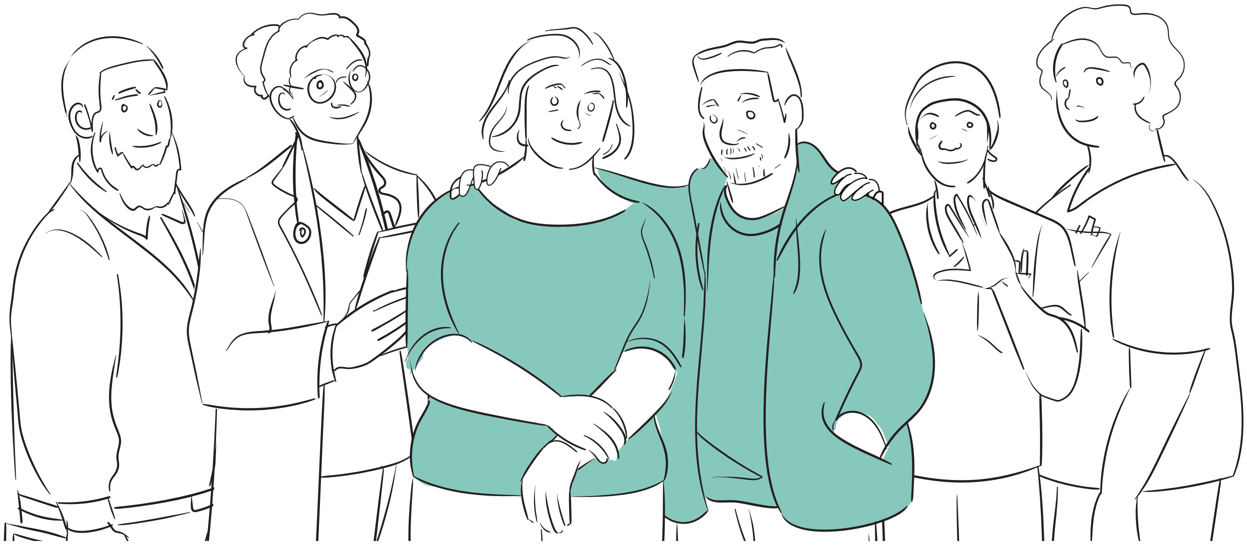
Gabay ng pasyente sa **Immuno-Oncology**



Mga bagay na gusto mong malaman tungkol sa cancer immunotherapy

Tutulungan ka ng gabay na ito na maintindihan:

- **Kung paano gumagana ang immunotherapy sa iyong katawan**
- **Kung ano immunotherapy ang maaaring maging karanasan mo**
- **Kung ano ang suporta na maaari mong makuha habang pinagdadaanan mo ito**

Pagkatapos mong basahin ang gabay na ito, umaasa kaming mas magiging komportable ka:

- **Na mas maging aktibo sa iyong paggamot**
- **Na kausapin ng mas tapat ang iyong care team**
- **Na gabayan ang iyong mga mahal sa buhay na mas maintindihan ang immunotherapy**

Panimula

Ano ang immuno-oncology?

Malamang ay may kaalaman ka na tungkol sa iba't ibang paraan ng paggamot sa cancer, tulad ng surgery, chemotherapy, radiation o targeted therapy.

Salamat sa pagsulong ng agham, mayroon ng iba pang paraan para gamutin ang cancer: **immuno-oncology (I-O)**, minsan kilala rin bilang **cancer immunotheraphy o, mas simple, immunotherapy.**

Ang "immuno" sa immunotherapy ay ang iyong immune system. Gumagamit ang immunotherapy ng mga gamot **na maaaring tulungan ang mismong immune system mo na labanan ang cancer.**

Sino ang nasa care team ko?

Layunin ng iyong care team na tulungan ka sa iyong paglalakbay. Sila ang magbibigay ng suporta sa iyo habang pinagdadaanan mo ang immuno-oncology.

Parte ng iyong care team ang sinumang doktor, nurse o heathcare professional na mag-aalaga sa iyo. Kasama rin dito ang iyong pamilya, mga kaibigan at mga caregiver.

Kausapin *mo* ang iyong oncologist para malaman kung sino ang kasali sa iyong care team.

Maaaring kasama sa care team mo:

- Ang iyong **oncologist**, iyong **primary care physician**, iyong **surgeon** at sino pa mang **mga espesyalista** na tumitingin sa iyo
- **Mga nurse, mga treatment navigator** (minsan ay tinatawag na nurse o mga patient navigator), **mga pharmacist** o **mga dietitian**
- **Mga social worker, mga counselor, mga therapist, mga psychiatrist, mga insurance,** o **financial advisor**
- **Mga caregiver, mga kaibigan, mga support group,** o **mga spiritual advisor**
- at **marami pang iba**

Ano ba ang nasa gabay na ito?

IKA-1 NA BAHAGI:
Ang istorya ng Immuno-Oncology 4

- **Para mas maintindihan ito, ihantulad natin ang immunotherapy sa isang hardin**
- **Ang immune system at cancer**
- **Immunotheraphy bilang opsyon sa paggamot**
- **Posibleng epekto ng immunotherapy**

IKA-2 NA BAHAGI:
Ang karanasan mo sa cancer 27

- **Ang paglalakbay mo sa paggamot**
- **Pag-unawa kung paano malalagpasan ang cancer**
- **Ang kalusugang emosyonal**
- **Pakikipag-usap sa iyong care team upang mas lumalim ang kaalaman**

Sa gabay na ito, gumawa kami ng bahagi kung saan masusulat mo ang iyong mga katanungan. **Itago ang gabay na ito para madaling mabalikan. Maaari ring dalhin ito sa iyong mga konsultasyon.**

IKA-1 NA BAHAGI
Ang istorya ng Immuno-Oncology

Ang mga parte ng Ika-1 na Bahagi:

Para mas maintindihan ito, ihantulad natin ang immunotherapy sa isang hardin 5

Ang immune system at cancer 11

Immunotheraphy bilang opsyon sa paggamot 15

Mga posibleng epekto ng immunotherapy 20

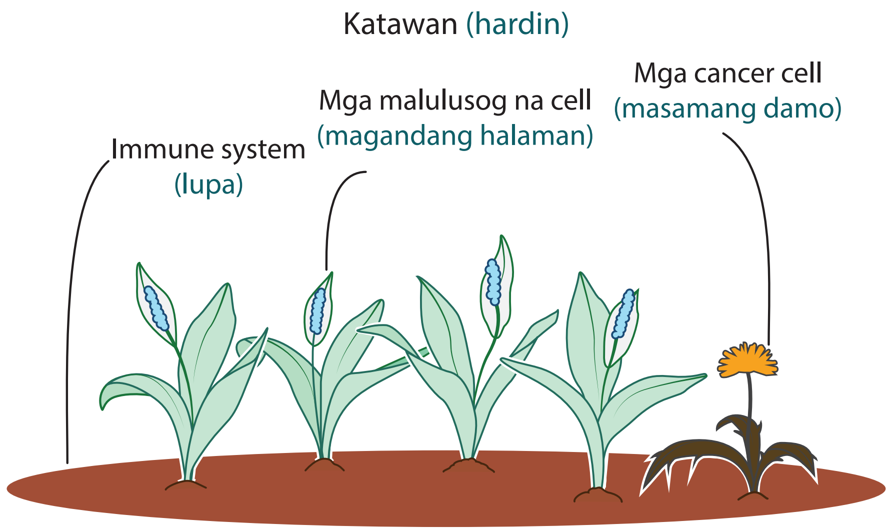
Para mas maintindihan ito, ihantulad natin ang immunotherapy sa isang hardin

Ipapakita ng mga sumusunod na pahina kung paano nagiging uri ng paggamot sa cancer ang immunotherapy.

Ihahantulad natin ang katawan mo sa hardin para mas maipaliwanag kung paano gumagana ang immunotherapy at kung bakit ito hindi katulad ng ibang mga paggamot sa cancer.

Sasagutin ng mga sumusunod na pahina ang mga tanong na ito:

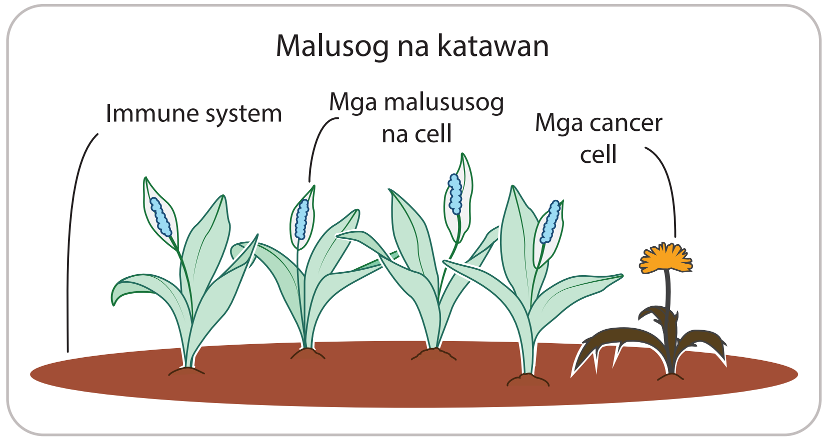
- **Paano ba tinuturuan ng immunotherapy ang aking immune system na labanan ang cancer?**
- **Paano naiiba ang immunotherapy mula sa mga alam nating mga paggamot sa cancer?**
- **Ano ang biomarker test at ano ang kaugnayan nito sa mga iba't ibang uri ng paggamot?**



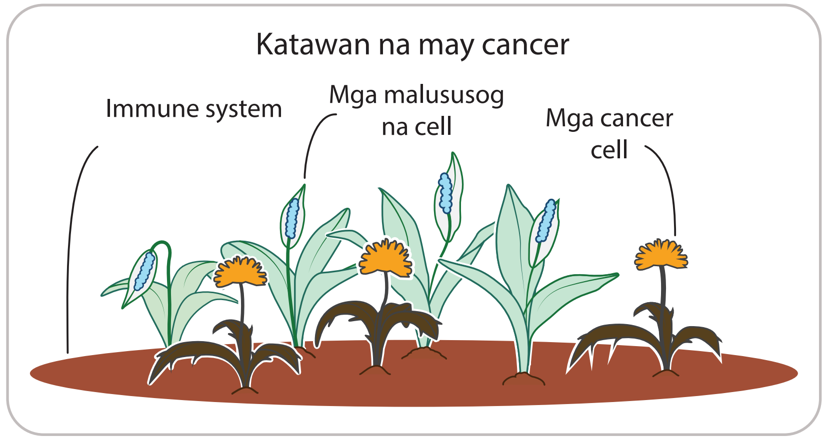
Paano ba tinuturuan ng immunotherapy ang aking immune system na labanan ang cancer?

Maaaring tulungan ng Immunotherapy ang iyong immune system na labanan ang cancer. Para mas ipaliwanag kung paano, gumamit tayo ng paghahalintulad.

Isipin mo na hardin ang katawan mo at ang lupa ay ang immune system. Kapag malusog ka, maganda ang lupa at berdeng-berde ang hardin. Kadalasan, kaya naman ng lupa na pigilan ang pagdami ng mga damo.

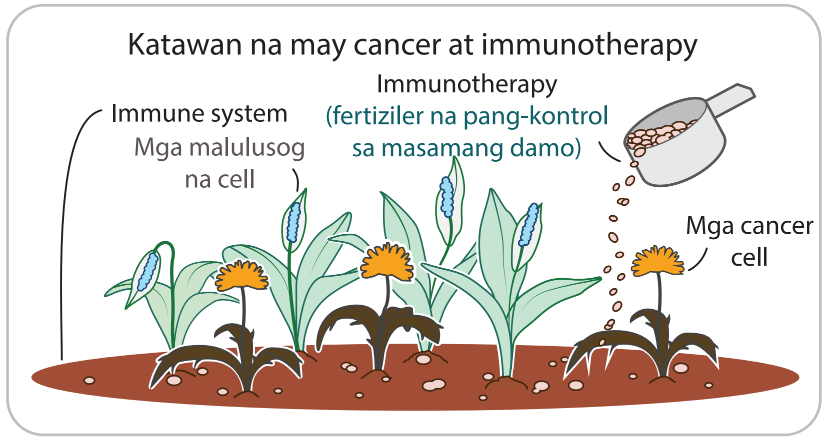


Ang mga cancer cell ay parang masasamang damo sa iyong hardin. Minsan, maaaring payagan ng lupa na tumubo at kumalat ang damo hanggang sa hindi na kaya ng hardin na makipag-agawan ng lugar at nutrisyon.

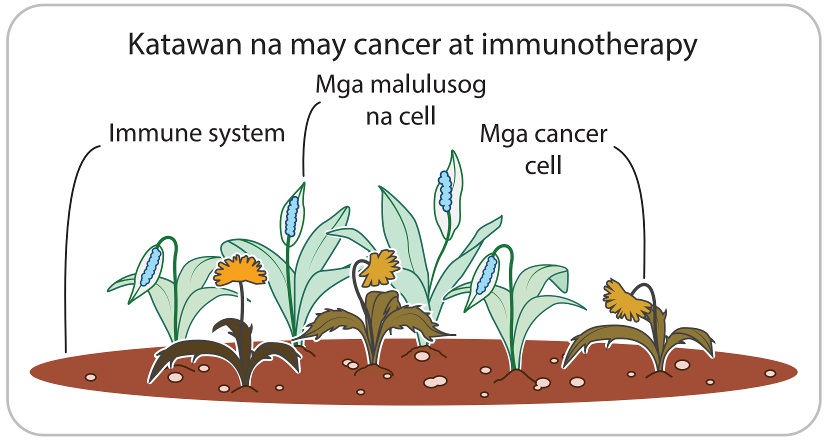


IKA-1 NA BAHAGI: ANG ISTORYA NG IMMUNO-ONCOLOGY

Ang immunotherapy ay parang paglagay sa lupa ng fertilizer na pang-kontrol sa masamang damo. Pinapalusog nito ang kasalukuyang lupa.



