

Mga mababang uri ng mga lymphoma

Ang iyong gabay sa pinakamahasag na pangangalaga sa may kanser



Tungkol sa gabay na ito

Ang pagkasabi na ikaw ay mayroon o maaaring mayroong low-grade lymphoma ay maaaring nakakabigla. Marami ang maaaring kaagad mangyayari, at maaaring marami kang mga katanungan. Ang mapagkukunang ito ay maaaring makatulong sa iyo, iyong pamilya at mga kaibigan sa karanasang ito. May iba't-ibang uri ng low-grade (na kilala rin bilang indolent) lymphomas. Ang gabay na ito ay sumasaklaw sa follicular lymphoma, marginal zone lymphoma at mantle cell lymphoma.

Impormasyon at suporta

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa low-grade lymphoma, bisitahin ang website ng Leukaemia Foundation www.leukaemia.org.au/lymphoma.

Cancer Council: Para sa impormasyon at pagsuporta, tumawag sa **13 11 20** upang makipag-usap sa isang sanay na propesyonal sa kalusugan o bisitahin ang www.cancer.org.au.

Leukaemia Foundation: Upang makipag-usap sa isang sanay na propesyonal sa kalusugan na maaaring magbigay sa iyo ng impormasyon na partikular sa sakit, sumagot sa mga tanong, makausap tungkol sa mga alalahanin at makipag-ugnay sa iyo sa mga grupong sumusuporta sa mga may kanser sa dugo, tumawag sa **1800 620 420** o bisitahin ang www.leukaemia.org.au. Ang pangkat ay maaaring tumulong sa mga praktikal na alalahanin tulad ng tirahan na malapit sa pagamutan, transportasyon sa mga appointment at tulong ng pananalapi.

Lymphoma Australia: Para sa edukasyon, suporta at adbokasya para sa lymphoma at chronic lymphocytic leukaemia tumawag sa **1800 953 081** o bisitahin ang www.lymphoma.org.au. Ang mga nars ng Lymphoma Australia ay maaaring tumulong sa mga pasyente at sa kanilang mga pamilya na maunawaan ang kanilang diyagnosis at mga pagpipilian ng pagpapagamot, tawirin ang paglalakbay ng lymphoma at ikonekta ang mga pasyente sa iba pang mga magkakaugnay na suporta.

Karagdagang impormasyon ay makukuha sa 'Resource' (mapagkukunan) na seksyon ng mainam na pagka-alaga sa care low-grade lymphomas www.cancer.org.au/OCP.

Translating and Interpreting Service (TIS- Serbisyo sa Pagsasalang-wika at Pag-iinterpretar):

Kung nangangailangan ka ng isang translator, tumawag sa TIS sa **13 14 50** o bisitahin ang www.tisnational.gov.au.

Kauna-unahang mga pagsuri at mga konsultasyon

Mga sintomas

Ang iyong doktor (GP) o iba pang doktor ng pangunahing pangangalaga ay magsagawa ng isang pag-check-up upang malaman kung ano ang nagpapasakit sa iyo. Magtanong sila tungkol sa anumang mga sintomas na maaaring mayroon ka gaya ng lumaking mga lymph nodes, lagnat, basang-basa na pagpapawis sa gabi, hindi maipaliwanag na pagbawas ng timbang o madalas na mga impeksyon.

Mga kauna-unahang pagsuri na maaaring gawin sa iyo

Mga pagsuri ng dugo. Kolektahin at ipadala sa laboratoryo upang masuri ang sampol ng dugo.

Ultrasound. Ginagamit ang mga soundwave upang kumuha ng larawan ng loob ng iyong katawan. Maaaring humingi ang iyong doktor ng isang ultrasound ng lumaking mga lymph node.

X-ray. Ang x-ray ay kumukuha ng larawan ng isang bahagi ng iyong katawan upang makita kung may anumang masama.

Computed tomography (CT) scan. Gagamitin ang mga computer at mga x-ray upang gumawa ng isang detalyadong larawan ng katawan.

