



Ano ang maaasahan sa bawat hakbang ng paggamot at makaraan pa nito

Kanser sa Bituka

Ang talaan ng impormasyong ito ay magsasabi sa iyo kung ano ang maitatanong mo bago gamutin, habang ginagamot, at matapos gamutin ang iyong kanser sa bituka. Ikaw ay makakahiling sa iyong pangkat ng karagdagang impormasyon at suporta.

Ang pakikipagtulungan sa iyong pangkat ay nangangahulugang matitiyak mo na makukuha ang paggamot, impormasyon at suporta na tama para sa iyo.

1. Pag-iskrin

Ang ilang kanser sa bituka ay natatagpuan sa pag-iskrin. Ang pag-iskrin ay kung saan maaari kang magsuri sa iyong tahanan o sa oras ng iyong pagpapatingin na tinatawag na faecal occult blood test (FOBT). Ito ay isang madaling pagsusuri kung saan ang isang maliit na sampol ng iyong dumi o tae ay susuriin kung ito ay

may dugo. Ang Pambansang Programa sa Pag-iskrin ng Kanser sa Bituka ay libre para kaninuman na mahigit 50 taong gulang. Dapat mong gawin ang pagsusuring ito tuwing dalawang taon. Ikaw ay makakahiling sa iyong doktor ng karagdagang impormasyon.

2. Pagpapatingin sa iyong doktor

Ang iyong doktor ay dapat kang suriin upang malaman ang sanhi ng di-mabuti mong pakiramdam. Sila ay magtatanong sa iyo tungkol sa anumang mga sintomas na maaaring mayroon ka:

- Dugo sa iyong dumi o tae
- Pagbabago sa kadalasan ng pagpunta mo sa toilet
- May masakit sa iyong puson o dako ng tiyan
- Isang bukol, pagtigas o pagbabago sa bahagi ng iyong tiyan
- Mabilis na pangangayayat, o na walang dahilan

Ang iyong doktor ay dapat makipagtulungan sa iyo upang matiyak na mayroon kang impormasyon at suportang kailangan mo.

Ikaw ay makakapagtanong sa iyong doktor tungkol sa:

- Ano ang nangyayari sa iyong katawan at bakit ito nangyayari
- Ano ang mangyayari o maaaring mangyari
- Ano ang pakiramdam mo at paano mapananatiling mabuti ang iyong damdamin
- Sino ang makakausap mo tungkol sa pagkuha ng suportang kailangan mo
- Saan ka makakakuha ng karagdagang impormasyon at suporta

Ang iyong doktor ay maaaring gumawa ng mga pagsusuri para sa kanser sa bituka:

Digital rectal examination

Ang doktor ay maaaring gawin ang pagsusuring ito sa oras ng pagpapatingin mo. Magsusuot siya ng guwantes at ipapasok ang isang daliri sa loob ng iyong puwit. Susuriin ng doktor kung may madadama siyang anumang problema sa puwit o tumbong. Ang mga ito ay ang mga bahaging nasa bahagyang looban ng iyong puwit.

Mga pagsusuri sa dugo

Ikaw ay maaaring magkaroon ng pagsusuri sa dugo. Sa pagsusuri ng dugo, ang doktor ay kukuha at susuri ng sampol ng iyong dugo upang matingnan ang iyong kalusugan. Sila ay hahanap din ng mga senyales na baka nawawalan ka ng dugo sa iyong dumi o tae.

Ang iyong doktor ay maaaring papuntahin ka sa isang espesyalista para sa karagdagang pagsusuri. Ang iyong espesyalista ay isang doktor na sinanay sa pakikitungo sa mga taong may kanser sa bituka. Ang iyong doktor ay dapat magbigay sa espesyalista ng impormasyon tungkol sa iyong nakalipas na kalusugan, kung may iba pa sa iyong pamilya na nagkaroon ng kanser, at ang mga resulta ng pagsusuri sa iyo.

Ikaw ay makakapagtanong sa espesyalista ng:

- Anu-anong pagsusuri ang gagawin sa iyo
- Ano ang mangyayari sa mga pagsusuri
- Ano ang masasabi sa iyo ng mga pagsusuri

Ikaw ay makakapagsama ng isang kapamilya o kaibigan sa iyong mga pagpapatingin. Ikaw ay makakahiling sa iyong doktor ng karagdagang impormasyon at suporta upang tiyaking mayroon ka ng mga kinakailangan mo.