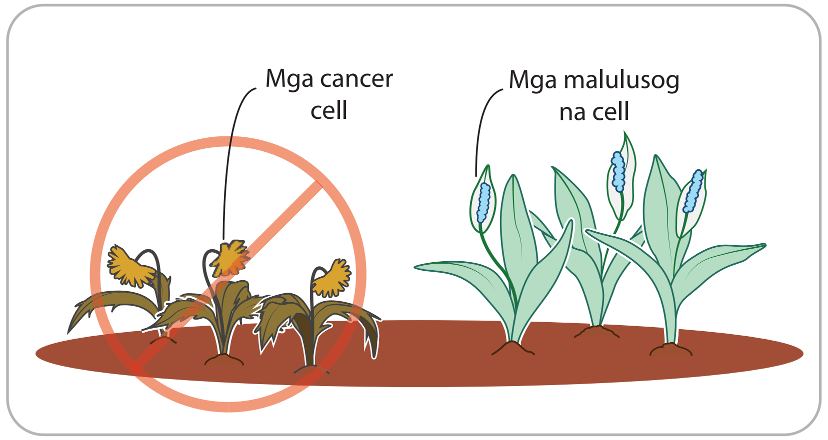
Ngayon, kaya na ng lupa na pigilan ang mga masamang damo sa pagtubo at panatilihing malusog ang hardin. Pero, nakakasama rin ang sobra-sobrang fertilizer.



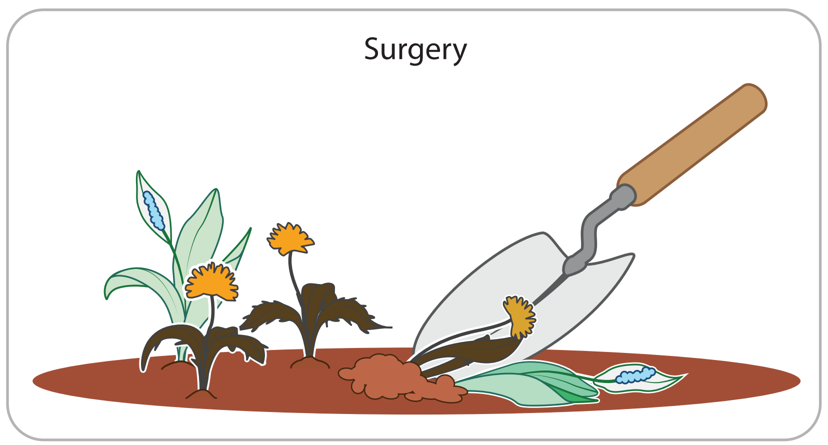
Paano naiiba ang immunotherapy sa mga alam nating paggamot sa cancer?

Ang immunotherapy ay naiiba dahil ito lang ang klase ng paggamot **na nagtuturo sa katawan kung paano labanan ang cancer.** Para maintindihan kung paano ito naiiba sa mga alam nating paggamot sa cancer, magpatuloy tayo sa ating paghahalintulad sa hardin.

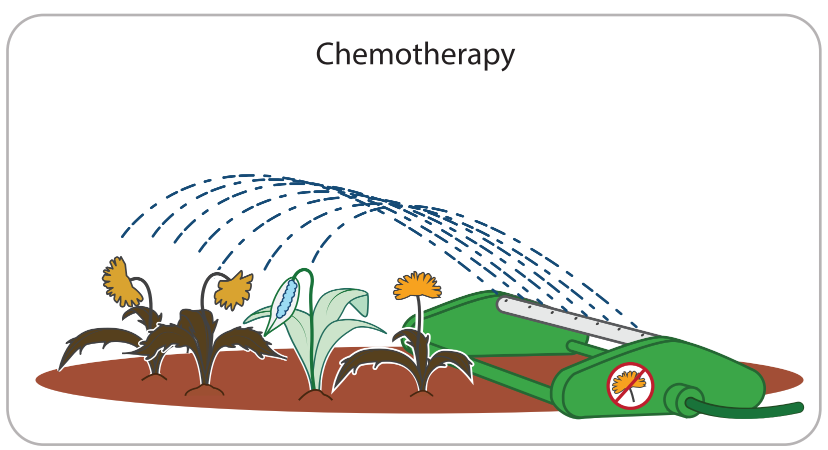
Kung ang katawan mo ay parang hardin, iisipin niyo ng iyong care team kung **paano tatanggalin ang damo** (ang mga cancer cell) **habang sinisigurado na hindi masyadong maaapektuhan ang mga magagandang halaman** (ang malulusog na cell).



Tinatanggal ng **surgery** ang malaking bahagi ng damo at lupa sa paligid nito. Pero minsan, may naiiwan pa ring mga ugat ng damo o nadadamay din ang mga magagandang halaman.

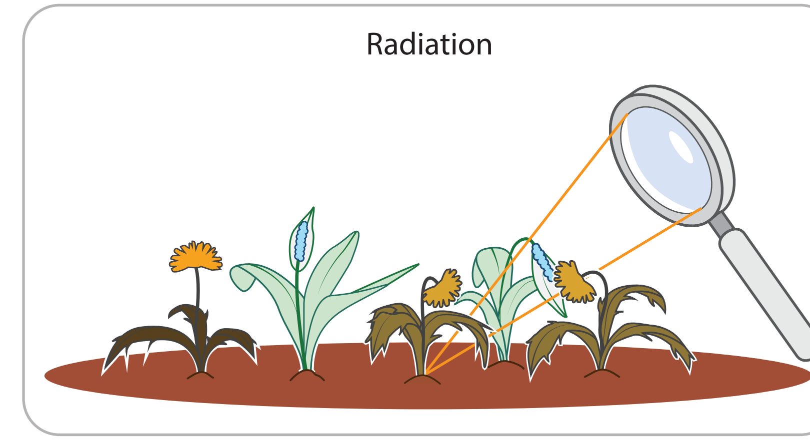


Ang **chemotherapy** ay parang paggamit ng pampatay ng masamang damo sa buong hardin. Hindi nito nasisigurado na mapapatay lahat ng masasamang damo at maaaring makapatay din ng magagandang halaman.

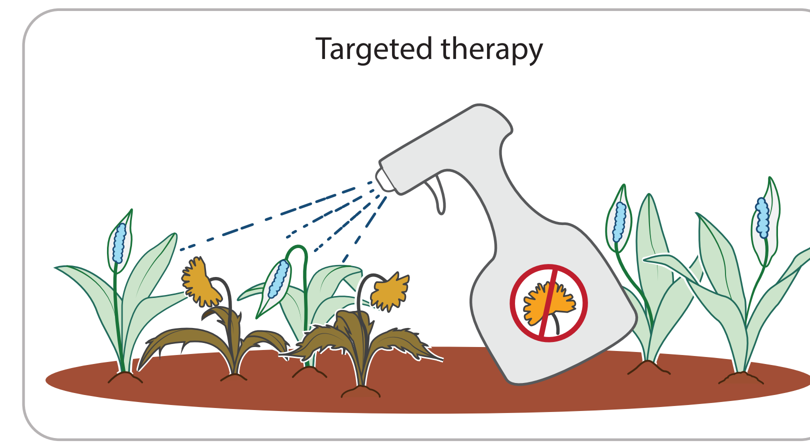


IKA-1 NA BAHAGI: ANG ISTORYA NG IMMUNO-ONCOLOGY

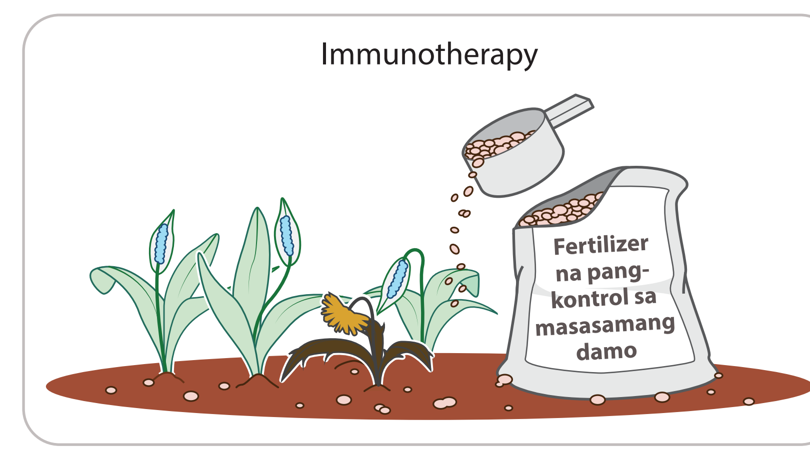
Radiation ang proseso kung saan parang pinapainit ang araw gamit ang magnifying glass para tutukan at patuyuin ang masasamang damo. Pero minsan ay nadadamay din ang mga magagandang halaman.



Sa **targeted therapy,** sa mismong masasamang damo winiwisik ang pampatay ng masasamang damo. Maaaring madamay pa rin ang mga magagandang halaman.



Imbis na sa masasamang damo lang nakatuon, ang **immunotherapy** ay parang paglagay sa lupa ng fertilizer na pang-kontrol ng masasamang damo. Tinutulungan ng fertilizer na ito na kontrolin ang masasamang damo para maibalik ang dating kalusugan ng hardin mo. Pero, kapag nasobrahan ang paggamit nito, maaaring makapinsala rin ito sa hardin mo.



Tanungin ang iyong care team para malaman kung anu-anong klase ng paggamot ang maaari mong magawa.

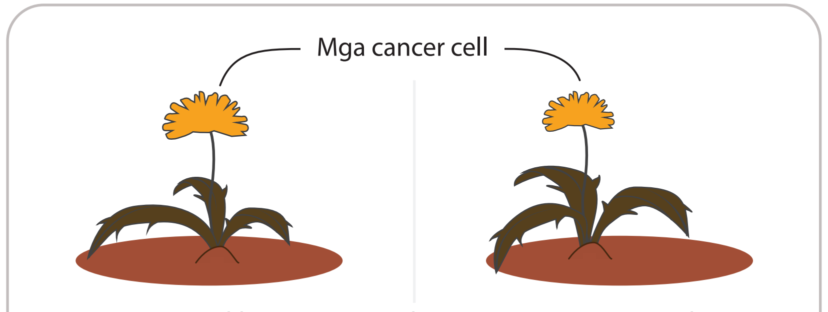
Ano ang biomarker test at ano ang kaugnayan nito sa mga pinagpipilian kong klase ng paggamot?

Maaaring magsagawa ang iyong care team ng iba't ibang mga test para mas maintindihan ang klase ng cancer na mayroon ka. Ang ilan sa mga test na ito ay tinatawag na **biomarker test.**

Ang pagsuri sa mga klase ng biomarker ay maaaring makatulong sa pagdedesisyon sa pamamagitan ng pagbibigay sa iyo ng iyong care team ng impormasyon ukol sa kung paano tumutugon ang iyong katawan **sa klase ng paggamot mo ngayon,** kung paano maaaring tumugon **sa potensyal na klase ng paggamot sa kalaunan.**

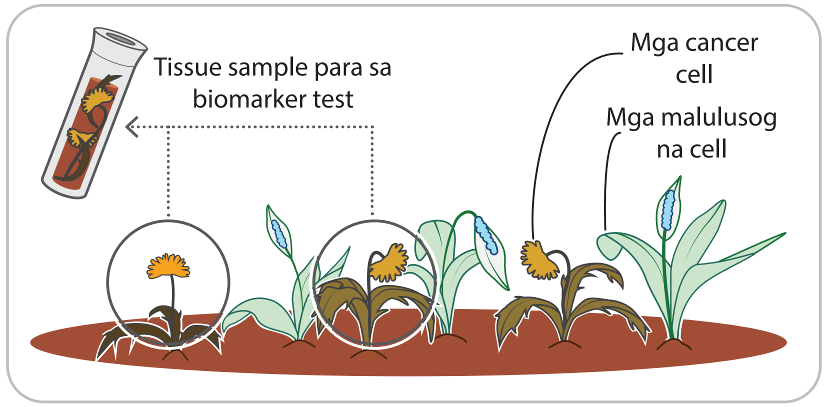
Depende sa klase ng cancer na mayroon ka, pag-uusapan ng iyong care team ang mga biomarker kapag sinusuri ang anumang opsyon sa paggamot ng cancer. Para maintindihan kung paano maaaring gamitin ang mga biomarker, ipagpatuloy natin ang istorya ng ating hardin.

Ang hardin ng bawat tao ay may iba't ibang klase ng masamang damo. At kahit mukhang pare-pareho ang itsura ng mga masamang damo na ito, ang bawat isa sa kanila ay may sariling katangian na makakaapekto sa desisyon ng hardinero kung paano sila tatanggalin.

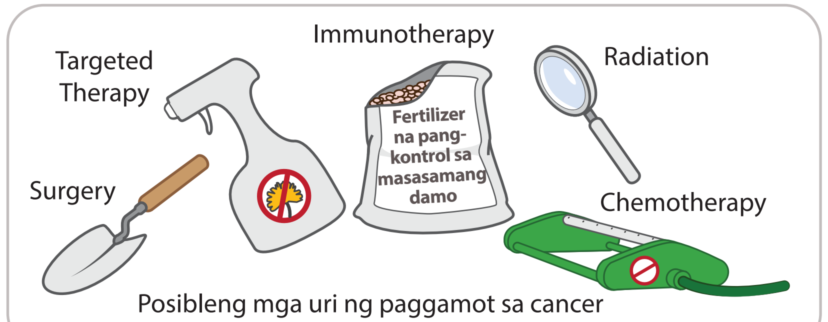


Maaaring magmukhang pare-pareho pero may sari-sariling katangian

Para malaman kung paano tatanggalin ang mga ito, kailangan suriin sila nang mas mabuti. Ang pagsasagawa ng biomarker test ay parang pagkuha ng ilang piraso ng damo mula sa hardin mo para tingnan sila nang mas malapitan.



Ang mga resulta ng test na ito ay gagabay sa iyo at iyong care team para mas maintindihan nang maigi kung paano mas ma-kontrol ang mga damo.