Excision biopsy. Isang maliit na sampol ng umbok o tumubo sa katawan ay kukunin upang suriin sa microscope. Ang mga biopsy ay kinukuha upang madiyagnos ang lymphoma at makatulong na matukoy kung anong uri ng low-grade lymphoma ang mayroon ka. May ilang uri ng low-grade lymphoma kabilang ang follicular lymphoma, marginal zone lymphoma at iba pa.

Mga konsultasyon (referrals)

Kung sa tingin ng iyong GP ay mayroon kang isang low-grade lymphoma, ikaw ay ikonsulta sa isang haematologist o medical oncologist (espesyalista) sa isang pampublikong ospital o pribadong klinika para sa karagdagang mga pagsuri. Ang mga haematologist ay mga doktor na lubusang sinanay sa mga kundisyon na nakaapekto sa dugo at bone marrow (utak ng buto).



Nakakatulong na may isang miyembro ng pamilya, tagapag-alaga o kaibigan na kasama mo sa mga appointment.



Ipagbigay-alam sa iyong doktor kung ano ang pinakamahalaga para sa iyo sa isang espesyalista (hal. na espesyalista sila sa lymphoma, gastos, lokasyon, ugaling pag-aalaga, kadalubhasaan).



Timeframes (Mga takdang panahon)

Ang tiyempo ng iyong appointment sa espesyalista ay depende sa mga unang resulta ng mga pagsuri na ginawa ng iyong GP. Para sa ilang tao na may low-grade lymphoma, kailangan ang isang agarang appointment, ngunit para sa marami pang iba, ang isang appointment **sa loob ng apat na linggo** ay nararapat.

Kung hindi ka makakakuha ng isang appointment sa loob ng takdang panahon, i-follow-up sa iyong GP.



Humiling sa iyong GP na magrekomenda ng mga mapagkakatiwalaang mapagkukunan ng impormasyon at suporta – maaari mo ring ipabahagi ang mga ito sa iyong pamilya at mga kaibigan.



Makipag-usap sa iyong GP/espesyalista tungkol sa kung paano mapangasiwaan ang iba pang mga kundisyon sa kalusugan na maaaring mayroon ka sa panahon ng iyong paggamot ng kanser sa dugo at ipagbigay-alam sa kanila kung mayroon kang anumang mga pag-aalala.



Mga katanungang nais mong itanong

- Mayroon bang mga sintomas na dapat kong ingatan habang ako ay naghihintay ng appointment sa espesyalista?
- Maaari ko bang piliin ang espesyalista ko?
- Anong mga serbisyo ng suporta sa emosyonal at kalusugan ng isip ang naroon at paano ko makukuha ang mga ito?
- Maaari ko bang piliin kung pupunta ako sa isang pampubliko o pribadong ospital?
- Ano ang mga pagkakaiba ng pagpapagamot sa pampubliko kaysa sa pribadong sistema?



Magandang ideya na magkaroon ng isang nakasulat sa diary o digital record ng mga detalye ng paggamot at mga appointment sa GP at mga espesyalista. Maaari kang humingi ng pahintulot na ilista ang iyong mga appointment. Nakakatulong din ang pagdala ng listahan ng mga katanungan at humingi ng isang nakasulat na plano ng paggamot.



Huwag ipagwalang-bahala ang mga bagong palatandaan at sintomas. Ipagbigay-alam sa GP o espesyalista. Magtiwala sa iyong sarili. OKEY lang na maging masugid.

Pagbiyahe upang magpasuri, magpagamot at pagpa-alaga

Maaaring kailangan mong magbiyahe upang magpatingin sa isang espesyalista, pagpasuri o magpagamot, lalo na kung nakatira ka sa bukid (bush) o rehiyunal na lugar. Sa ilang mga kaso, maaaring kailangan mong umalis ng bahay ng mahabang panahon. May makukuhang mga tulong serbisyo sa paninirahan at transportasyon at inirerekomenda na may kasama kang kapamilya habang ginagamot.