3. Mga pagsusuri

Ang espesyalista ay gagawa ng isang pagsusuring tinatawag na colonoscopy upang makita kung may kanser ka sa bituka. Ito ay tinatawag na diyagnosis.

Colonoscopy

Ito ay isang pagsusuri kung saan ang isang maliit na kamera sa isang tubo ay ipapasok sa loob ng puwit. Ang espesyalista ay gagamit nito upang tingnan ang bituka upang makita kung may anumang hindi tama doon. Ito ay ginagawa nang may pampamanhid, kaya hindi mo ito mararamdaman. Ang iyong doktor o espesyalista ay dapat kang kausapin tungkol sa mga kailangan mong gawin bago ka magkaroon ng colonoscopy.

Kung ang espesyalista ay walang anumang matatagpuan, maaaring hindi mo na kailanganin ang anumang iba pang pagsusuri.

Kung mayroon ka ngang kanser sa bituka, ang espesyalista ay gagawa ng karagdagang pagsusuri upang makita kung ang kanser ay lumalaki o kung kumalat na ito. Ito ay tinatawag na staging.

Ikaw ay maaaring magkaroon ng isa o ibat ibang pagsusuri:

Magnetic resonance imaging scan (MRI)

Isang scan na may mga magnetic field at radio wave na ginagamit upang makakuha ng madetalyeng litrato ng katawan.

Computed tomography scan (CT scan)

Ang mga kompyuter at x-ray ay ginagamit upang makakuha ng madetalyeng litrato ng bituka.

Ultrasound scan

Ang mga sound wave ay ginagamit upang makakuha ng litrato ng bituka.

Ikaw ay makakapagtanong sa iyong doktor tungkol sa paghanap ng isang grupong pangsuporta sa may kanser sa bituka. Makakatulong ang kaalamang may iba pang tao na nakakaunawa kung ano ang iyong dinaranas.

Ang iyong mga kaibigan at kapamilya ay maaaring makipag-usap sa isang grupong pangsuporta para sa mga tagapag-alaga.

4. Paggamot

Ang iyong espesyalista ay dapat makipagtulungan sa isang pangkat. Ang iyong pangkat ay binubuo ng mga taong nakakaunawa sa kanser sa bituka.

Rerepasuhin ng iyong pangkat ang mga resulta ng pagsusuri sa iyo. Sila ay dapat magtanong sa iyo kung ano ang iyong nais at kailangan. Kayo ay dapat sama-samang magtulungan upang makagawa ng pinakamabuting plano para sa paggamot sa iyo.

Ikaw ay makakapagtanong sa iyong pangkat ng:

- Anong paggamot ang gagawin sa iyo
- Bakit ka ginagawan ng ganoong paggamot
- Ano ang mangyayari sa paggamot na iyon
- Ano ang magagawa ng paggamot
- Gaano katagal ang paggamot
- Mga panganib at benepisyo ng paggamot

- Ano ang maaaring maramdaman mo habang ginagamot, mga side-effect at ano ang magagawa mo upang maging mabuti ang pakiramdam hanggat maaari
- Ano ang maaasahan mo matapos ang paggamot

Ang iyong pangkat ay maaaring magmungkahi na sumali ka sa isang klinikal na pagsubok. Ang isang klinikal na pagsubok ay ginagamit upang subukan ang isang bagong paggamot, o upang tingnan kung mas mabuti ang isang paggamot kaysa sa iba. Ikaw ay makakahiling ng karagdagang panahon, o pangalawang opinyon bago ka magpasiya tungkol sa paggamot sa iyo.

Kabilang sa mga kaagapay na paggamot ang masahe, acupuncture at meditasyon, pati na iba pang gamot na gagamitin mong kasabay ng paggamot sa iyo. Ang ilang paggamot ay maaaring hindi gumanang mabuti kasabay ng paggamot sa iyo.

Napakahalaga na makipag-usap ka sa iyong pangkat tungkol sa anumang kaagapay na paggamot na ginagamit mo, o nanaisin mong gamitin.

