

Kanser na Oesophagogastric (sa lalamunan at tiyan)

Ang iyong gabay sa pinakamahusay na pangangalaga sa kanser



Tungkol sa patnubay na ito

Ang masabihan na mayroon o maaaring mayroong kang oesophagogastric cancer ay maaaring lubos na nakakabahala. Maraming maaaring mangyari nang mabilis, at maaaring marami kang mga katanungan. Makakatulong ang lathalaing ito upang ikaw, ang iyong pamilya at mga kaibigan ay magagabayan sa karanasang ito.

Impormasyon at suporta

Cancer Council: Para sa impormasyon at suporta, tawagan ang Cancer Council sa **13 11 20** upang makausap ang isang may-kasanayang propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan o bisitahin ang www.cancer.org.au.

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa kanser sa lalamunan, hanapin ang librepong 'Understanding Oesophagogastric Cancer' ng Cancer Council sa website ng inyong lokal na Cancer Council.

Translating and Interpreting Service (TIS):

Kung kailangan mo ng tagasaling-wika, tawagan ang TIS sa **13 14 50** o bisitahin ang www.tisnational.gov.au.

Mga paunang pagsusuri at pagsangguni

Mga sintomas

Kung sumasakit ang bandang itaas ng iyong tiyan, lumalalang pagsusuka, nahihirapang lumunok, nagsusuka ng dugo o nakakaranas ng hindi maipaliwanag na pagbaba ng timbang, sabihin sa iyong doktor (GP - General Practitioner) sa lalong madaling panahon.

Mga unang pagsusuri na maaaring maisagawa sa iyo

Mga pagsusuri sa dugo. Kukuha ng sampol ng iyong dugo upang suriin ang iyong pangkalahatang kalusugan.

Kung sa palagay ng iyong GP ay mayroon kang kanser sa lalamunan (oesophagogastric cancer), ipapadala ka nila sa isang endoscopist upang makakuha ng endoscopy.

Endoscopy. Isang nababaluktot na tubo (tube) na kinabitang kamera (tinatawag na 'endoscope') ang ipapasok sa iyong ilong o lalamunan. Ang endoscope ay kumukuha ng mga larawan ng lalamunan (oesophagus) at tiyan.

Mga pagsasangguni

Kung may pag-aalala ang iyong GP, isasangguni ka sa isang espesyalista (upper gastrointestinal surgeon) sa isang pampublikong ospital o sa pribadong klinika. Ang mga upper gastrointestinal surgeon ay mga doktor na nagpakadalubha sa kanser sa lalamunan (oesophagogastric).



Maaari kang magsama ng miyembro ng pamilya o kaibigan sa iyong mga appointment.



Timeframes (Mga takdang panahon)

Dapat kang magkaroon ng endoscopy at magpatingin sa espesyalista **sa loob ng dalawang linggo** mula sa pagsangguni.

Kung hindi ka makakuha ng appointment sa iyong espesyalista o para sa endoscopy sa panahong ito, magtanong sa iyong GP.



Mga katanungang maaaring nais mong itanong

- Maaari ba akong magpasya kung pupunta ako sa pampublikong ospital o sa pribadong klinika?
- Maaari ko bang piliin ang espesyalistang titingin sa akin?
- Magkano ang gagastusin ko sa mga appointment?

Diyagnosis at pagtiyak ng yugto (staging)

Kakausapin ka ng endoscopist tungkol sa resulta ng iyong mga pagsusuri at sasabihin sa iyo kung mayroong nakitang kanser. Ito ang tinatawag na paggawa ng **diyagnosis**.

Kung ang endoscopy (pagsusuri sa loob ng kawaan sa pamamagitan ng tubong may kamera sa dulo) ay nagpapakita ng kanser, ang espesyalista ay magsasagawa ng mga karagdagang pagsusuri o pamamaraan upang makita ang eksaktong kinaroroonan ng kanser sa iyong katawan, kung lumalaki ito o kung kumalat ito. Ito ay tinatawag na **pagyuyugto (staging)**. Ang **staging** ay tumutulong upang malaman ang pinakamahusay na paggamot para sa iyo.

Maaari kang sumailalim sa isang pagsusuri o magkakahalang mga pagsusuri:

Computed tomography (CT) scan. Ginagamit ang mga kompyuter at x-ray upang makunan ng detalyadong larawan ang lalamunan (oesophagous) at tiyan.