Posibleng mga uri ng paggamot sa cancer

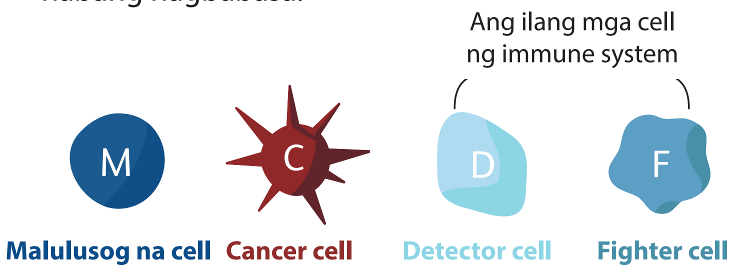
Ang immune system at cancer

Sasagutin ng mga sumusunod na pahina ang mga tanong na ito:

- **Ano ang tungkulin ng immune system?**
- **Paano ba "nililinlang" ng cancer ang immune system?**

Gabay sa cell

Hanapin ang mga pangunahing manlalarong ito habang nagbabasa:

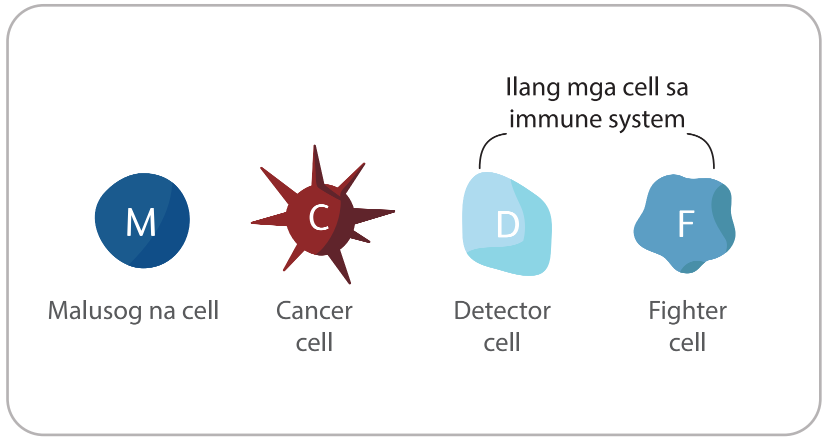


Ano ba ang tungkulin ng immune system?

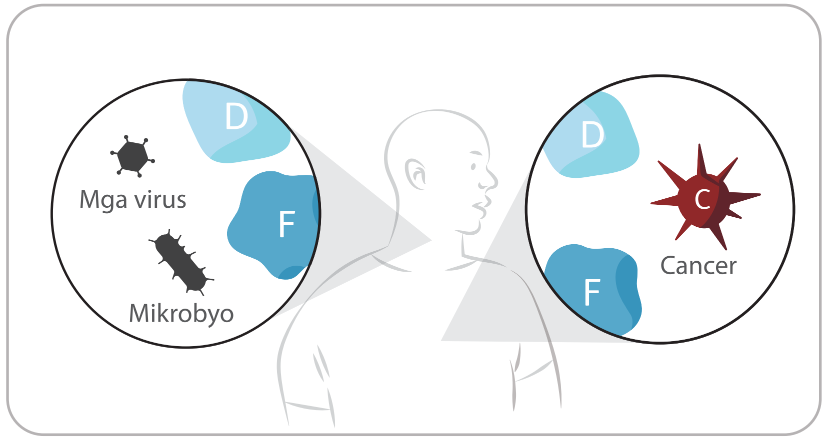
Pinoprotektahan ng iyong immune system ang mga malulusog na cell mula sa mga impeksyon at sakit. Maaari rin nitong pigilan ang pagdami ng mga hindi malusog na cell. Tingnan natin nang mas maigi.

Sa karaniwan, mayroon iba't ibang **malulusog na cell** sa iyong katawan. Sa ilang kaso, may mga cell na hindi malusog, tulad ng **mga cancer cell.**

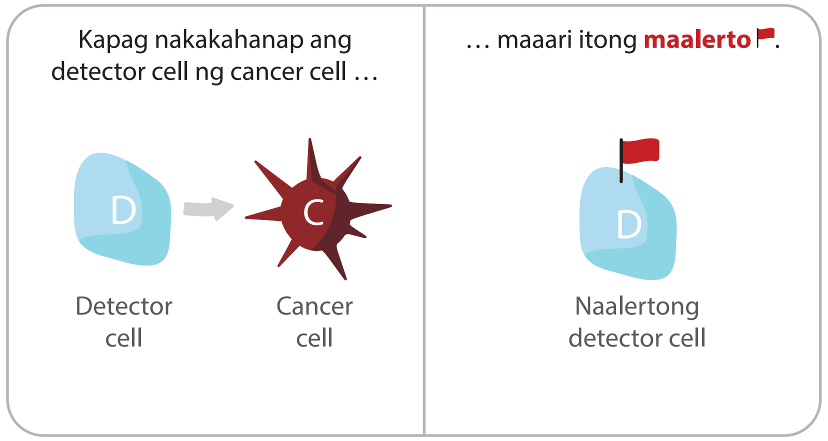
Ang iyong **immune system** ay gawa sa iba't ibang klase ng mga cell, kabilang ang: **mga detector cell** at **mga fighter cell.**



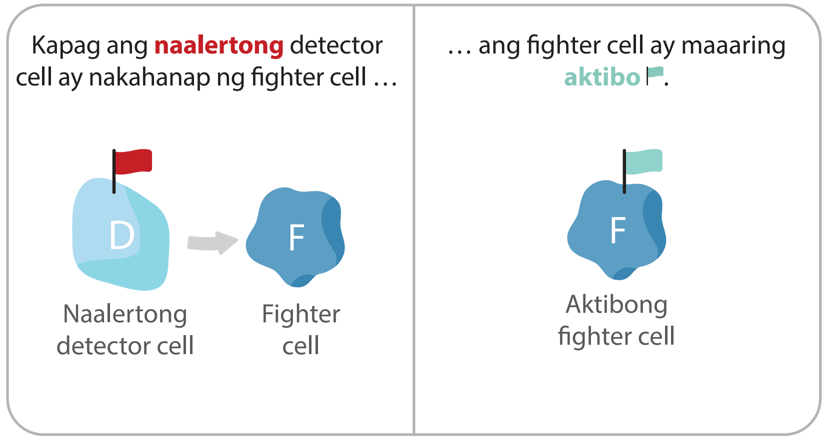
Umiikot sa iyong buong katawan ang mga detector cell at mga fighter cell. Naghahanap sila ng mga maaaring umatake mula sa labas ng katawan mo tulad ng mga virus at **mga mikrobyo,** at mga banta na nasa loob na ng katawan, tulad ng **cancer.**



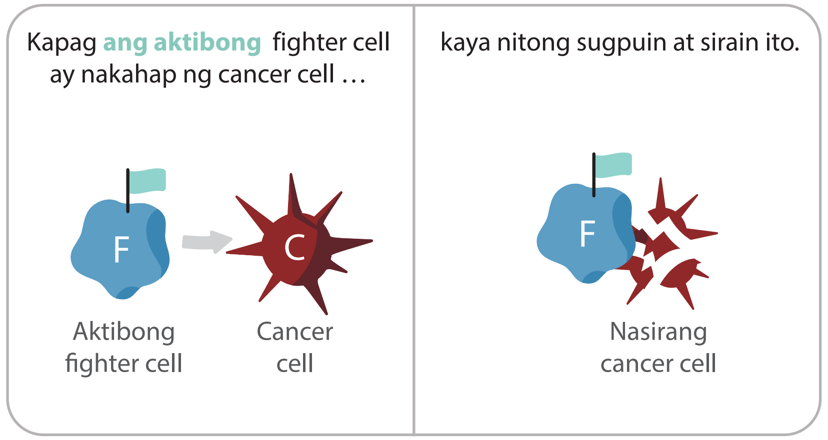
Sa normal na katawan, kapag nakakahanap ang detector cell ng banta – tulad ng cancer – sila ay **naaalerto.**



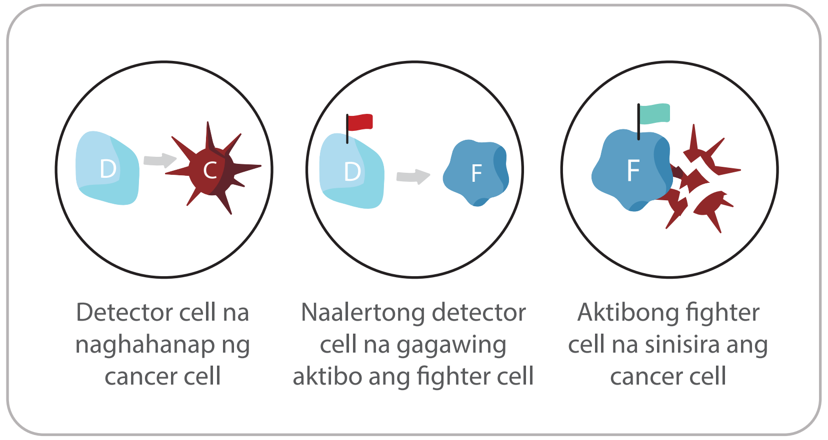
Ang mga detector cell na naalerto ay hahanap ng mga fighter cell para tumulong. Kapag nahanap na, **magiging aktibo ang mga fighter cell.**



Ang mga aktibong fighter cell ay maghahanap at sisira ng mga cancer cell.



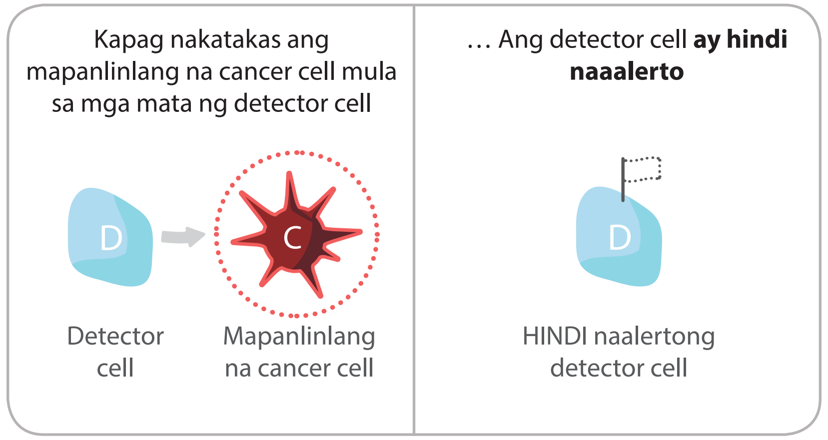
Dahil sa mga kaganapan na ito, nagkakaroon ang immune system ng kakayahan na panatilihing malusog ang katawan. **Lagi itong nangyayari sa iyong katawan.**



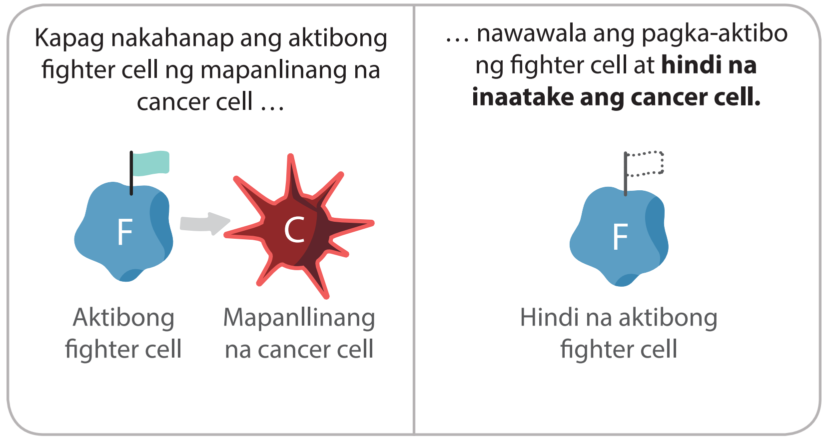
Paano ba nalilinlang ng cancer ang immune system?

Kayang linlangin ng mga cancer cell ang iyong immune system. Kayang baguhin ng mga cancer cell ang normal na reaksyon ng mga immune cell sa cancer. Tingnan natin nang mas mabuti.

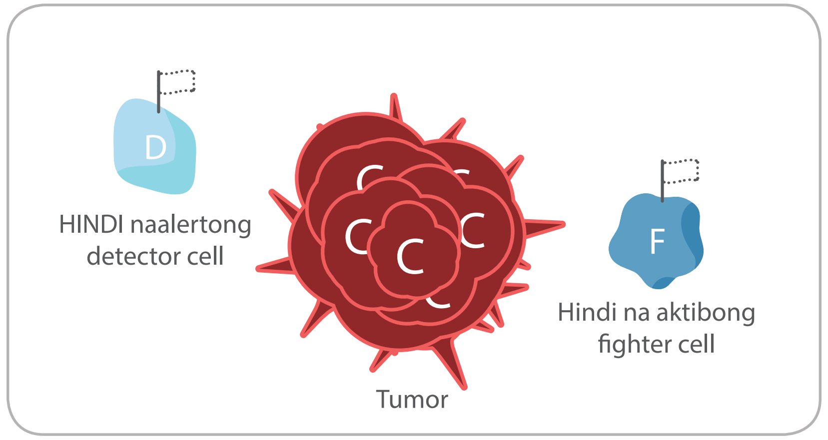
Ang mga mapanlinlang na cancer cell ay kayang tumakas mula sa mga detector cell. Ang resulta: hindi naaalerto ang mga detector cell.



Ang mga fighter cell ay hindi nagiging aktibo dahil sa mapanlinlang na mga cancer cell. Dahil dito, hindi na nila inaatake ang mga cancer cell.



Sa kalaunan, ang mga mapanlinlang na cancer cell na **nakatakas mula sa mga detector cell at mga hindi aktibong fighter cell** ay patuloy na tumutubo hanggang sa maging tumor.



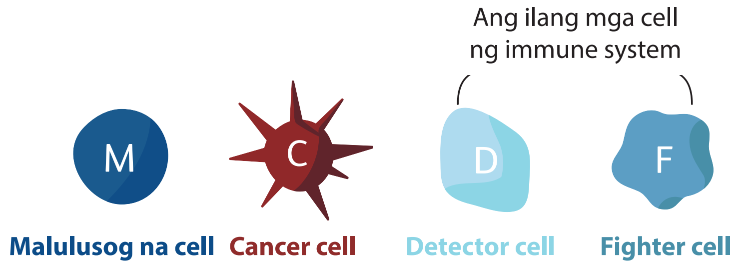
Ang immunotherapy bilang opsyon sa paggamot

Sasagutin ng mga sumusunod na pahina ang mga tanong na ito:

- **Paano ba tinutulungan ng immunotherapy ang immune system na labanan ang cancer?**
- **Ano kaya ang maaaring mangyari kung nag-immunotherapy ako kasabay ng iba pang uri ng paggamot sa cancer?**

Gabay sa cell

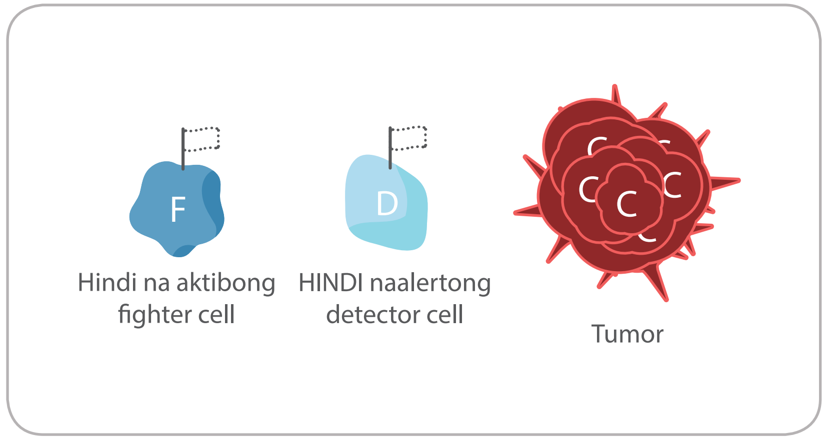
Hanapin ang mga ito habang binabasa ang gabay:



Paano ba tinutulungan ng immunotherapy ang immune system na labanan ang cancer?

