



Pagkatapos ng Diagnosis na Cancer sa Pantog



Ang Pantog ay isang organ sa ibabang bahagi ng pelvis (puson). Iniimbak ng Pantog ang ihi, na inilalabas ng bato. Naaalis ang ihi mula sa Pantog kapag ikaw ay umiihi. Kung ipinaalam sa iyong mayroon kang cancer sa pantog, malamang na nakapagpasuri ka na, nagpa-scan at nagpa-x-ray, pinasuri ang ihi, at nagpa-biopsy (isang pagsusuri kung saan kumukuha ng ilang tissue para matingnan kung may cancer). Ang ibang mga pagsusuri ay maaaring isinagawa sa mga cancer cell upang matingnan kung may mga partikular na protina at mga pagbabago sa gene na tinatawag na mga biomarker. Maaaring nagkaroon ka na rin ng ibang mga procedure upang malaman kung lumaki ang cancer patungo sa (nilusob) sapin ng pantog. Ang mga pagsusuring ito ay nakakatulong sa iyong doktor na malaman kung anong uri ng bladder cancer ang mayroon ka, kung nasa anong stage na ito, at kung anong paggamot ang makakatulong.

Paggamot para sa cancer sa pantog

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

Ginagamit ang operasyon para gamutin ang karamihan sa mga bladder cancer. Ang maliliit na bladder cancer na hindi pa kumakalat ay madalas na maaaring matanggal. Para sa malalaking cancer sa pantog, maaaring kasama sa operasyon ang pagtanggap ng tumor o ng buong pantog. Ang pagtanggap ng pantog ay tinatawag na cystectomy. Pagkatapos ng operasyon, may ilang indibidwal na maaaring mangailangan ng catheter para matanggal ang ihi. Paminsan-minsan, gumagawa ng butas sa balat upang tanggalin ang ihi. Ito ay tinatawag na urostomy.

Maaaring kasama sa iba pang paggamot ang radiation at mga medisina tulad ng chemo, targeted drug therapy, o immunotherapy. Sa maraming pagkakataon, mahigit sa isang uri ng paggamot ang kailangan.

Siguraduhing itanong ang:

- Ano ang layunin sa paggamot?
- Anong uri ng cancer sa pantog ang mayroon ako?
- Sinakop na ba ng cancer ang muscle layer sapantog?
- Nasa anong stage ang aking cancer sa pantog, at ano ang ibig sabihin noon?

- Mangangailangan ba ako ng mas marami pang mga pagsusuri?
- Maaari bang ganap na matanggal ang cancer?
- Kailangan bang tanggalin ang aking pantog? Kung gayon, paano ako iihi pagkatapos ng operasyon?
- Kung kailangan ko ng catheter o iba pang device para makaihi pagkatapos ng operasyon, gaano katagal itong ikakabit sa akin?

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 therapy, makikipagtulungan ka sa isang radiation oncologist upang malaman kung ano ang aasahan bago, sa panahon ng, at pagkatapos ng paggamot na radiation. Kung kailangan mo ng ibang mga uri ng paggamot, ipapaliwanag ng iyong doktor o cancer care team kung paano ito ibinibigay, tutulungan kang maging handa para rito, susubaybayan ang iyong kalagayan, at tutulungan ka sa anumang mga side effect. Maaari ka ring makakuha ng pagsusuri sa dugo, mga scan, o iba pang mga pagsusuri sa mga partikular na oras upang makita kung gaano kahusay gumagana ang iyong paggamot.

Hindi lahat ng dumadaan sa paggamot para sa cancer sa pantog ay magkakaroon ng mga parehong side effect. Halimbawa, ang isang indibidwal ay maaaring matanggalan ng bahagi o lahat ng kanyang bladder. Ang mga side effect ng operasyon na ito ay naiiba sa mga side effect ng chemo, targeted drug therapy, immunotherapy, o radiation. At ang mga taong tumatanggap ng parehong paggamot ay maaaring magkaroon ng iba't ibang side effect.

Siguraduhing itanong ang:

- Kailangan ko ba ng paggamot na bukod sa operasyon? Ano sa tingin mo ang pinakamabuti para sa akin at bakit?
- Mayroon bang anumang mga klinikal na pagsubok para sa uri ng aking cancer?
- Anong mga side effect ang maaaring maranasan ko, at ano ang maaari kong gawin tungkol sa mga ito?
- Paano namin malalaman kung gumagana ang paggamot?
- Gaano kadalas ako magpapagamot? Magiging gaano katagal ito?
- Saan ako pupunta para magpapagamot? Maaari ba akong magmaneho ng sasakyan nang mag-isa?
- Patuloy ko bang magagawa ang aking mga karaniwang aktibidad, tulad ng trabaho at ehersisyo?
- Maaapektuhan ba ng aking paggamot ang aking sekswal na aktibidad? Paano at gaano katagal? Ano ang maaari kong gawin para makatulong dito?

