society sa cancer.org/tagalog o tumawag sa amin sa **1-800-227-2345**. Narito kami kapag kailangan mo kami.