Position emission tomography (PET) scan. May kaunting radioaktibong materyal na ituturok at ang iyong buong katawan ay mai-scan upang makita kung nasaan ang kanser.

Endoscopic ultrasound. Ginagamit ang endoscope upang makita ang loob ng iyong lalamunan at tiyan. Gumagamit ito ng sound waves upang kunan ng larawan ang lalamunan at tiyan.

Endoscopic resection. Ginagamit ang endoscope para makakuha ng tisyu mula sa iyong lalamunan o tiyan. Ginagamitan ito ng anestetiko upang hindi mo ito maramdaman.

Laparoscopy. Maliliit na hiwa ang gagawin sa iyong sikmura o sa bandang tiyan. Ipapasok ng espesyalista ang maliit na tubo (tube) na may kamera sa iyong tiyan sa pamamagitan ng mga hiwa. Ito ang tinatawag na laparoscope. Ginagamitan ito ng anestetiko (papatulugin ka) kaya hindi mo ito maramdaman. Ginagamit ito upang mahanap ang mga kanser na napakaliit para makita sa CT o PET scan. Ang pagsusuring ito ay para lamang sa kanser sa tiyan.



Timeframes (Mga takdang panahon)

Ang mga resulta ay makukuha **sa loob ng dalawang linggo** mula sa araw ng iyong mga pagsusuri.



Mga katanungang maaaring nais mong itanong

- Ano ang kanser sa lalamunan (oesophagogastric cancer)?
- Ano ang mga pagsusuring kailangan ko?
- Magkano ang halaga ng mga pagsusuri/ appointment (pagbisita sa doktor)?
- Saan ako dapat gamutin? May mga pagpipilian ba ako?
- Anong yugto (stage) na ang aking kanser?
- Anong mga pansuportang serbisyo ang makukuha ko?

Paggamot

Maraming paraan upang gamutin ang kanser na oesophagogastric. Kakausapin ka ng iyong espesyalista tungkol sa iyong mga pagpipilian sa paggamot.

Ikaw ay gagamutin ng isang pangkat ng mga dalubhasa, at maaaring kailangan mo ng higit sa isang uri ng paggamot upang makamit ang pinakamabuting resulta. Makikipagtulungan ang pangkat sa iyo at sa iyong pamilya o tagapag-alaga upang planuhin ang iyong paggamot.

Maaari kang magkaroon ng isang paggamot o magkakahalang mga paggamot:

Endoscopic treatment. Maaaring gamitin ng iyong espesyalista ang endoscope para sa iba't ibang paggamot. Ang mga paggamot na ito ay ginagamit kung mayroon kang maagang kanser na oesophagogastric. Maaari din silang gamitin upang maiwasan ang paglaki ng mga kanser.

Ang operasyon ay ang pagtanggap ng kanser.

Ang radiation therapy ay gumagamit ng mga x-ray upang patayin ang mga selula ng kanser at mahinto ang paglaki ng kanser. Maaari itong magamit sa operasyon o chemotherapy. Maaari itong gamitin kung kumalat na ang kanser.

Ang chemotherapy o drug therapy ay gumagamit ng mga gamot upang patayin ang kanser at mahinto ang paglaki ng kanser. Maaari itong gamitin kung kumalat na ang kanser.

Stent. Isang tubo na nababaluktot ang ipapasok sa iyong lalamunan. Ito ay tinatawag na stent. Ginagamit ito upang palawakin ang iyong lalamunan upang mas madaling makapunta sa tiyan ang mga pagkain at likido.

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

May makukuha ring suportang pangangalaga (paggamot o mga serbisyong sumusuporta sa iyong naranasan sa kanser).



Timeframes (Mga takdang panahon)

Ang paggamot ay dapat simulan **sa loob ng dalawang linggo** mula sa pagsang-ayon sa iyong plano sa paggamot.



Maaari mong hilingin sa iyong GP na isangguni ka sa ibang espesyalista para sa pangalawang opinyon.

Mga klinikal na pagsubok (clinical trials)

Maaari kang aluking lumahok sa isang klinikal na pagsubok. Isinasagawa ang mga klinikal na pagsubok upang masuri kung ang mga bagong paggamot ay ligtas at mas mahusay na gumagana kaysa sa kasalukuyang mga paggamot. Maraming mga taong may kanser ang nabubuhay ngayon nang mas matagal at may mas mahusay na kalidad ng buhay dahil sa mga klinikal na pagsubok.

Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang www.australiancancertrials.gov.au.

Mga pantulong na paggamot (complementary therapies)

Kausapin ang iyong pangkat sa pangangalagang pangkalusugan tungkol sa anumang mga pantulong ng paggamot (kabilang ang mga pandagdag sa pagkain katulad ng mga bitamina) na iyong iniinom o nais mong inumin o gamitin. Ang isang bagay na pangkaraniwan katulad ng mga bitamina ay maaaring hindi tugma sa iyong paggamot.

Kung naninigarilyo ka

Ang paghinto sa paninigarilyo ay isa sa pinakamahalagang magagawa mo upang mapabuti ang iyong kalusugan at kagalingan. Ang paghinto sa paninigarilyo ay maaaring makabuti sa paggana ng paggamot, makabawas sa mga panganib ng komplikasyon sa operasyon at mapabuti ang paggaling pagkatapos ng operasyon. Para sa pang-indibidwal at kumpidensyal na suporta sa paghinto sa paninigarilyo, tawagan ang Quitline sa **13 7848**, kausapin ang iyong GP o espesyalista, at bisitahin ang www.quit.org.au.



Mga katanungang maaaring nais mong itanong

- Anong paggamot ang irerekumenda mo?
- Saan ako pupunta upang magpagamot?
- Ano ang halaga ng paggamot at magkano sa halagang ito ang aking babayaran?
- Anong mga aktibidad/ehersisyo ang makakatulong sa akin habang ginagamot at pagkatapos ng paggamot?
- Maaari pa ba akong magtrabaho?
- Paano makakaapekto ang paggamot sa aking pang-araw-araw na buhay?
- Sino ang mga tao sa aking pangkat at sino ang aking pangunahing matatawagan?
- Dapat ba akong makipagkita sa isang dietitian?
- Ano ang maaaring maging side effect ng aking paggamot?
- Sino ang aking matatawagan kung hindi maganda ang aking pakiramdam o mayroon akong mga katanungan?
- Makakaapekto ba ang paggamot sa aking kakayahang magkaroon ng anak?



Mga desisyon tungkol sa gastos

Maaari kang pagbayarin para sa ilang mga pakikipagkita, pagsusuri, gamot, tirahan, paglalakbay o pagparada.

Makipag-usap sa iyong GP, espesyalista o pribadong taga-seguro ng kalusugan (kung mayroon ka nito) upang maunawaan kung ano ang sasagutin nila at kung ano ang babayaran mo mula sa iyong sariling pera.

Kung mayroon kang mga pag-aalala tungkol sa mga gastos, kausapin ang iyong pangkat ng pangangalagang pangkalusugan o social worker tungkol sa:

- pag-bulk-bill o paggamot sa iyo sa pampublikong sistema
- tulong sa tirahan habang nagpapagamot
- ang posibleng epekto sa pananalapi ng iyong paggamot.

Maaari mong tawagan ang Cancer Council sa **13 11 20** upang makausap ang isang propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan tungkol sa suportang pananalapi.

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa mga gastos, bisitahin ang www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance at www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance/what-will-i-have-to-pay-for-treatment.

Pagpapagaling

Ang paggamot sa kanser ay humahantong sa ibat-ibang mga pagbabagong pisikal at emosyonal.

Pagpapatuloy sa plano ng pangangalaga

Makikipagtulungan sa iyo ang pangkat ng pangangalagang pangkalusugan upang gawin ang plano para sa iyo at sa iyong doktor. Ipapaliwanag ng planong ito:

- kung sino ang iyong pangunahing contact person pagkatapos ng paggamot
- kung gaano kadalas ka dapat magpa-check up at kung anong mga pagsusuri ang kasama nito
- ang pag-uunawa at paghaharap sa mga side effect ng paggamot
- kung paano makakakuha kaagad ng tulong kung sa palagay mo ay bumalik ang kanser o lumalala.

Maraming tao ang nagsasabing nag-aalala sila na baka bumalik ang kanser. Kausapin ka ng iyong espesyalista at pangkat ng pangangalagang pangkalusugan tungkol sa iyong mga pangangailangan at maaaring isangguni ka sa iba pang mga propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan at/o mga pangsuportang serbisyo sa komunidad.

Iba pang impormasyon na maaari mong makuha:

- mga palatandaan at sintomas na dapat manmanan kung bumalik ang kanser
- huling mga epekto ng paggamot at mga espesyalista na maaaring kailangan mong makita upang makapili ng malusog na estilo ng pamumuhay upang mabigyan ka ng pinakamalaking tsansa na gumaling at manatiling walang sakit.