Ikaw ay maaaring magkaroon ng isa o ibat ibang paggamot:

Ang **pag-opera** ay ang pagtanggap sa kanser.

Ito ang pinakakaraniwang paggamot para sa mga taong may kanser sa bituka.

Ang **radiation therapy** o radiotherapy ay ang paggamit ng radiation upang pigilin ang paglaki ng kanser.

Ito ay maaaring gamitin kung ang pag-opera ay hindi isang mabuting opsiyon. Ang radiation therapy ay maaaring gamitin kung may tumor ka sa tumbong o may pag-umbok sa iyong tumbong.

Ang **chemotherapy** o drug therapy ay gumagamit ng mga droga upang pigilin ang paglaki ng kanser.

Ito ay maaaring gamitin bago mag-opera o matapos ang pag-opera. Maaaring chemotherapy lamang ang gagamitin, o kasama ng radiation therapy.

Ang iyong pangkat ay dapat makipag-usap sa iyo tungkol sa mga pangangailangan mo bago ka gamutin, habang ginagamot ka, at matapos ang paggamot sa iyo. Ikaw ay makakahiling ng impormasyon at suporta sa anumang oras upang matiyak na mayroon ka ng lahat ng kailangan mo.

Ang iyong pangkat ay makakapag-ugnay sa iyo sa ibang serbisyo at mga pangkalusugang propesyonal upang matiyak na mananatili kang malusog sa katawan at damdamin.

5. Matapos ang paggamot sa iyo

Ikaw ay maaaring makipag-usap sa iyong pangkat tungkol sa anumang pagbabagong mayroon ka sa pagpunta sa toilet o sa pagkain matapos ang paggamot sa iyo. Normal ang makadama ng mga pagbabago matapos ang paggamot sa iyo. Ang mga pagbabagong ito ay maaaring mangahulugan na kailangan mo ng isang stoma. Ang stoma ay isang pag-opera na gagawa ng isang maliit na butas-daanan mula sa bituka tungo sa labas ng katawan. Ang isang maliit na bag ay ikakabit at ang iyong dumi o tae ay dadaloy sa loob ng bag. Maaaring magkaroon ka ng stoma para sa maikling panahon, o habang-buhay. Ang iyong pangkat ay makakapag-ugnay sa iyo sa isang terapistang nars sa stoma, o sa diyetisyan. Sila ay sinanay upang magbigay sa iyo ng impormasyon at suporta tungkol sa pag-opera, at kung ano ang mangyayari pagkatapos nito. Ikaw ay makakahiling sa iyong pangkat ng karagdagang impormasyon at suporta.

Maraming paraan upang matiyak na madarama mong ikaw ay malusog matapos ang paggamot. Ikaw ay maaaring makipagtulungan sa iyong pangkat upang matiyak na makakabalik ka sa paggawa ng gusto mo sa sandaling handa ka na.

Pagkatapos ng paggamot sa iyo, ang iyong pangkat ay dapat magbigay sa iyo ng isang buod ng paggamot. Ang iyong buod ng paggamot ay taglay ang lahat ng impormasyon tungkol sa paggamot na tinanggap mo:

- Mga pagsusuring ginawa sa iyo upang madiagnos ang iyong kanser sa bituka, at ang mga resulta ng mga pagsusuring ito
- Paggamot na tinanggap mo, at kung kailan ka nagkaroon nito

- Mga pangsuportang serbisyo at iba pang plano ng paggamot na natanggap mo

Ang iyong pangkat ay dapat makipagtulungan sa iyo upang gumawa ng isang plano ngayong natapos na ang paggamot sa iyo. Ikaw ay dapat magkaroon ng isang kasunod na plano na kabibilangan ng:

- Mga susunod na gagawin na pinakamabuti para sa iyo
- Mga plano para sa pamamahala ng anumang side-effect ng paggamot
- Paano mabilis na kukuha ng tulong kung sa palagay mo ay nagbalik o lumala ang iyong kanser

Ang iyong doktor ay dapat tumulong at makipag-usap sa iyo tungkol sa:

- Paghanap ng karagdagang impormasyon at suporta upang manatiling mabuti sa katawan at damdamin, at makakuha ng kailangan mo
- Mga mamatyagang senyales at sintomas na maaaring mangahulugan na bumabalik ang kanser
- Pag-iingat at malusog na pamumuhay

Kung minsan, ang kanser sa bituka ay maaaring magbalik matapos ang paggamot. Ito ay karaniwang natutuklasan sa susunod na pagpapatingin, o kung may mapuna kang nagbalik na anumang sintomas. Mahalagang magpasuri nang regular. Kung may mapupuna kang anumang kakaiba, pumunta ka sa iyong doktor. Ikaw ay makakahiling sa iyong doktor ng isang pagsusuri, impormasyon at suporta.