Kalusugan ng kaisipan at kabutihan ng emosyon

Ang isang diyagnosis ng kanser sa dugo ay maaaring makaapekto sa kabutihan ng iyong kaisipan at emosyon. Ang mga samahan sa pagsuporta ng pasyente, ang iyong doktor (GP) o ibang propesyonal sa kalusugan (hal. isang psychologist o social worker) ay maaaring makatulong sa pagproseso ng iyong diagnosis at bumuo ng mga diskarte upang makayanan mo ang paggamot. Maaari silang tumulong sa iyo na makakuha ng isang plano sa paggamot sa kalusugan ng isip, kung kailangan.

Diyagnosis, ang proseso ng pagtukoy ng mga detalye tungkol sa iyong kanser (staging) at pagpapalano ng paggamot

Ang haematologist/espesyalista ay gagawa ng karagdagang mga pagsuri upang malaman kung mayroon kang CML, makita kung gaano ang paglago nito, at tumulong sa pagpasya ng pinakamahusay na paggamot para sa iyo.

Maaaring magkaroon ng isang pagsuri o iba't-ibang mga pagsuri:

- **Biopsy ng lymph node.** Kukuha ang doktor ng isang maliit na sampol mula sa iyong lymph node (kulani). Ito ay kadalasang ginagawa sa pamamagitan ng lokal na anestetiko. Ang sampol ay ipadala sa laboratoryo upang masuri.
- **Biopsy ng bone marrow (utak ng buto).** Isang maliit na piraso ng bone marrow ay kukunin mula sabuto sa likuran ng balakang (o pelvicbone) habang ikaw ay naka-lokal na anestetiko at, sa ilang mga kaso, habang natutulog. Ang mga sampol ay ipadala sa laboratoryo para masuri upang malaman kung ikaw ay may kanser at sa ilang mga instansiya para sa karagdagang espesyalistang pagsuri.
- **Positron emission tomography (PET) at/o computed tomography (CT) scan.** Gagamitin ang mga kompyuter at mga x-ray upang gumawa ng isang detalyadong larawan ng iyong katawan. Isang maliit na suklat ng radio-labelled glucose ay iiniksyon at ang iyong buong katawan ay iiscan upang makita kung nasaan ang kanser.

Ang iyong espesyalista ay maaaring magmungkahi ng iba pang mga imaging na pagsuri depende sa uri ng pinaghihinalaang lymphoma.



Timeframes (Mga takdang panahon)

Karaniwang makuha mo ang mga resulta **sa loob ng dalawang linggo.**



Mga katanungang nais mong itanong

- Ano ang low-grade lymphoma at saan ako maaaring makahanap ng karagdagang impormasyon tungkol dito?
- Anong mga pagsusuri ang posibleng kailanganin ko at bakit?
- Ang mga follow-up appointment ba ay sa face-to-face (harap-harapan) o sa pamamagitan ng tele/videohealth, o kombinasyon ng mga ito?
- Ano ang magiging resulta ng aking sakit (prognosis)?
- Magkano ang gastos ng mga appointment at pagsuri, at magkano ang kailangan kong bayaran?
- Maaari ko bang piliin kung saan ako magpagamot?
- Kailangan ko bang umpisahan kaagad ang pagpagamot?
- Gaano ba katagal ang paggamot?
- Maaari ko bang piliin ang uri ng paggamot ko?
- Mayroon bang impormasyon na maaari kong ipamahagi sa aking pamilya o mga kaibigan?
- Anong mga serbisyo ng suporta ang maaari kong makuha?