May iba't ibang klase ng immunotherapy. Lahat sila ay may sari-sariling paraan ng pagtulong sa immune system. Tingnan natin nang mas maigi.

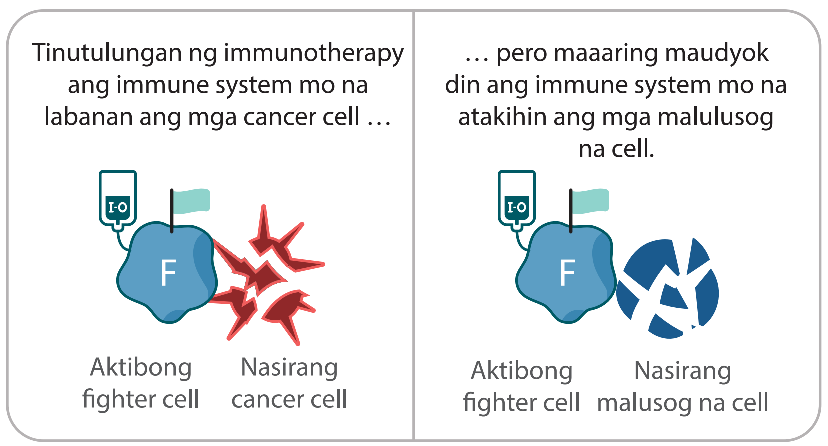
Ang mga mapanlilang na cancer cell **ay kayang tumakas mula sa mga detector cell** at **gawing hindi aktibo ang mga fighter cell.** Ang resulta: patuloy na tutubo ang mga cancer cell na ito hanggang sa maging tumor.



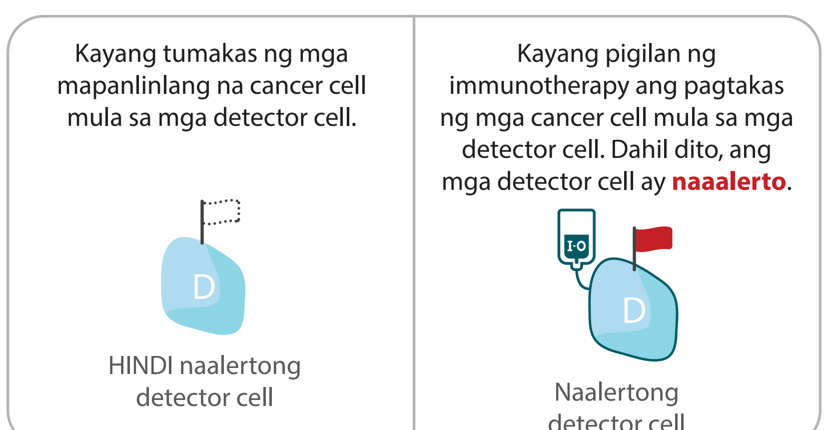
Ang iyong immune system **ay mangangailangan ng tulong para muling hanapin at sirain ang mga mapanlinlang na cancer cell.**

Dito pumapasok ang immunotherapy.

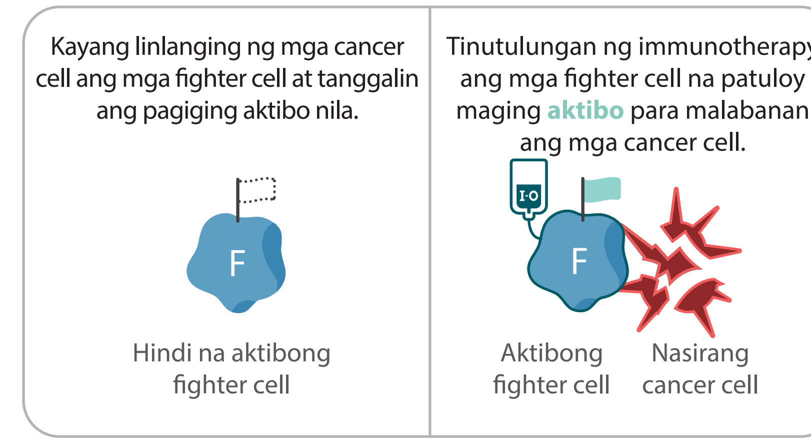
Ang immunotherapy ay maaaring makatulong sa iyong **immune system**. Pero maaaring madamay din ng immunotherapy ang mga malulusog mong cell.



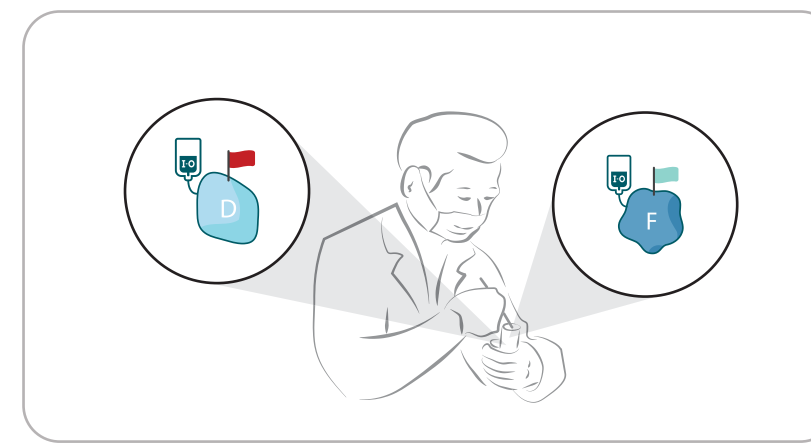
May mga klase ng immunotherapy na kayang tulungang ang detector cell na maging mas masinop sa paghahanap ng mga cancer cell. Ang mga detector cell ay maaaring **maalerto**.



Kaya ng ibang immunotherapy na gawing **patuloy na aktibo ang mga fighter cell.** Nagkakaroon ng kakayahan ang mga aktibong fighter cell na atakihin ang mga cancer cell.



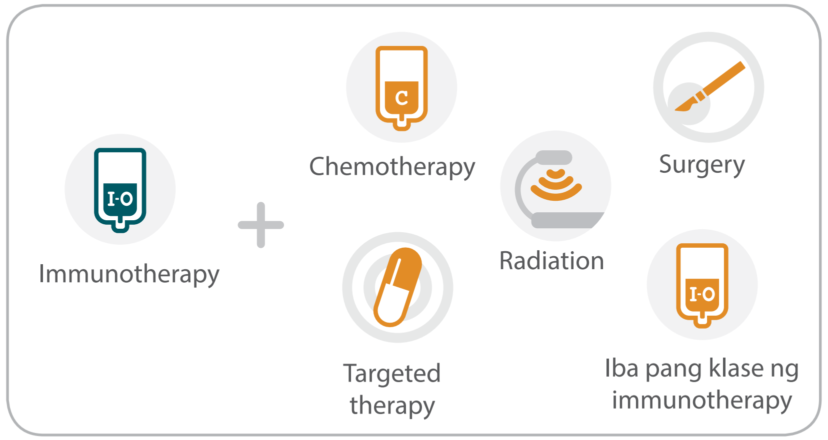
Patuloy ang pagsusuri tungkol sa mga bagong klase ng immunotherapy at kung paano nito matutulungan ang iyong immune system na lumaban sa cancer.



Ano kaya ang maaaring mangyari kung nag-immunotherapy ako kasabay ng iba pang uri ng paggamot sa cancer?

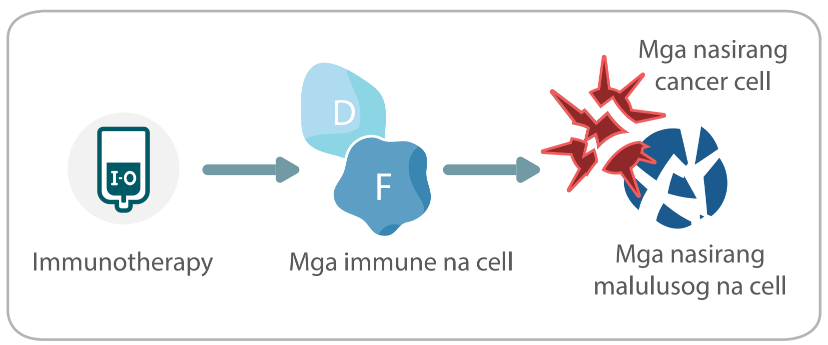
Patuloy ang pagsusuri tungkol sa kakayanan ng immunotherapy na maging epektibo kasabay ng iba pang uri ng paggamot sa cancer. Kadalasan **kapag gumagamit ng higit pa sa isang uri ng paggamot, tumataas ang probablidad na makaranas hindi lang ng mga magagandang resulta, pati na mga posibleng masasamang epekto rin.**

Maaaring gamitin ang immunotherapy kasabay ng iba pang uri ng paggamot, tulad ng chemotheraphy, radiation, surgery, targeted therapy at iba pang klase ng immunotherapy.



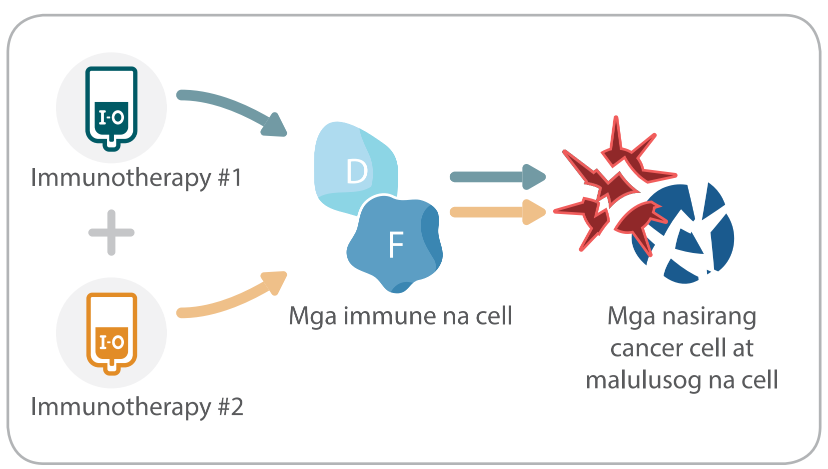
Isang klase ng immunotherapy:

Ang paggamit ng isang klase ng immunotherapy ay maaaring makatulog sa immune system na lumaban sa cancer. Pero, maaari rin itong makapinsala.



Dalawang klase ng immunotherapy na ginamit sabay:

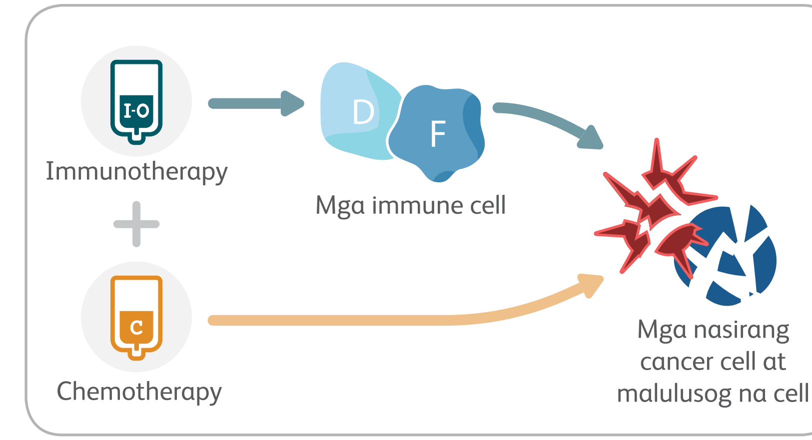
Kapag pinagasbay ang dalawang klase ng immunotherapy, **mas mataas ang probablidad na aatakihin ng mga immune cell mo ang cancer. Pero mas mataas din ang probablidad na madamay ang mga malulusog na cell.**



Immunotherapy na may chemotherapy:

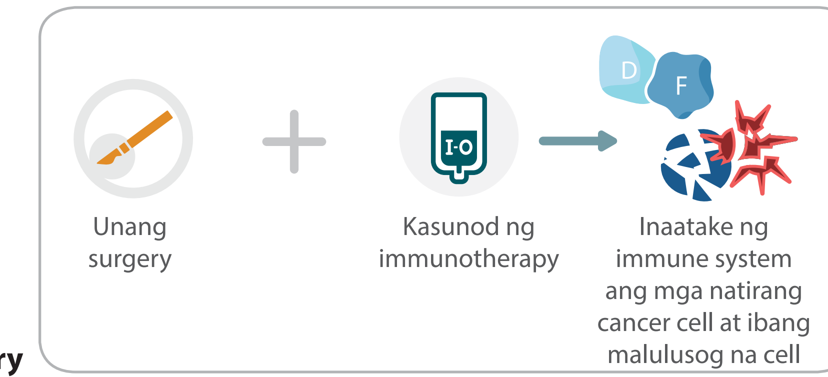
Pareho ang konsepto kapag ginamit ang immunotherapy kasabay ng iba pang uri ng paggamot sa cancer.

