



Pagkatapos ng Diagnosis na Kidney Cancer



Ang mga kidney ay 2 organ sa likod ng sapin ng iyong abdomen (tiyan) sa itaas na bahagi ng likod. Inaalis ng mga kidney ang dumi mula sa ibang organ upang gumawa ng ihi na nililisan ang katawan kapag ikaw ay umiihi. Ang kidney cancer ay tinatawag ding renal cancer. Kung ipinaalam sa iyong mayroon kang kidney o renal cancer, malamang na nagpasuri ka na, nagpa-scan at nagpa-x-ray, pinasuri ang dugo at 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 tingnan 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 kumalat na ang cancer. Ang mga pagsusuring ito ay tinutulungan ang iyong doktor na malaman kung anong uri ng kidney cancer ang mayroon ka, kung nasa anong stage na ito, at kung anong paggamot ang makakatulong.

Paggamot para sa kidney cancer

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. Ang ilang maliit at mabagal lumaking kidney cancer ay hindi kinakailangang magamot agad. Sa pagkakataong ito, maaaring magsubaybay at maghintay ang mga doktor upang makita kung lalaki ang tumor bago magkaloob ng paggamot.

Ginagamit ang surgery para gamutin ang karamihan sa mga kidney cancer. Maaaring ito lamang ang paggamot na kailangan, lalo na kung ang cancer ay nasa isa sa mga kidney lamang at hindi kumalat sa iba pang mga bahagi ng iyong katawan. Ang operasyon para tanggalin ang bahagi o buong kidney ay tinatawag na nephrectomy.

Maaaring kasama sa iba pang paggamot ang ablation, radiation at mga medisina tulad ng chemo, targeted drug therapy, o immunotherapy. Sa maraming pagkakataon, mahigit sa isang uri ng paggamot ang kailangan. Ang iyong paggamot ay magdedepende sa uri at stage ng iyong kidney cancer at kung saan nito matatagpuan. Tutulungan ka ng iyong doktor na magpasya kung aling mga paggamot ang pinakamahusay para sa iyo.

Siguraduhing itanong ang:

- Ano ang layunin sa paggamot?
- Anong uri ng kidney cancer ang mayroon ako?
- Ang cancer ba ay nasa isang kidney o pareho?
- Nasa anong stage ang aking kidney cancer, at ano ang ibig sabihin noon?
- Ano pa ang nalaman ninyo mula sa mga resulta ng pagsusuri sa akin?
- Mangangailangan ba ako ng mas marami pang mga pagsusuri?
- Kakailanganin ko ba ang operasyon? Maaari bang maalis ang tumor?
- Kailangan ko bang ipatanggal ang isa o dalawa sa aking mga kidney?

Ang aasahan bago at sa panahon ng paggamot

Ipapaliwanag 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. Ipapaalam nila sa iyo 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 cancer care team kung paano ito ibinibigay, tutulungan kang maging handa para rito, susubaybayan ang iyong kalagayan, at tutulungan ka mapamahalaan ang 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 kidney cancer ay mayroong mga parehong side effect. Halimbawa, ang mga side effect ng pagpapatanggal ng kidney ay naiiba sa mga side effect ng mga paggamot na 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:

- Ano ang aking mga opsyon sa paggamot? 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 magpagamot? Maaari ba akong magmaneho ng sasakyan nang mag-isa?
- Patuloy ko bang magagawa ang aking mga karaniwang aktibidad, tulad ng trabaho at ehersisyo?

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 care plan. 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.

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

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 kidney, na maaaring makaapekto sa iyong katawan sa iba't ibang paraan. Siguraduhing itanong sa doktor kung ano ang aasahan at ipaalam sa kanya kung mayroon kang anumang mga problema.

Ang mga taong nagkaroon na ng kidney cancer ay nanganganib na muling magkaroon nito, magkaroon ng cancer sa kabilang kidney, o makakuha ng ilang partikular na uri ng cancer. Kahit na mabuti ang pakiramdam mo pagkatapos ng paggamot, mahalagang itanong sa iyong cancer care team ang tungkol sa regular na iskedyul para sa mga follow-up na pagsusuri kung bumalik ang iyong kidney cancer.

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 at plano ng follow-up?
- 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

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 kidney cancer. Mahalaga ring matingnan at makontrol ang presyon ng iyong dugo. Ang pagiging at pananatiling nasa malusog na timbang, pagkain nang masustansya, pagiging aktibo, at pag-iwas sa alak ay maaari ring makatulong sa iyong manatiling malusog at mapababa ang iyong panganib na makakuha ng bagong kidney cancer o iba pang mga cancer.

Pagharap sa iyong damdamin

Sa pagkakaroon ng kidney cancer, 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 support group. 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.