



# Pagkatapos ng Diagnosis na Endometrial Cancer



Ang endometrial cancer ay isang uri ng cancer na nagsisimula sa sapin ng matris. Maaaring narinig mo nang tinawag itong uterine cancer. Kung ipinaalam sa iyong mayroon kang endometrial cancer, malamang na nakapagpasuri ka na, nagpa-scan, at endometrial biopsy (isang pagsusuri kung saan kumukuha ng ilang tissue mula sa sapin ng matris 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 endometrial cancer ang mayroon ka, kung nasa anong stage na ito, at kung anong paggamot ang makakatulong.

## Paggamot para sa endometrial cancer

Ang iyong paggamot ay magdedepende sa uri at stage ng iyong endometrial 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.

Operasyon ang pangunahing paggamot para sa karamihan sa mga uri ng endometrial cancer. Madalas na kinabibilangan ito ng pagtanggali ng matris. Ang operasyon para tanggali ang matris ay tinatawag na hysterectomy. Maaari ring tanggali ang iba pang mga organ, tulad ng mga obaryo.

Maaaring kasama sa iba pang paggamot ang radiation, hormone therapy, at mga medisina tulad ng chemo, targeted drug therapy, o immunotherapy. Sa ilang pagkakataon, mahigit sa isang uri ng paggamot ang kailangan. Tutulungan ka ng iyong doktor na magpasya kung aling mga paggamot ang pinakamahasag para sa iyo.

Ang operasyon at ilang iba pang mga paggamot ay maaaring magdulot ng mga pagbabago sa iyong pagregla. Maaaring tumigil ang iyong pagregla, kahit hindi ka pa dumadaan sa menopause. Ang mga paggamot na ito ay maaari ring makaapekto sa iyong kakayahang mabuntis, ngunit may mga paraan para maprotektahan ito. Mahalagang makipag-usap sa iyong doktor nang maaga, bago magsimula ang iyong paggamot. Tinutulungan ka nilang maunawaan kung ano ang aasahan.

## Siguraduhing itanong ang:

- Ano ang layunin sa paggamot?
- Anong uri ng endometrial cancer ang mayroon ako?
- Nasa anong stage ang aking endometrial 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? Tatanggaliin ba ang aking matris?

## 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 endometrial cancer ay mayroong mga parehong side effect. Halimbawa, ang mga side effect ng pagpapatanggal ng iyong matris 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?
- Maaari ba akong magkaanak pagkatapos ng paggamot?
- Maaapektuhan ba ng aking paggamot ang aking seksual na aktibidad? Kung gayon, paano at gaano katagal? Ano ang maaari kong gawin para makatulong dito?

## Ano ang aasahan pagkatapos ng paggamot

Pagkatapos ng paggamot, hilingin 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 at pelvic sa pagsusuri upang makita kung bumalik ang iyong cancer o kung nagsimula ang iyong bagong cancer sa ibang bahagi ng iyong katawan.

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.

Maaaring makaharap mo ang mga pagbabago sa iyong katawan pagkatapos ng paggamot. Kung nagkakaregla ka bago ang iyong operasyon, mahihinto ang mga ito pagkatapos matanggal ang iyong matris. Magbabago rin ang iyong kakayahang mabuntis. Sa paggamot din manunuyo ang iyong vagina. Maaaring magdulot ito ng pagdurugo o pananakit sa oras ng o pagkatapos ng pagtatalik. Itanong sa iyong doktor kung ano ang aasahan at ipaalam sa kanya kung mayroon kang anumang mga problema.

Ang mga taong nagkaroon na ng endometrial cancer ay nanganganib na muling magkaroon nito 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 endometrial cancer.

## 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

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 endometrial cancer. Ang pagiging at pananatiling nasa malusog na timbang, pagkain nang masustansya, at pagiging aktibo ay maaari ring makatulong sa iyong manatiling malusog at mapababa ang iyong panganib na makakuha ng bagong endometrial cancer o iba pang mga cancer.

## Pagharap sa iyong damdamin

Sa pagkakaroon ng endometrial 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 suportang 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](https://cancer.org/tagalog) o tumawag sa amin sa **1-800-227-2345**. Narito kami kapag kailangan mo kami.