Mas mataas ang probabilidad na maging epektibo ang pakikipaglaban sa cancer pero **mataas din ang probabalidad na mapinsala ang mga malulusog na cell.**



Immunotherapy na may surgery:

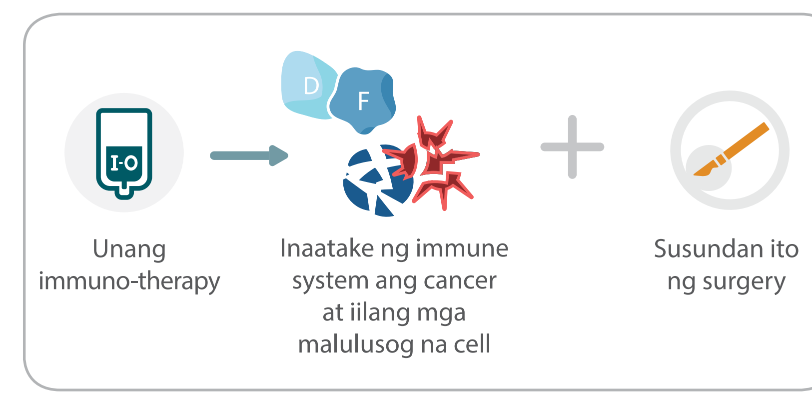
Maaaring irekomenda ng iyong doktor na **mag-immunotherapy pagkatapos ng surgery o mag-surgery pagkatapos ng immunotherapy.**



Maaaring mauna ang surgery na susundan ng immunotherapy para tulungan ang iyong immune system na labanan ang mga cancer cell na hindi nakuha sa surgery. Tinatawag itong "adjuvant" therapy.

Maaaring mauna ang immunotherapy para tulungan ang immune system na atakihin ang cancer at paliitin ang tumor. **Susundan ito ng surgery.**

Ang tawag dito ay "neoadjuvant" therapy. Maaari kang magpa-surgery **habang** tumatanggap ng immunotherapy. Ang tawag dito ay "perioperative" therapy.



Kausapin mo ang iyong care team tungkol sa kung ano ang pinakamainam na uri ng paggamot para sa iyo.

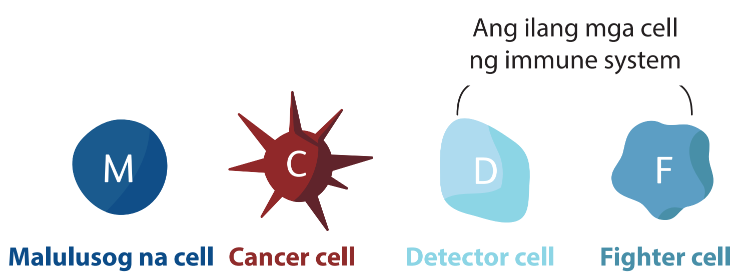
Mga posibleng epekto ng immunotherapy

Sasagutin ng mga sumusunod na pahina ang mga tanong na ito:

- **Paano kaya tutugon ang tumor ko sa immunotherapy?**
- **Paano nakakasanhi ng mga side effect ang immunotherapy?**
- **Ano ang mga posibleng side effect ng immunotherapy?**
- **Ano ang dapat kong gawin kung ako ay makaranas ng mga side effect?**

Gabay sa cell

Hanapin ang mga ito habang binabasa ang gabay:

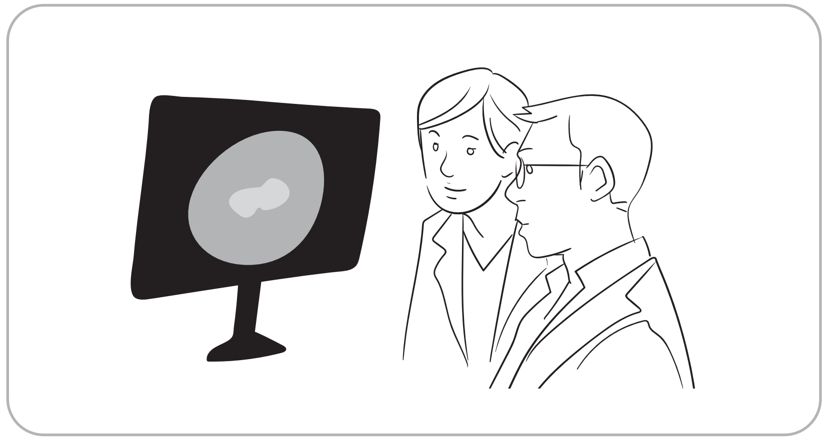


IKA-1 NA BAHAGI: ANG ISTORYA NG IMMUNO-ONCOLOGY

Paano kaya tutugon ang tumor ko sa immunotherapy?

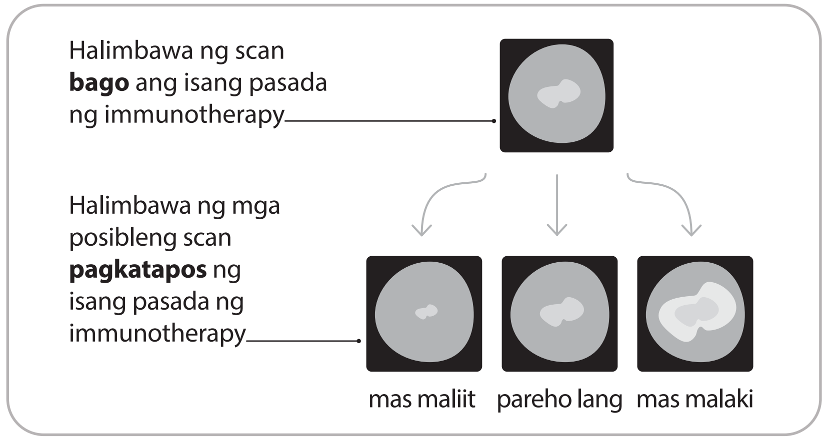
Iba't iba ang pagtugon ng tumor sa immunotherapy. Depende ito sa klase ng immunotherapy at sa kung paano naaapektuhan ang iyong immune system. Para sa ibang tao, maaaring mapaliit ng immunotherapy ang kanilang tumor. Para sa iba naman, maaaring mapahinto ang paglaki ng tumor, pero hindi napapaliit. Maaari rin naman na hindi tumugon ang tumor sa immunotheraphy.

Sa iyong mga appointment, maaaring magsagawa ng mga scan ang iyong care team para masubaybayan ang iyong paggaling.



Pagkatapos ng isang pasada ng immunotherapy, maaaring ang tumor ay magmukhang **mas maliit, pareho lang ang laki, o mas malaki pa** kumpara sa dati.

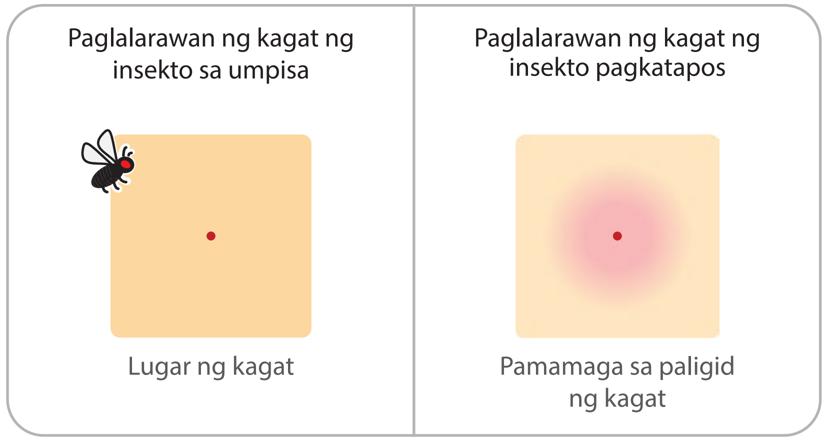
Kung mukhang mas malaki ang tumor mo sa mga scan, hindi ibig sabihin ay hindi gumagana ang immunotherapy.



Para sa ibang tao na **nag-surgery muna bago nag-immunotherapy,** maaaring iba ang itsura ng mga scan kumpara sa mga halimbawa na ipinakita.

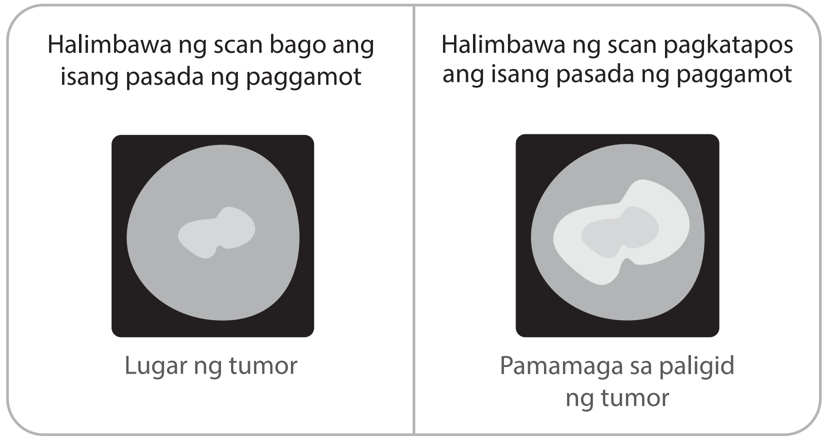
Maaaring ihantulad sa halimbawa na ito ang rason kung bakit puwede ito mangyari.

Isipin ang kagat ng insekto, kung saan ang balat ay nagiging mapula, mainit at namamaga sa lugar na kinagatan. Indikasyon ito ng **inflammation** na resulta ng **reaksyon ng immune system mo sa posibleng banta, hindi sa kagat mismo.**



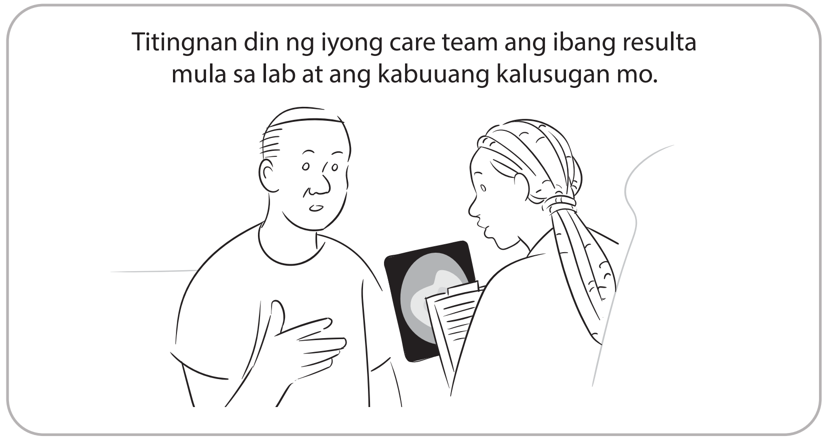
Maaaring matulad dito ang mga scan mo. Kapag ang immunotherapy ay gumagana **maaaring may inflammation sa paligid ng tumor** dahil pinapaikutan ito ng iyong immune system.

Puwede nitong pagmukhain na mas malaki ang tumor mo sa mga scan.



Sa ibang mga kaso, kapag mukhang mas malaki ang tumor sa mga scan, maaaring hindi gumagana ang immunotherapy at talagang lumalaki ang tumor. **Iba-iba ang reaksyon ng tao sa immunotherapy.**

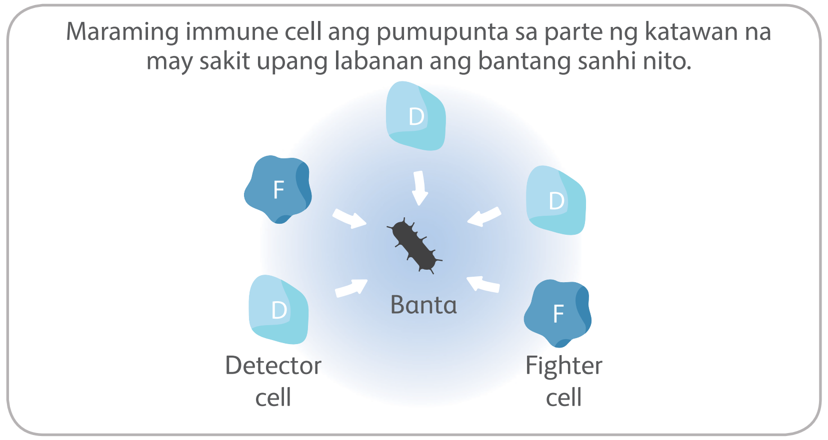
Ang scan ay hindi natatanging basehan kung gumagana ba ang immunotherapy. **Titingnan din ng iyong care team ang ibang resulta mula sa lab at ang kabuuang kalusugan mo.**



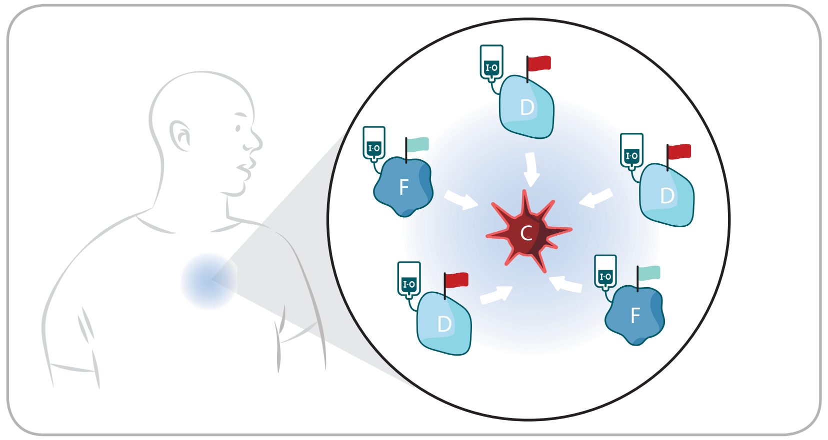
Paano nakakasanhi ng mga side effect ang immunotherapy?

Ang mga side effect ay nangyayari dahil maaaring magdulot ang immunotherapy ng inflammation sa katawan, **lagpas sa lugar ng tumor.** Maaaring seryoso o nakamamatay ang ibang side effect.