Timeframes (Mga takdang panahon)

Ang iyong low-grade lymphoma ay maaaring mapangasiwaan sa pamamagitan ng mabuting pagsubaybay na walang aktibong paggamot. Kilala ito bilang ‘manmanan at maghintay’. Sa pamamagitan ng pagsubaybay sa iyong mga sintomas at mga resulta ng pagsuri, magpapasya ang iyong espesyalista kung kailan kailangan ang isang aktibong paggamot. Kapag ang desisyon para sa aktibong paggamot ay nagawa, ito ay karaniwang magsimula **sa loob ng dalawa hanggang apat na linggo**.

Mga pagsubok sa paggamot (clinical trials)

Maaaring irekumenda ng iyong espesyalista na makilahok ka sa isang clinical trial (o maaari kang humiling kung ikaw ay naaangkop sa anumang clinical trial). Ang mga clinical trial ay kadalasang nagbibigay ng paggamot sa mga may pag-asang bagong gamot na hindi pa makukuha ng pangkalahatang publiko. Maraming mga taong may kanser ang nabubuhay ngayon nang mas matagal at may mas mahusay na kalidad ng buhay dahil sa mga clinical trial.

Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang www.australiancancertrials.gov.au o <https://anzchog.org/clinical-trials-research/clinical-trial-initiatives/>, o hanapin ang Australian New Zealand Clinical Trials Registry (Talaan ng mga pagsubok sa paggamot sa Australya at New Zealand) www.anzctr.org.au.

Paggamot

Ang iyong espesyalista ay makikipag-usap sa iyo tungkol sa iyong mga pagpipiliang paggamot para sa low-grade lymphoma. Maaari kang gamutin ng isang pangkat ng mga dalubhasa, at maaaring mangangailangan ka ng mahigit isang uri ng paggamot upang makuha ang mga pinakamahusay na resulta. Ang pangkat ay makipagtulungan sa iyo at sa iyong pamilya o tagapag-alaga sa pagplano ng paggamot. Ang iyong doktor ay maaari ring magrekomenda ng isang ‘magmanman at maghintay’ na pamamaraan upang manmanan ang iyong low-grade lymphoma bago simulan ang paggamot.

Maaari kang magkaroon ng isa o kombinasyon ng mga paggamot na ito:

- **Chemotherapy.** Ginagamit ang mga gamot upang patayin ang mga selyula ng kanser at pigilan ang paglago ng kanser.
- **Targeted therapy (nakatuon na paggamot).** Ito ay gumagamit ng mga gamot upang atakihin ang mga partikular na katangian ng mga selyula ng kanser upang ihinto ang paglago ng kanser.
- **Immunotherapy.** Ito ay isang uri ng paggamot ng kanser na tumutulong sa naturalesa ng katawan na labanan ang kanser.
- **Radiation therapy.** Ito ay gumagamit ng mga x-ray upang patayin ang mga selyula ng kanser at pigilan ang paglaki ng kanser. Maaaring gamitin ito upang gamutin ang malaki/nakasasagabal na mga lymph node (kulani) o paglaki ng pali (spleen).

Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang www.cancer.org.au/cancer-information/treatment.

Sumusuportang pangangalaga (paggamot o mga serbisyo na sumusuporta sa iyong karanasan sa kanser sa buto) ay maaari ring makuha, kadalasan ay inihahatid sa pamamagitan ng isang nagtutulungang pangkat na maaaring kabilang ang mga nars, mga parmasyutiko, psychologist, physiotherapist at dietitian.

Mga katulong na panlunas at ibang mga medisina

Makipag-usap sa healthcare team tungkol sa anumang mga karagdagang pandiyeta, bitamina, halamang panlunas at iba pang mga gamot na ginagamit mo o nais na gamitin, kabilang ang mga ireseta at hindi iresetang ng gamot (hal. paracetamol o ibuprofen). Ang ilang mga medisina at mga complementary therapy ay maaaring hindi gagana nang mabuti kapag kasama ang iyong mga paggamot.