6. Ang buhay na may kanser

Mga side-effect

May ilang tao na nagkakaroon ng mga side-effect habang sila ay ginagamot at matapos gamutin. Ang mga side-effect ay reaksiyon ng iyong katawan sa paggamot na iyong kinukuha. Ang mga ito ay normal, ngunit maaaring maging di-mabuti ang iyong pakiramdam. Ikaw ay maaaring magkaroon agad-agad ng mga side-effect, o wala man lang, o maraming buwan matapos ang paggamot sa iyo.

Ikaw ay maaaring makipag-usap sa iyong doktor tungkol sa iyong mga side-effect, o **bumisita sa** www.cancervic.org.au/about-cancer/survivors/long-term-side-effects

Advanced care plan

Ang iyong pangkat ay maaaring makipagtulungan sa iyo upang gumawa ng isang advanced care plan. Ang isang advanced care plan ay isang paraan ng pagsasaad ng iyong mga ninanais at tinitiyak na alam ng lahat kung ano ang gusto mong pangangalagang medikal sa hinaharap.

Ikaw ay maaaring makipag-usap sa iyong doktor tungkol sa magkasamang paggawa ninyo ng isang advanced care plan, o **bumisita sa** www.advancecareplanning.org.au

Palliative care

Ang palliative care ay ginagamit sa ibat ibang hakbang ng paggamot sa iyo upang tulungang bumuti ang iyong pakiramdam. Ang palliative care ay makakatulong sa pagpapaghinawa ng sakit, mabawasan ang iyong mga sintomas at pabutihin ang kalidad ng iyong buhay.

Ikaw ay maaaring makipag-usap sa iyong doktor tungkol

sa uri ng palliative care na pinakamabuti para sa iyo, o **bumisita sa** www.palliativecare.org.au

Gastos

May mga gastos sa bawat hakbang ng iyong kanser kabilang ang paggamot, akomodasyon at pagbiyahe. Ikaw ay maaaring magkagastos kung ginagamot ka sa isang pribadong serbisyong pangkalusugan kahit na mayroon kang pribadong pangkalusugang seguro. Ikaw ay maaaring makipag-usap sa iyong pangkat at sa pribadong pangkalusugang taga-seguro kung may mga tanong ka tungkol sa halaga ng bawat paggamot na maaaring gawin sa iyo. Ikaw ay maaari ding makipag-usap sa social worker sa iyong ospital.


Ikaw ay maaaring makipag-usap sa iyong doktor tungkol sa halaga ng paggamot sa iyo, o **bumisita sa** www.canceraustralia.gov.au/affected-cancer/living-cancer/dealing-practical-aspects-cancer/costs-treatment

Ikaw ay maaaring makipag-usap sa iyong doktor tungkol sa halaga ng akomodasyon at pagbiyahe, o **bumisita sa** www.cancercouncil.com.au/get-support/practical-support-services

Maraming bagay na pag-iisipan kapag mayroon kang kanser sa bituka. Marami ding impormasyon at suporta. Mahalagang gawin mo kung ano ang tama para sa iyo. Ikaw ay maaaring makipagtulungan sa iyong pangkat upang matiyak na mayroon kang pinakamagaling na pangangalaga.

Impormasyon at suporta

Cancer Council

- Ikaw ay maaaring makipag-usap sa isang pang-kanser na nars: **13 11 20**
-  Kung kailangan mo ng tagasalin sa wika: **13 14 50**

Bowel Cancer Australia

- Impormasyon at suporta: **1800 555 494**
- www.bowelcanceraustralia.org

Carers Australia

- Impormasyon at suporta para sa mga tagapagalaga: **1800 242 636**