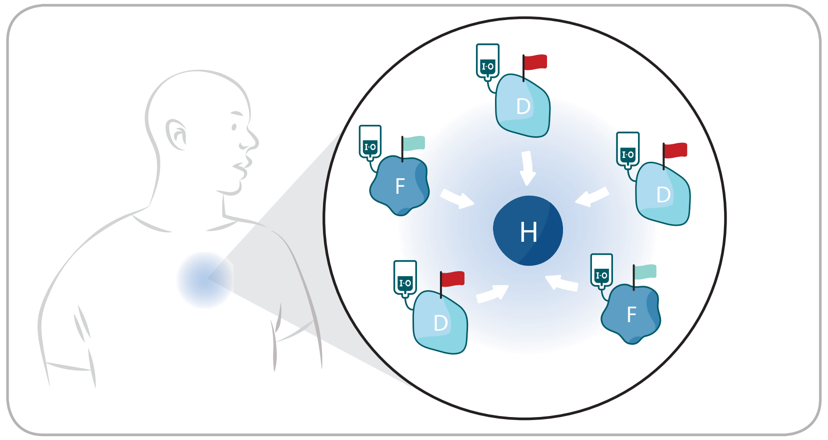
Nangyayari ang inflammation kapag maraming immune cell ang lumilipat sa parte ng katawan na may sakit. Ginagawa nila ito upang labanan ang banta.



Tinutulungan ng immunotherapy ang iyong mga immune cell na **atakihin ang mga cancer cell.** Maaaring magdulot ito ng inflammation sa paligid ng tumor.

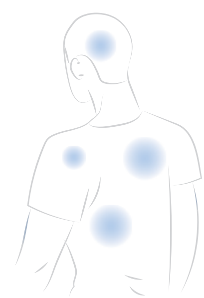


Pero maaari ring **atakihin ang mga malulusog na cell** ng mga immune cell dahil sa immunotherapy. Nagdudulot ito ng inflammation sa mga parte ng katawan na wala naman sakit.



Sa mga immune cell ng katawan nagaganap ang immunotherapy. Dahil dito, maaaring mangyari ang pamamaga kahit saan. Maaari ring mangyari ito habang o pagkakatapos ang gamutan.

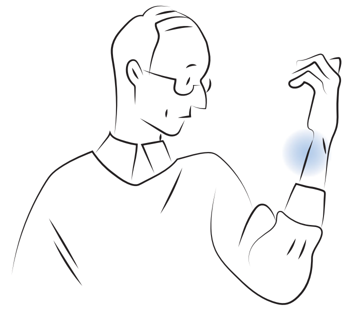
Sa mga immune cell ng katawan nagaganap ang immunotherapy. Dahil dito, maaaring mangyari ang pamamaga kahit saan.



Iba-iba ang epekto ng pamamaga. Nakadepende ito sa parte ng katawan.

Malamang ay pamilyar ka sa pamamaga na nangyayari sa balat. Pamamaga at pamumula ang mga marka nito. Pero hindi lang ito ang mga natatanging senyales. Halimbawa, ang inflammation na nangyayari sa baga ay puwedeng magmukhang ubo.

Ang inflammation na nangyayari sa balat ay pamamaga at pamumula.



Ang pamamaga na nangyayari sa baga ay ubo.

Hindi lang pamamaga ang natatanging sanhi ng mga side effect ng immunotherapy.

Ang ibang mga side effect ng immunotherapy ay seryoso at nakamamatay. Ang ibang side effect **ay maaaring magsimula habang o pagkatapos ng paggamot.**

Ugaliing ipaalam sa iyong care team ang anumang mga pagbabagong nararamdaman. Magiging mas madali para sa kanila na tulungan ka.

Tandaan na laging irekord ang mga pagbabago sa iyong katawan, kahit pa matagal na ang huling pagpapagamot.

Ano ang mga posibleng side effect ng immunotherapy?

Ang iyong care team ang nakakaalam kung ano ang mga side effect na baka maranasan mo. **Humingi sa iyong care team ng listahan ng mga side effect para handa ka sakali man may maranasan ka**.

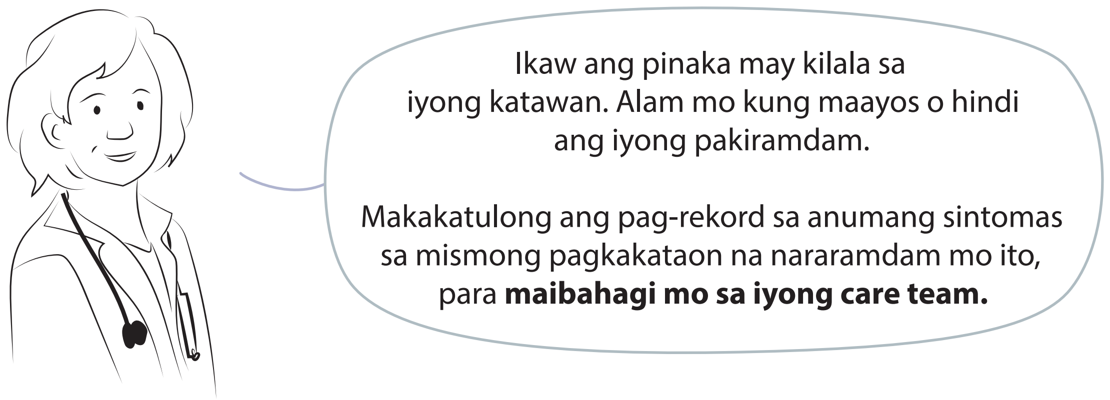
Nakadepende ang side effect na mararanasan mo sa kombinasyon ng paggamot na nakukuha mo at sa kung paano nito naaapektuhan ang iyong immune system. Iba-iba ang mga side effect na puwedeng maranasan ng bawat tao mula sa immunotherapy.

Tandaan, **maaaring makaranas ng mga side effect habang o pagkatapos ng iyong immunotherapy.** Maaaring mangyari ang mga side effect na ito kahit saan sa katawan at ang iba, maaaring seryoso o nakamamatay.

Maaari kang bigyan ng iyong care team ng listahan ng mga posibleng side effect na mararanasan mula sa mismong klase ng immunotherapy mo. Kausapin mo ang iyong care team upang mas maintindihan ang mga posibleng side effect ng immunotherapy.

Ano ang dapat kong gawin kung makaranas ako ng mga side effect?

Importante na laging ipaalam ang anumang nararamdaman sa iyong care team. Ugaliing sabihin sa iyong care team ang anumang pagbabago sa katawan **na ngayon mo lang napansin, naiiba o binibigyan ka ng paghihirap.** Irekord ang mga sintomas, at kung may caregiver ka, ipaalam mo rin ang mga ito sa kanila.



Mga puwedeng makatulong sa iyo para mas mabigyan ng tamang pansin ang mga side effect mo:

- Maghanap ng paraan na mapapadali ang pagrerekord nito, tulad ng pagsusulat sa isang talaarawan.
- Isulat mo ang lahat ng iyong nararamdaman pagkatapos ng bawat immunotherapy.
- Ipaalam mo sa iyong care team ang anumang mga pagbagagao na ngayon mo lang napansin, naiiba o binibigyan ka ng paghihirap.
- **Ipaalam agad sa iyong care team ang mga side effect mo! Maaaring makatulong ito sa kanila sa paghahanap ng paraan upang mapagaan ang mga nararamdaman mo.**

IKA-2 NA BAHAGI
Ang iyong karanasan sa cancer

Mga parte ng ika-2 na bahagi:

Ang pinagdadaanan mo sa iyong paggamot 28
Unawain ang cancer survivorship 36
Ang kalusugang emosyonal 40
Pakikipagusap sa iyong care team at pagdami ng kaalaman 44

Ang pinagdadaanan mo sa iyong paggamot

Sasagutin ng mga sumusunod na pahina ang mga tanong tungkol sa pinagdaanan dati, habang at pagkatapos ng paggamot.

Bago ang paggamot:

- **Ano ba ang mga dapat kong unawain bago ako magsimula ng immunotherapy?**
- **Saan ako mas makakakuha ng karagdagang impormasyon tungkol sa immunotherapy?**

Habang ginagamot:

- **Ano kaya ang puwede kong pagdaanan habang tumatanggap ng immunotherapy?**
- **Paano ko puwedeng paghandaan ang bawat paggamot ko?**
- **TELEMEDICINE** (may kasamang apat na tanong)

Pagkatapos ng paggamot:

- **Ano ang puwede kong pagdaanan ngayon na tapos na ako sa paggamot ko?**

Ano ang mga dapat kong unawain bago mag-immunotherapy?

Maaari mong suriin ang mga bagay na ito:

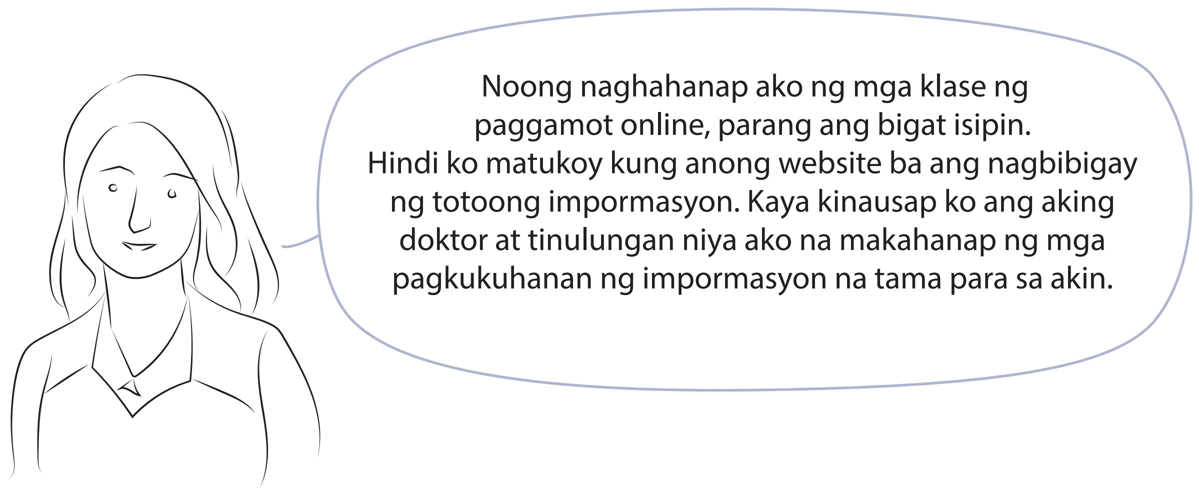
- Anong klaseng **suporta mula sa pamilya at mga kaibigan** ang kakailanganin ko para magpadaanan ko ito?
- Paano ako **makakarating sa ospital o clinic** para sa paggamot ko?
- Maaari ba akong **maka-leave mula sa trabaho** kung kinakailangan?
- Paano ko maipagpapatuloy **ang mga bagay** na importante sa akin?
- Kaya ko **bang bayaran ang paggamot na ito?**

Ipaalam sa iyong care team ang iyong mga pagaalinlangan tungkol sa immunotherapy. **Importante na makausap mo ang iyong care team nang tapat at totoo upang mas maibahagi mo ang mga bagay na importante sa iyo.**

Saan ako maaaring makakuha ng karagdagang impormasyon tungkol sa immunotherapy?

Ang iyong care team ang pinakamagandang pinagkukunan ng impormasyon. Kaya nilang:

- Sagutin ang iyong **mga tanong tungkol sa immunotherapy**
- Mag-rekomenda **ng tamang pagkukuhanan ng impormasyon**



Ano kaya ang aking magigiging karanasan sa immunotherapy?

Ang pag-immunotherapy ay malaking desisyun na iyong gagawin kasama ang iyong care team. Natatangi ang magiging karanasan mo sa immunotherapy. Tandaan na hindi gumagana sa lahat ang immunotherapy.

Ang kabuuang pagdadaanan sa immunotherapy ay maaaring maging ganito:

1. Ang pag-iisip kung pipiliin ang immunotherapy bilang uri ng paggamot

- **Kausapin ang iyong doktor tungkol sa immunotherapy** at kung paano ito naiiba mula sa iba mo pang uri ng paggamot sa cancer
- Isipin ang mga importanteng **mga bagay sa buhay** tulad ng gastos, pagbiyahe at oras na ilalaan
- Isipin kung kaya mo bang:
  - **Kausapin ang iyong care team** tungkol sa lahat ng mga side effect mo
  - **Laging ipaalam sa iyong care team** ang estado ng kalusugan mo
  - **Maging aktibong kalahok** ng iyong care team sa immunotherapy mo

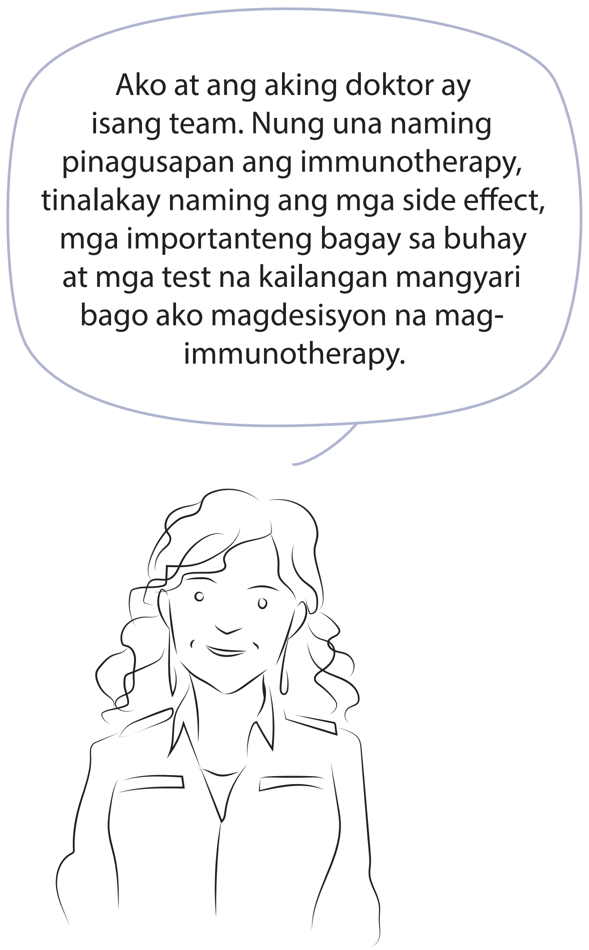
Kapag napagdesisyunan niyo na ng iyong doktor na mainam ang immunotherapy para sa iyo, pupunta ka na sa pagalawa at pangatlong parte.