Ano ang aasahan pagkatapos ng paggamot

Pagkatapos ng paggamot, hingin sa iyong doktor sa cancer ang buod ng paggamot at plano ng follow-up. Ito ay tinatawag na survivorship na plano sa pangangalaga. Makikipagtulungan ang iyong doktor sa cancer sa iyong pamilya o doktor ng pangunahing pangangalaga upang tumulong sa pamamahala ng mga side effect mula sa paggamot at matingnan ang iyong kalusugan sa pangkalahatan. Magkakaroon ka ng mga regular na pagsusuri upang makita kung bumalik ang iyong cancer o kung nagsimula ang iyong bagong cancer sa ibang bahagi ng iyong katawan.

Maaaring makaharap mo ang mga pagbabago sa iyong katawan pagkatapos ng paggamot. Ang operasyon at iba pang mga paggamot ay maaring baguhin ang paggana ng iyong pantog at iba pang mga organ. Maaari kang magkaroon ng mga sekswal na problema o pagbabago sa iyong pag-ihi. Siguraduhing itanong sa iyong doktor kung ano ang aasahan at ipaalam sa kanya kung mayroon kang anumang mga problema.

Ang mga taong nagkaroon na ng cancer sa pantog ay nasa mataas na panganib na muling magkaroon nito. Kahit na mabuti ang pakiramdam mo, mahalagang itanong sa iyong cancer care team ang tungkol sa regular na iskedyul para sa mga pagsusuri kung bumalik ang cancer sa pantog.

Para sa ilang indibidwal, maaaring hindi ganap na mawala ang cancer. Maaaring ipagpatuloy nila ang pagpapagamot, at kakailanganin pa rin ang mga pagsusuri upang makita kung gaano ito kahusay na gumagana.

Siguraduhing itanong ang:

- Saan ko makukuha ang kopya ng buod ng aking paggamot?
- Gaano kadalas ko kailangang makipagkita sa aking cancer care team?
- Kailan at paano ako makikipag-ugnayan sa kanila?
- Mangangailangan ba ako ng mga pagsusuri upang malaman kung bumalik ang aking cancer, o para matingnan kung may mga problema sa aking paggamot?
- Kakailanganin ko ba ang anumang mga screening na pagsusuri, tulad ng mammogram o colonoscopy, upang matuklasan nang maaga ang iba pang mga cancer?
- Mayroon bang mga side effect sa huli o na pangmatagalan mula sa paggamot na dapat kong bantayan?
- Saan ko mahahanap ang aking mga medikal na rekord pagkatapos ng paggamot?

Pananatiling malusog

Siguraduhing ipaalam 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 o pagkatapos ng paggamot. Maaaring makatulong ang hindi paninigarilyo sa pagbawas ng tsansang magkaroon ng cancer sa pantog. Kung nagtatrabaho ka sa mga kemikal, alamin sa iyong doktor ang tungkol sa kung alin ang dapat mong subukang iwasan. Ang pagkain ng mabuti, pag-inom ng fluids, pagiging aktibo, pagiging at pananatiling malusog sa malusog na timbang, at pag-iwas sa alkohol ay maaari ring makatulong sa iyong manatiling malusog at mapababa ang iyong panganib na makakuha ng bagong cancer sa pantog o iba pang mga cancer.

Pagharap sa iyong damdamin

Sa pagkakaroon ng cancer sa pantog, ikaw ay maaaring matakot, malungkod, o mabalisa. Normal lang na makaramdam nito, at may mga paraan para matulungan kang harapin ang mga ito.

- Huwag subukang harapin ang iyong nararamdaman nang mag-isa. Talakayin ito, anuman ang mga ito.
- OK lang na malungkot o malumbay paminsan-minsan, ngunit ipaalam sa iyong cancer care team kung nararamdaman mo ang mga ito ng mahigit sa ilang araw.
- Kung sinabi ng iyong doktor na OK lang ito, patuloy na gawin ang mga bagay na ikinasisiya mo tulad ng paggugol ng panahon sa labasan, panonood ng sine o kaganapang pang-sports, o pagkain sa labas.
- Humingi ng tulong sa mga gawaing tulad ng pagluluto at paglilinis.

Maaaring gusto mong makipag-ugnayan sa mga kaibigan, pamilya, o lider o grupong panrehiliyon. Makakatulong din ang counseling. Para sa ilang indibidwal, makakatulong na makipag-usap sa iba na napagdaanan ang parehong karanasan. Maihahandog ito ng suprtang grupo. Ipaalam sa iyong cancer care team kung ano ang nararamdaman mo. Matutulungan ka nilang mahanap ang 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.