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



Mga katanungang maaaring nais mong itanong

- Sino ang dapat kong kontakin kung hindi maganda ang aking pakiramdam?
- Ano ang magagawa ko upang maging malusog hangga't maaari?
- Saan ako makakakuha ng karagdagang tulong?

Nabubuhay nang may malalang kanser

Kung bumalik ang kanser

Maaari bumalik ang kanser sa parehong lugar pagkatapos ng paggamot o maaaring lilitaw sa ibang bahagi ng iyong katawan.

Kung bumalik ang kanser, maaari kang isangguni sa espesyalista o sa ospital kung saan ka unang ginamot, o sa ibang espesyalista.

Ang paggamot ay depende kung gaano kalaganap ang kanser, gaano ito kabilis lumago at kung ano ang mga sintomas na iyong nararanasan.



Mga katanungang maaaring nais mong itanong

- Nasaan ang kanser at ito ba ay kumalat?
- Ano ang aking mga pagpipilian sa paggamot?
- Ano ang tsansa na gagana ang paggamot sa pagkakataong ito?
- Mayroon bang isinasagawang klinikal na pagsubok?
- Saan pa ako makakakuha ng suporta?

Nauunang pagpapalano ng pangangalaga

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

Nauunang tagubilin sa pangangalaga

Minsan kilala ito bilang habilin habang nabubuhay (living will), ang nauunang tagubilin sa pangangalaga ay isang dokumentong kinikilala ng batas na ihahanda mo upang ipaalam sa iyong pamilya at pangkat ng pangangalagang pangkalusugan ang paggamot at pangangalaga na gusto o hindi mo gusto sakaling lumala ang iyong karamdaman at hindi ka na makagawa ng mga pagpapasya. Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang www.advancecareplanning.org.au.

Palyatibong pangangalaga (Palliative care)

Maaari kang isangguni ng iyong espesyalista sa mga serbisyong palyatibong pangangalaga (palliative care), ngunit hindi ito laging nangangahulugan na pangangalaga para sa huling sandali ng buhay. Sa ngayon ang mga tao ay maaaring isangguni sa mga serbisyong ito nang mas maaga kung sila ay nabubuhay na may kanser o kung bumalik ang kanilang kanser. Ang palliative care ay makakatulong sa iyo upang mabuhay nang maayos hangga't maaari, kasama dito ang pamamahala ng sakit at mga sintomas. Ang pangangalaga na ito ay maaaring ibigay sa bahay, sa ospital o sa ibang lugar na iyong pinili.

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

Pagpapasya tungkol sa paggamot

Maaari kang magpasya na hindi na magpagamot, o magkaroon lamang ng ilang paggamot upang mabawasan ang sakit at pagkailang (discomfort). Maaari mong talakayin ang iyong desisyon sa iyong pangkat ng pangangalagang pangkalusugan, GP, pamilya at tagapag-alaga. Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment.



Mga katanungang maaaring nais mong itanong

- Ano ang maaari mong gawin upang mabawasan ang aking mga sintomas?
- Anong karagdagang suporta ang maaari kong makuha kung pipiliin ko ang aking pamilya at mga kaibigan na mag-aalaga sa akin sa bahay?
- Maaari mo ba akong tulungang makipag-usap sa aking pamilya tungkol sa mga nangyayari?
- Anong suporta ang makukuha para sa aking pamilya o tagapag-alaga?
- Maaari ba akong isangguni sa isang pansuportang serbisyo sa komunidad?

Pagtatatwa: Laging komunsulta sa iyong doktor tungkol sa mga bagay na nakakaapekto sa iyong kalusugan. Ang gabay na ito ay inilaan bilang pangkalahatang pagpapakilala at hindi panghalili sa propesyonal na payong medikal, ligal o pinansyal. 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 nang inilathala, ang Cancer Council Australia at ang mga kasapi nito ay walang pananagutan para sa anumang pinsala, pagkawala o pagkasira na natamo sa paggamit o pagsalalay sa impormasyong ibinigay sa itaas.

Inilathala noong Nobyembre 2021.

Ang lathalaing ito ay batay sa impormasyon mula sa 'Optimal care pathway for people with oesophagogastric cancer (2nd edition)', na mababasa sa www.cancer.org.au/OCP.