2. Ang pagiging aktibong kalahok sa iyong paggamot

- **Puntahan** ang lahat ng iyong-mga-immunotherapy appointment
- **Ipaalam sa iyong care team ang lahat ng nararamdam mo** kasama na ang mga bagay na ngayon mo lang napansin, naiiba o binibigyan ka ng paghihirap
- **Magpagawa ng mga medical test** para laging makita ang direksyon ng paggamot mo at mga posibleng side effect

3. Pagsubaybay sa iyong kalusugan

- **Laging subaybayan ang iyong kalusugan, kasama na ang mga side effect**
- Kausapin ang mga tao sa paligid mo tungkol sa **klase ng suporta na kakailanganin mo**

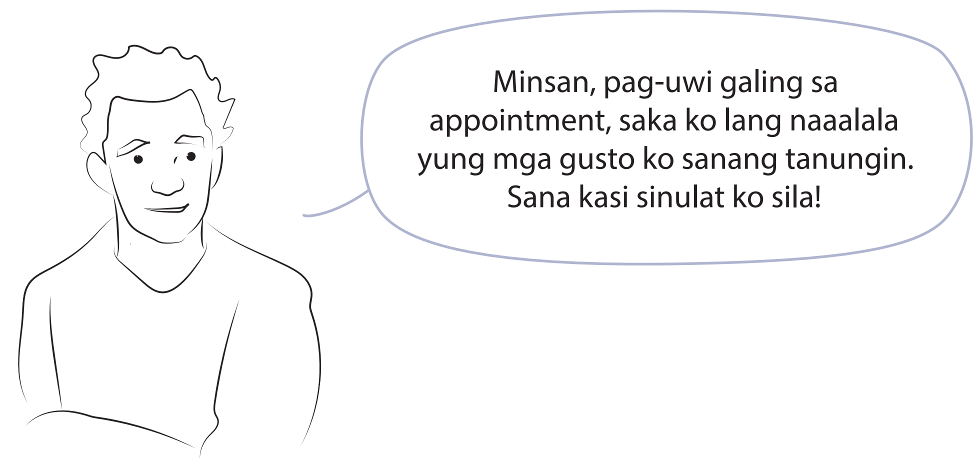


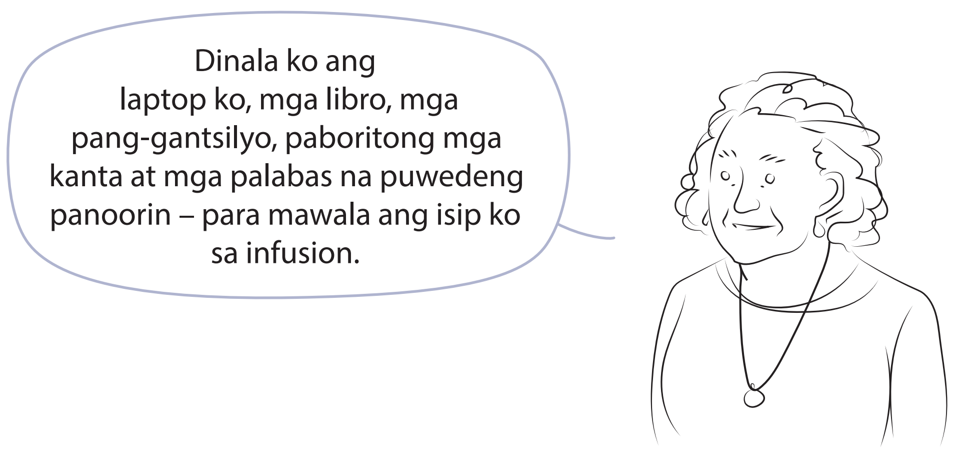
IKA-2 NA BAHAGI: ANG IYONG KARANASAN SA CANCER — HABANG IKAW AY GINAGAMOT

Paano ko paghahandaan ang aking paggamot?

Maaaring gawing ang mga sumusunod bago ka pumunta sa iyong paggamot.

- **Tumawag nang mas maaga para masigurado ang appointment.** Tanunging kung **ano ang kailangan dalhin** o ano ang kailangan ihanda
- **Ayusin ang transportasyon** papunta at galing sa ospital o clinic
- **Isulat ang lahat ng tanong** na mayroon ka at anumang bagay na nais ibanggit sa iyong care team (tulad ng mga bagay na ngayon mo lang napansin, naiiba o binibigyan ka ng paghihirap)
- **Itago ang impormasyon tungkol** sa iyong kalusugan sa isang lugar at dalhin ito sa bawat pagpunta sa ospital o clinic
- **Magdala ng puwedeng gawin** habang naghihintay o habang tinatanggap ang iyong infusion
- **Magdala ng pangalawang tao**--kaibigan o kapamilya na puwedeng maging pangalawang mata at tainga sa appointment mo





Ano ang telemedicine?

Telemedicine ay ang pakikipagusap sa iyong doktor gamit ang computer, tablet o smartphone. Kasama rin dito ang pakikipagusap sa iyong care team gamit ang text, direct message o mga online health record.

Kumpara sa dati, mas ginagamit na ngayon ang telemedicine lalo na para sa mga taong hindi makapunta ng ospital o clinic. Epektibo ito sa bawat parte ng paggamot – diagnosis, mismong paggamot at mga appointment pagkatapos.

Ano ang mga puwedeng magawa sa telemedicine?

Kung ano man ang ginagawa sa clinic – pakikipagusap sa iyong care team o mga bahagi ng physical exam - maaaaring gawin sa telemedicine appointment.

Sa isang telemedicine appointment, kaya ng iyong care team na:

- **Makita** ang iyong anyo at kung may pamumula o pamamaga
- **Marinig** kung ikaw ay inuubo o may kahirapan sa paghinga
- **Maibahagi** ang iyong mga scan sa email o sa computer screen
- **Magbigay** ng suportang emosyonal at marami pang iba

Maaari ka ring turuan ng iyong care team kung paano suriin ang sariling heartbeat, blood pressure at temperatura gamit ang mga device na mayroon ka sa bahay. Puwede rin nila ipakita sa iyo kung paano gawin ang iba pang parte ng physical exam.

Sabihin sa iyong care team ang lahat ng gusto mo o ng iyong caregiver na malaman o matutunan habang nasa telemedicine appointment.

Ano ang mga kagandahan ng telemedicine?

Hinahayaan ka ng telemedicine na:

- Maging **mas kalmado** dahil nasa bahay ka lang
- **Ipakita sa iyong doktor ang mga pang-araw-araw mo na gawain**
- Imbitahin **ang iyong caregiver, kapamilya o kabigigan na sumali** sa telemedicine appointment kahit nakatira sila sa malayo
- **Hindi na bumiyahe** lalo na kung marami kang ibang mga appointment
- **Hindi na aabalahin kung sino ang mag-aalaga sa mga anak** kung kailangan pumunta ng parehong magulang sa appointment
- **Matingnan sa telemedicine appointment** kung may mga bagay ka na kinakailangan ipaalam agad
- Gamitin ang telemedicine para **kilalanin ang mga doktor** bago mag desisyon kung sila na nga ba ang tamang doktor para sa iyo
- Magtanong sa iyong care team **habang hinihintay ang susunod na pagbisita sa ospital o clinic**
- **Makita ang iyong mga scan** agad-agad
- Maging mas aktibo sa iyong paggamot **at matutunan kung paano gawin ang ibang parte ng physical exam** sa sarili mo

Maraming pasyente ni hindi alam na puwede pala silang mag-telemedicine. Ang iba, nag-aalala na baka mahirap gamitin ang teknolohiya. Ang iba naman, nag-aalala na baka dahil walang physical exam, may mga hindi makita ang doktor na importante.

Sabihin sa iyong care team ang lahat ng gusto at hindi gusto tungkol sa telemedicine.

Paano ko paghahandaan ang aking mga telemedicine appointment?

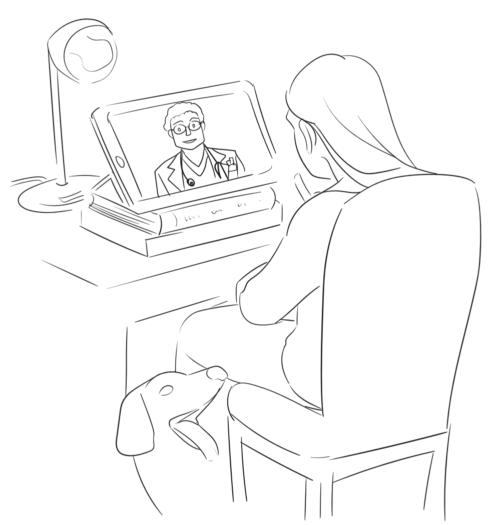
Importante na maayos ang lahat bago ang iyong telemedicine appointment. Kapag mas handa ka, mas magiging madali ang telemedicine appointment. Habang kinukumpirma mo ang telemedicine appointment mo, mainam na kausapin ang iyong care team tungkol sa paghahahanda para dito.

Maaaring gawin ang mga sumusunod ilang araw bago ang telemedicine appointment mo:

- **Tanungin ang iyong care team kung anong mga device ang kakailanganin** baka makahiram ka pa ng device mula sa iyong care team
- **Tanungin ang iyong care team kung ano ang dapat i-download** at kung gagana ba ang device mo sa mga application na kailangan para sa iyong telemedicine appointment
- **Tanungin ang iyong care team kung may translator ba** na maaaring sumali sa telemedicine appointment, kung sakaling kakailanganin
- **Isulat ang lahat ng mga tanong** na gustong ibahagi at anuman ang iba pang gustong pagusapan para hindi mo makalimutan habang ikaw ay nasa tawag na
- **Mag-imbita ng caregiver, kapamilya o kaibigan na sumali sa tawag** kahit sila pa ay nasa malayo. Ang ibang mga caregiver, maaari kang tulungan sa teknolohiya at i-anggulo ang camera para mapakita ang mga side effect na baka hindi mo kayang mapakita

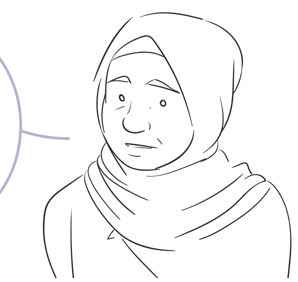
Para maging epektibo ang telemedicine appointment, maghanap ng maliit, pribado at tahimik na lugar sa iyong bahay. Gamitin ang checklist na ito:

- Lumugar sa **mailawalas na parte ng bahay** maaari ka ring maghanda ng flashlight
- Ilagay ang **camera sa posisyon na kaharap ang mga mata mo**
- Magsuot ng **maluwag na damit** para mapakita ang mga side effect
- Kapag gamit ay **phone o tablet, gamitin ang libro bilang sandalan nito** para libre ang mga kamay mo
- Ihanda ang **mga tanong, ballpen at iba pang gustong ibahagi**
- Umupo **sa komportableng lugar**



Ano ang aking magiging karanasan pagkatapos ang paggamot sa akin?

Iba-iba ang karanasan ng bawat tao pagkatapos ng paggamot sa kanila. May mga bagay na baka maging importante sa iyo pagkatapos ng iyong paggamot.



Unawain ang cancer survivorship

Sasagutin ng mga sumusunod na pahina ang mga tanong na ito:

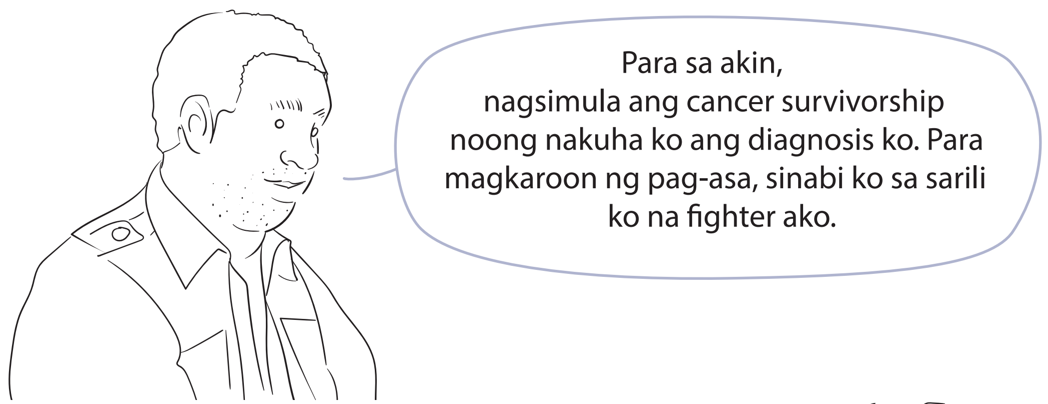
- **Ano ang cancer survivorship?**
- **Ano ang mga bahagi nito?**
- **Ano ang survivorship care plan?**
- **Kailangan ko ba ng survivorship care plan?**

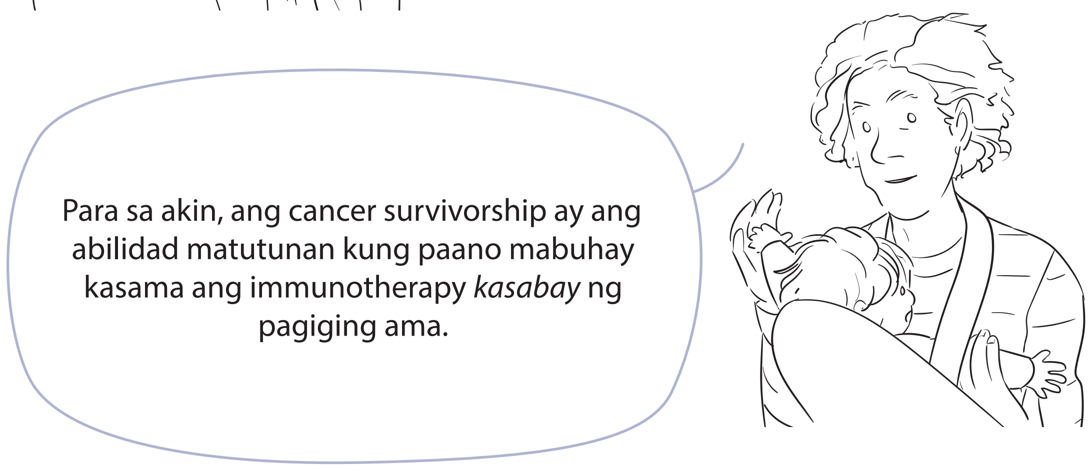
IKA-2 NA BAHAGI: ANG IYONG KARANASAN SA CANCER

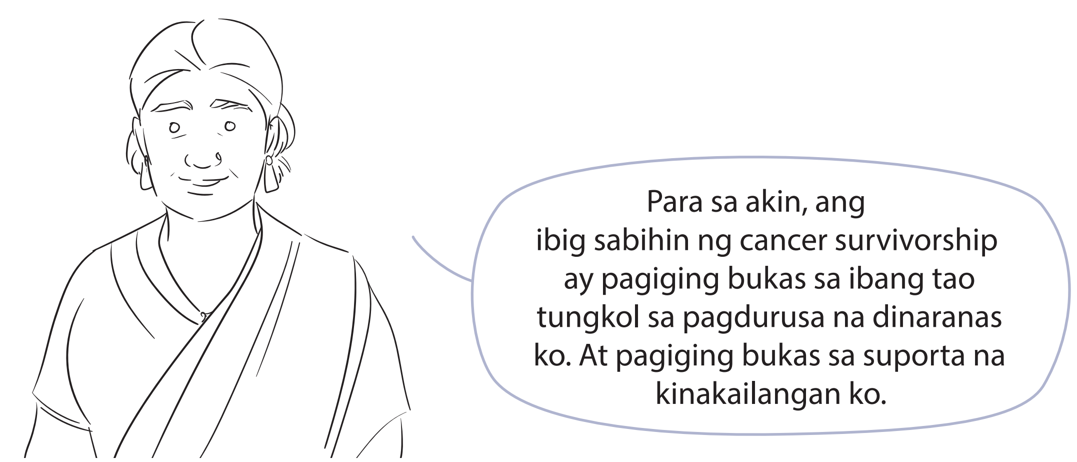
Ano ang cancer survivorship?