Kakayahang magka-anak (fertility) at kalusugang sekswal

Ang kanser sa dugo at paggamot ng kanser sa dugo ay maaaring maging sanhi ng mga problema sa kakayahang magka-anak. Depende ito sa edad, uri ng kanser sa dugo at ang natanggap na paggamot. Kung nararapat, kumuha ng payo mula sa iyong gumagamot na pangkat tungkol sa kontraseptibo (pagpipigil sa pagbubuntis) bago, habang at pagkatapos ng paggamot. Talakayin ang pagkaroon ng mga anak habang nasa paggamot at ang pangangailangan ng isang konsultasyon sa isang fertility specialist (espesyalista ng pagkamayabong) at mga pagpipilian sa pagpapanatili ng kakayahang magka-anak (fertility preservation) bago simulan ang paggamot. Ang diagnosis at paggamot ay maaaring makaapekto sa iyong buhay sekswal o pangkalahatang kalusugang sekswal. Para sa suporta at, kung kailangan, pagkunsulta sa mga serbisyo ng pagpapayo (counselling), makipag-ugnay sa Leukaemia Foundation sa 1800 620 420 o bisitahin ang www.leukaemia.org.au at i-type ang ‘Relationships and sex’ (Mga pakikipagrelasyon at seks) sa search bar.



Maaari kang humingi ng karagdagang panahon upang pag-isipan ang iyong mga pagpipilian ng paggamot.



Maaari kang humingi mula sa iyong GP ng isang konsultasyon sa ibang espesyalista para sa isang pangalawang opinyon.



Mga katanungang nais mong itanong

- Anong paggamot ang irerekumenda mo at bakit?
- Mayroon bang mga alternatibo?
- Ano ang mangyayari kung hindi ako magpagamot?
- Gaano katagal ako kailangang magpagamot?
- Magkano ang gastos ng paggamot at magkano ang kailangan naming bayaran?
- Anong mga aktibidad/ehersisyo ang makakatulong sa akin sa panahon at pagkatapos ng aking paggamot?
- Mayroon bang partikular na diyeta na dapat sundan o mga pagkain o inumin na dapat iwasan habang ginagamot?
- Paano makaapekto ang paggamot sa aking pang-araw-araw na buhay at makapagtrabaho pa rin ba ako?
- Sino-sino ang mga nasa aking pangkat ng mga manggagamot at sino ang pangunahing matawagan kung mayroon akong mga katanungan o masama ang pakiramdam?
- Anong mga side effect ang maaari kong makuha mula sa paggamot at paano ko mapangasiwaan ang mga ito?
- Makaapekto ba ang paggamot sa aking kakayahang magkaanak, at kung oo, anong mga opsyon ang dapat kong isaalang-alang?



Mga desisyon tungkol sa gastos

Maaaring kailangan mong gumastos para sa ilang mga appointment, mga pagsuri, gamot, tirahan, paglalakbay o parking.

Makipag-usap sa iyong GP (doktor), espesyalista o pribadong tagapagseguro sa kalusugan (kung mayroon ka) upang maintindihan kung ano ang sakop ng paseguro at kung ano ang mga babayaran mo mismo.

Kung mayroon kang mga pag-aalala tungkol sa mga gastos, makipag-usap sa iyong healthcare team o sa isang social worker tungkol sa:

- pagiging bulk-billed (walang babayaran) o gagamutin sa pampublikong sistema
- tulong sa tiraan at/o transportasyon habang ginagamot
- ang posibleng epekto sa pananalapi ng iyong paggamot at mga paraan ng suportang pampinansyal na posible mong makuha
- kung paano makaapekto ang paggamot sa kakayahan mong magtrabaho.

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa mga gastos, tumawag sa Cancer Council sa 13 11 20 o bisitahin ang www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance. Maaari ka ring makipag-ugnay sa Leukaemia Foundation sa **1800 620 420** o bisitahin ang www.leukaemia.org.au/how-we-can-help/practical-support-services.

