



Pagkatapos ng Dyagnosis ng Cancer sa Esopago



Ang cancer sa esopago o esophageal cancer ay isang uri ng cancer na nagsisimula sa esopago. Ang iyong esopago ay ang malambot na tubo na kinokonekta ang bibig sa tiyan. Kung naipalam sa iyo na mayroon kang cancer sa esopago, maaaring nagkaroon ka na ng mga pagsusuri, x-ray at 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 cancer sa esopago ang mayroon ka, kung nasa anong stage na ito, at kung anong paggamot ang makakatulong.

Paggamot para sa cancer sa esopago

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

Maaaring maisagawa ang surgery upang subukang tanggalin ang cancer kung ito ay maliit at hindi pa kumakalat. Minsan, maaaring isagawa ang surgery upang tanggalin ang buo o bahagi ng esopago. Ito ay tinatawag na esophagectomy. Ang paggaling mula sa surgery na ito ay maaaring abutin ng mas matagal kung tinanggal ang buong esopago.

Minsan, ginagamit ang scope o endoscopy para gamutin ang cancer. Ang iba pang mga paggamot para sa cancer sa esopago ay maaaring kabilangan ng radiation, chemo, targeted therapy, o immunotherapy. 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 cancer sa esopago. 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 cancer sa esopago ang mayroon ako?
- Nasa anong stage ang aking cancer sa esopago, at ano ang ibig sabihin noon?
- Ano pa ang nalaman ninyo mula sa mga resulta ng aking pagsusuri?
- Mangangailangan ba ako ng higit pang mga pagsusuri?
- Anong paggamot sa tingin ninyo ang pinakamahasay para sa akin?
- Ano ang layunin ng paggamot?
- Kakailanganin ko ba ang surgery? Maaari bang matanggal ang lahat ng tumor?
- Kailangan bang tanggalin ang aking esopago? Kung gayon, gaano kalaking bahagi?
- Makakakain, makakanguya, at makakalunok ba ako nang normal pagkatapos ng surgery? Kung hindi, ano ang maaaring gawin para makatulong?

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, ipapaalam sa iyo ng iyong care team kung gaano kalaki sa iyong esopago ang kailangang tanggalin, kung ano ang aasahan pagkatapos ng surgery, at kung magbabago ang paraan ng iyong pagkain. 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 esopago ay magkakaroon ng mga parehong side effect. Halimbawa, maaaring tanggalin sa isang tao ang bahagi o kabuuan ng kanyang esopago. Kung mangyayari ito, maaaring kailanganin ang feeding tube. Ang mga side effect sa surgery na ito ay naiiba sa mga side effect ng chemo, radiation, 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?
- Kung kailangan ko ang feeding tube, gaano katagal ko ito kakailanganin?
- Mayroon bang partikular na diet na dapat kong sundin?
- 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 mabago ng surgery at iba pang mga paggamot ang paggana ng iyong esopago. Maaari nitong baguhin ang kung paano at ano ang iyong maaaring kainin o inumin. 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 esopago 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 iskedul para sa mga follow-up na pagsusuri upang matingnan kung bumalik ang iyong cancer sa esopago.

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 mula sa aking paggamot?
- Kailangan ko ba ng espesyal na pagkain pagkatapos ng 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, 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.

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 at hindi pag-inom ng alkohol ay mga paraang nakakatulong sa pagbawas ng iyong mga tsansang lumala o bumalik ang cancer sa esopago. Ang pagpapanatili ng malusog na timbang at pagkain ng masustansya ay maaaring maging problema kung hindi ka makalunok o nahihirapang lumunok pagkatapos ng paggamot. Maaari kang makipagtulungan sa iyong health care team upang malaman kung ano ang pinakamahusay na paraan para makuha ang mga sustansyang kailangan mo. Ang pananatiling aktibo ay makakatulong din sa iyong manatiling malusog at maaaring mapababa ang iyong mga panganib na magkaroon ng iba pang mga cancer.

Pagharap sa iyong mga nararamdaman

Sa pagkakaroon ng cancer sa esopago 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.