Paglipat mula sa aktibong paggamot

Pagkatapos ng kauna-unahang paggamot, maaari mong makita ang iyong sarili na 'namumuhay na may lymphoma' sa halip na isang 'nakaligtas ng kanser sa dugo', dahil maaaring kailangan mo ng maraming kurso ng paggamot habang-buhay. Ang survivorship care (pangangalaga ng nakaligtas) ay karaniwang binubuo ng mahigpit na pag-follow-up sa iyong espesyalista upang magsubaybay ng relapse o mga pangalawang kanser at mga komplikasyon ng paggamot.

Survivorship care plan (plano sa pangangalaga ng nakaligtas)

Makikipagtulungan sa iyo ang iyong espesyalista at healthcare team na gumawa ng isang plano para sa iyo at ng iyong GP. Ipapaliwanag ng plano:

- kung sino ang iyong pangunahing matatawagan pagkatapos ng kauna-unahang paggamot
- kung gaano kadalas ka dapat magpa-check up at kung anong mga pagsuri ang kasama dito
- pagkaintindi at pangangasiwa sa potensyal na mga side effect ng paggamot
- paano makakuha ng mabilis na tulong kung sa tingin mo ay bumalik ang kanser sa dugo o mas lumala
- paano mo mapangalagaan ang iyong pangkalahatang kalusugan at kabutihan
- anong mga pangangalaga sa kalusugan at mga serbisyo ng pagsuporta ng komunidad ang mayroon at paano mo makuha ang mga ito.

Maraming tao ang nag-aalala na ang kanilang kanser sa dugo ay babalik. Ang iyong espesyalista at healthcare team ay makikipag-usap sa iyo tungkol sa iyong mga pangangailangan at maaaring ikonsulta ka sa iba pang mga propesyonal sa kalusugan at mga serbisyo ng suporta sa komunidad. Ang iba pang mga impormasyon na makukuha mo ay tungkol sa:

- mga palatandaan at sintomas na dapat pansinin
- ang mga side effect ng paggamot at ang mga espesyalista na maaari mong kailangang makita
- paano ang pagpili ng mga malulusog na pamumuhay upang mabigyan ka ng pinakamabuting tsansa ng pagpapagaling at manatiling malusog.

Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang www.cancer.org.au/cancer-information/after-a-diagnosis/after-cancer-treatment.



Mga katanungang nais mong itanong

- Sino ang dapat kong tawagan kung ako ay may masamang pakiramdam?
- Ano ang maaari kong gawin upang maging malusog hangga't maaari?
- Saan ba ako pwedeng kumuha ng karagdagang tulong?

Namumuhay na may residual (nalalabi) o relapsed (bumalik) na sakit

Sa karamihang kaso, ang mga low-grade lymphoma ay hindi malulunasan kahit gamitin ang pinakamahasay na inisyal na paggamot. Ngunit matagal na kaligtasan sa pamamagitan ng pamamahala sa sakit at mga nauugnay sa sakit na sintomas ay ang kadalasang kaso para sa mga low-grade lymphoma. Maraming mga pasyenteng may low-grade lymphomas ay namamatay sa mga ibang dahilan sa pagkaedad. Mahalagang malaman na ang pagkaroon ng bumalik na sakit (relapsed disease) ay hindi nangangahulugan na kailangan mo ng agarang paggamot. Kung wala kang mga sintomas, maaaring irekomenda ng iyong doktor ang 'pagmamanman at paghihintay' bilang kapalit.

Kung talagang kailangan mo ng paggamot, ang mga opsyon ay magdepende sa mga katangian ng sakit, paano ito pinangasiwaan noon at ang iyong mga kasalukuyang kagustuhan.

Ang mga opsyon ay maaaring kabilang ang isa o higit pa nito:

- targeted therapy (nakatuon na pagpapagamot)
- chemoimmunotherapy
- pakikilahok sa isang clinical trial kung saan maaari mong subukan ang isang bagong paggamot
- isang stem cell transplant.



Mga katanungang nais mong itanong

- Nasaan ang kanser sa dugo?
- Ano ang aking mga pagpipilian sa paggamot?
- Ano ang tsansa na gagana ang paggamot ngayon?
- Mayroon bang gagawing clinical trial?
- Anong pampinansyal, praktikal o emosyonal na suporta ang mayroon?

Advance care planning (paunang pagpapalano ng pangangalaga)

Ang iyong GP o healthcare team ay maaaring makipag-usap sa iyo, iyong pamilya at tagapag-alaga tungkol sa iyong hinaharap na paggamot at mga medikal na pangangailangan.

Advance care directive (paunang tagubilin sa pangangalaga)

Kung minsan ay kilala bilang isang living will (buhay na kagustuhan), ang advance care directive ay isang dokumentong may bisa ng batas na ihahanda mo upang ipaalam sa iyong pamilya at medical team tungkol sa pagpapagamot at pangangalaga na maaaring gusto mo o hindi gusto kung sakaling lalala ang iyong sakit upang makagawa ng mga desisyong iyon. Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang www.advancecareplanning.org.au.

Pamamahala ng sintomas at palliative care

Ang pagka-alaga ng may malubhang sakit (palliative care) ay maaaring makatulong sa iyo na mabuhay hangga't kaya mo kabilang ang pamamahala ng sakit at mga sintomas, suporta na psychosocial at tulong sa pagtukoy ng mga layunin sa pangangalaga. Ang pangangalagang ito ay maaaring ibigay sa bahay, sa ospital o sa ibang lugar na iyong pinili. Maaaring ikonsulta ka ng iyong espesyalista sa mga serbisyo ng palliative care, ngunit hindi ito palaging nangangahulugan ng pangangalaga sa katapusan ng buhay. Sa panahong ito, ang mga tao ay maaaring irekomenda sa mga serbisyo ng ito nang mas maaga kung sila ay namumuhay na may kanser sa dugo o kung bumalik ang kanilang kanser sa dugo.

Makipag-usap sa GP o haematologist/espesyalista o bisitahin ang www.palliativecare.org.au.

Ang mga pagpapasya sa paggamot

Maaaring magpasya ka na hindi magpagamot, o magkakaroon lamang ng ilang mga pagpapagamot upang mabawasan ang sakit at paghihirap. Maaari mo pa ring palitan ang iyong pagpapasya tungkol sa pagpapagamot. Kausapin mo lamang ang iyong espesyalista. Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment.



Mga katanungang nais mong itanong

- Ano ang maaaring gawin upang mabawasan ang aking mga sintomas?
- Anong karagdagang mga suporta ang maaaring makuha ng aking pamilya at mga kaibigan kung ako ay aalagaan nila sa bahay?
- Maaari mo ba akong tulungang makipag-usap sa aking pamilya tungkol sa nangyayari?
- Anong suporta ang naroon para sa aking pamilya o tagapag-alaga?
- Maaari ba akong ikonsulta sa isang serbisyo ng suporta ng komunidad?

Pagtatw: Laging kumonsulta sa iyong doktor tungkol sa mga bagay na nakaapekto sa iyong kalusugan. Ang gabay na ito ay inilaan bilang pangkalahatang pagpapakilala at hindi panghalili sa propesyonal na medikal, ligal o pinansyal na payo. Ang impormasyon tungkol sa kanser ay patuloy na isinasapanahon at binabago ng mga pananaliksik at medikal na komunidad. Habang ang lahat ng pag-iingat ay ginawa upang matiyak ang kawastuhan sa panahon ng paglalathala, tinatangihan ng Leukaemia Foundation at ng mga kasapi nito ang lahat ng pananagutan sa anumang pinsala, pagkalugi o kapahamakan na natamo sa pamamagitan ng paggamit o paniniwala sa impormasyon na ibinigay sa itaas.

Inilathala noong Hulyo 2022.

Ang mapagkukunang ito ay base sa impormasyon mula sa pinakamahasay na landas ng pangangalaga para sa mga taong may low-grade lymphomas (ika-1 edisyon), makukuha sa www.cancer.org.au/OCP.