Ang proseso ng pagdanas ng cancer mula sa diagnosis, paggamot at kasunod na mga check-up ay tinatawag na “cancer survivorshop.” Ngayon, mas mahaba na ang buhay ng mga may cancer kumpara sa dati. Iba na rin ang mga pangangailangan nila.

Fighter at survivor ang turing ng mga may cancer sa sarili nila.







Isipin kung **ano ang ibig sabihin ng cancer survivorship para sa iyo.**

Ano ang mga bahagi ng cancer survivorship?

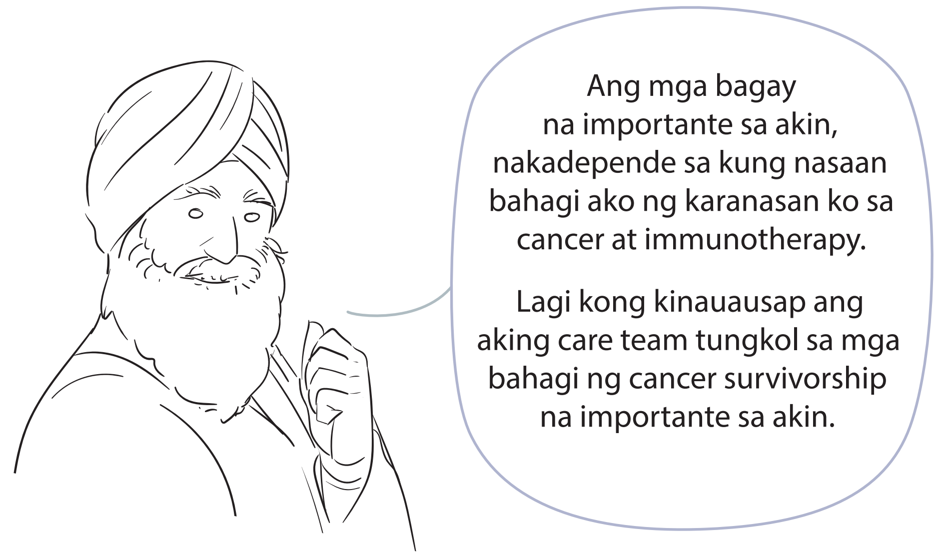
Iba-iba ang karansan ng bawat tao sa cancer. Iba-iba rin ang pangangailangan ng bawat isa. Iba-iba rin ang mga hamon na hinaharap. Maraming bahagi ang cancer survivorship na maaaring importante para sa iyo.

Ang iba, pinakaimportante sa panahon ng diagnos. Ang iba naman, kapag natapos na ang pagpapagamot.

Kausapin ang iyong care team tungkol sa mga bahagi ng cancer survivorship na importante sa iyo.

Ito ang mga bagay na maaaring pagusapan tungkol sa cancer survivorship:

- **Kalusugang emosyonal** at ang nararamdaman mo bawat araw
- **Ehersisyo** at ang mga kinakain mo
- **Pagplano ng pamilya** at ang tungkulin mo bilang magulang o lolo/lola
- **Kalusugang sekswal**
- Pagpapatuloy o **pagbalik sa trabaho**
- Pagtatag ng mga **relasyon**
- **Pinansyal na pagplaplano** at gastos pang-gamot
- **Kalusugang spiritwal**
- Pagpapabuti ng relasyon mo sa iyong **primary care physician (PCP)**



Ano ang cancer survivorship plan?

Ang cancer survivorship ay instrumento na tumutulong sa iyong oncologist, primary care physician at iba pang miyembro ng iyong care team na malaman kung ano ang pinakamainam na pag-alaga para iyo: medikal, pisikal, emosyonal, mental, sosyal at spiritwal, hanggang kahit pagkatapos ng pagpapagamot mo.

Bakit ko kailangan ng survivorship care plan?

Importante ito para sa iyong care team dahil **tinutulungan nito ang mga miyembro ng iyong care team na malaman kung paano makipag-usap sa iyo at sa iba pa tungkol sa tama at buong pag-alaga sa iyo.** Importante rin ito bilang dokumento dahil **dito nalalaman ng iyong caregiver at pamilya ang buong kasaysayan ng pag-alaga sa iyo** lalo na kung hindi mo ito mapaliwanag.

Ito ang mga maaaring kasama sa survivorship care plan sa immunotherapy:

- **Lahat ng bahagi ng cancer survivorship** na importante sa iyo, kasama na ang kalusugang emosyonal, insurance, pagpapatatag ng mga relasyon, kalusugang sekswal, at marami pang iba
- **Mga contact number** ng buong care team mo, kasama na ang iyong mga caregiver
- **Mga detalye ng iyong immunotheraphy** at iba pang uri ng paggmot sa cancer na tinanggap o kasalukuyang tinatanggap
- Kung paano **pinamahalaan ang mga side effect** mo kasama na ang mga paraan na gumana at hindi gumana
- Kung ano ang iyong **follow-up** pagkatapos ng pagpapagamot

Kalusugang emosyonal

Sasagutin ng mga susmusunod na pahina ang mga tanong na ito:

- **Normal ba itong nararamdam ko?**
- **Ano ang maaari kong gawin para makayanan ito?**
- **Ano ang maaari kong gawin para masubaybayan ang mga saloobin ko?**
- **Sino ang puwede kong kausapin para sa suporta?**
- **Paano ko mapapanatiling maayos ang kabuuang kalusugan ko?**

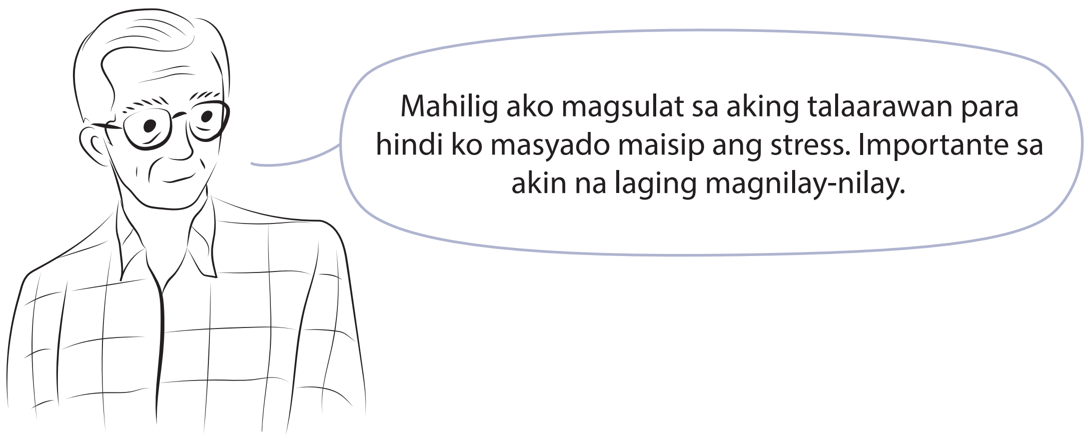
Normal ba itong nararamdam ko?

Ang pagkakaroon ng cancer ay isang emosyonal na karanasan. **Lahat ng nararamadam mo ay normal na reaksyon sa mabigat na pinagdagdaanan mo.**

Minsan, mas madaling tugunan ang mga nararamdaman natin. Minsan naman, kailangan natin ng suporta mula sa iba. Laging tandaan na tao ka rin. Hindi lang pasyente. **Hindi ka nag-iisa sa laban mo sa cancer.**

Ano ang puwede kong gawin para makayanan ito?

Pare-parehong importante ang iyong kalusugang emosyoal, mental, pisikal at spiritwal. Ang pagkilala sa iyong mga nararamdam ang unang paraan para mas maalagaan mo ang iyong sarili.



Subukang magtabi ng oras para sa sarili bawat linggo para pag-isipan ang mga ito:

- Paano mo naaalagaan **ang pakikipagrelasyon mo** sa iba
- Ang mga **emosyon** na iyong nararamdaman (maganda o masama)

Ano ang puwede kong gawin para masubaybayan ang mga nararamdaman ko?

Paminsan-minsan, gamitin ang listahang pang-nilay-nilay na ito para mas makilala ang mga saloobin mo. Maaari kang gumawa ng mga kopya nitong pahina na ito.

Sa loob ng nakaraang 7 araw:

Nag-alala ako…
Hindi kailanman Bihira Minsan Madalas Palagi

Nakaramdam ako ng takot…
Hindi kailanman Bihira Minsan Madalas Palagi

Nakaramdam ako ng galit…
Hindi kailanman Bihira Minsan Madalas Palagi

Pakiramdam ko parang wala na akong magawa…
Hindi kailanman Bihira Minsan Madalas Palagi

Pakiramdam ko kasalanan ko ang lahat…
Hindi kailanman Bihira Minsan Madalas Palagi

Nakaramdam ako ng pagkabalisa…
Hindi kailanman Bihira Minsan Madalas Palagi

Ayokong tanggapin ang realidad…
Hindi kailanman Bihira Minsan Madalas Palagi

Nakaramdam ako ng ________________
Hindi kailanman Bihira Minsan Madalas Palagi

Nakaramdam ako ng lungkot…
Hindi kailanman Bihira Minsan Madalas Palagi

Nakaramdam ako ng pag-asa…
Hindi kailanman Bihira Minsan Madalas Palagi

Optimista ako...
Hindi kailanman Bihira Minsan Madalas Palagi

Nakaramdam ako ng sigla…
Hindi kailanman Bihira Minsan Madalas Palagi

Nakaramdam ako ng saya…
Hindi kailanman Bihira Minsan Madalas Palagi

Nakaramdam ako ng motibasyon…
Hindi kailanman Bihira Minsan Madalas Palagi

Nakaramdam ako ng pasasalamat…
Hindi kailanman Bihira Minsan Madalas Palagi

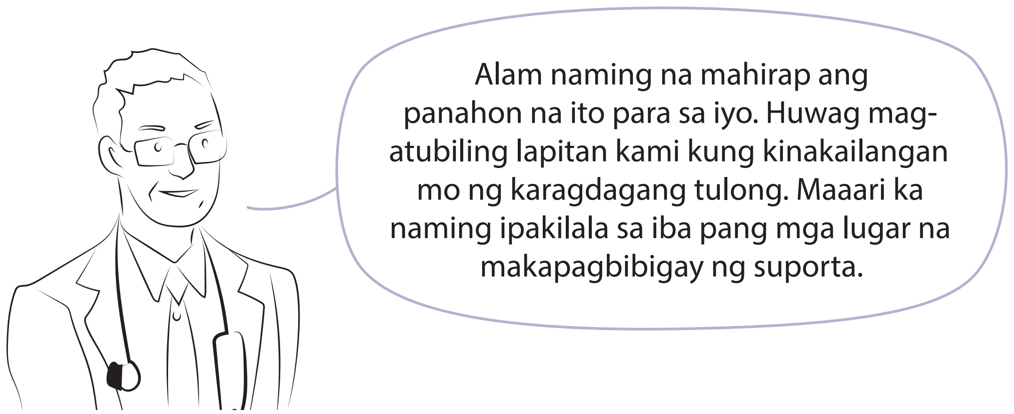
Nakaramdam ako ng ________________
Hindi kailanman Bihira Minsan Madalas Palagi

Maaari mong ibahagi ang mga pagninilay dito sa iyong care team para makapagsimula ng diskusyon. Ang pagbabahagi ng iyong saloobin ay makakatulong sa iba na malaman kung paano ka uunawain.

Sino ang puwede kong kausapin para sa suporta?

Imbitahin ang iba na makilahaok sa pinagdadaanan mo nang mas maintidihan ka nila at ang iyong karanasan. **Maraming pasyente ang nagiging aktibo sa kanilang komunidad, naghahanap ng suporta at humihingi ng tulong sa iba, tulad ng:**

- Kanilang **care team**
- Mga iba pang nag-immunotherapy **na mga pasyente**
- **Mga support group** (sa iyong lugar o online)
- Mga propesyonal tulad ng **mga therapist, counselor o mga lider na pang-spiritwal**
- **Mga kaibigan at kapamilya**



Paano ko mapapanatiling maayos ang aking kabuuang kalusugan?

Maaaring gawin ang mga sumusunod na bagay para mapanatiling maayos ang iyong kabuuang kalusugan. Laging tanungin ang iyong care team kung angkop ba ang naiisip gawin bago simulan ito.

- **Maglakad-lakad** at suminghop ng sariwang hangin
- **Mag-ehersisyo**
- Kumain **ng masustansyang pagkain**
- Gawin **ang anumang nagpapasaya sa iyo**
- **Magpahinga**

Pakikipagusap sa iyong care team upang mas dumami ang kaalaman

Sasagutin ng mga sumusunod na pahina ang mga tanong na ito:

- **Paano ko kakausapin ang aking care team?**
- **Anong mga bagay ang dapat kong itanong sa aking care team?**
- **Anong mga salita ang dapat kong matutunan?**
- **Anong mga lugar online ang puwedeng magbigay ng karagdagang impormasyon tungkol sa cancer, immunotherapy at iba pang uri ng suporta?**

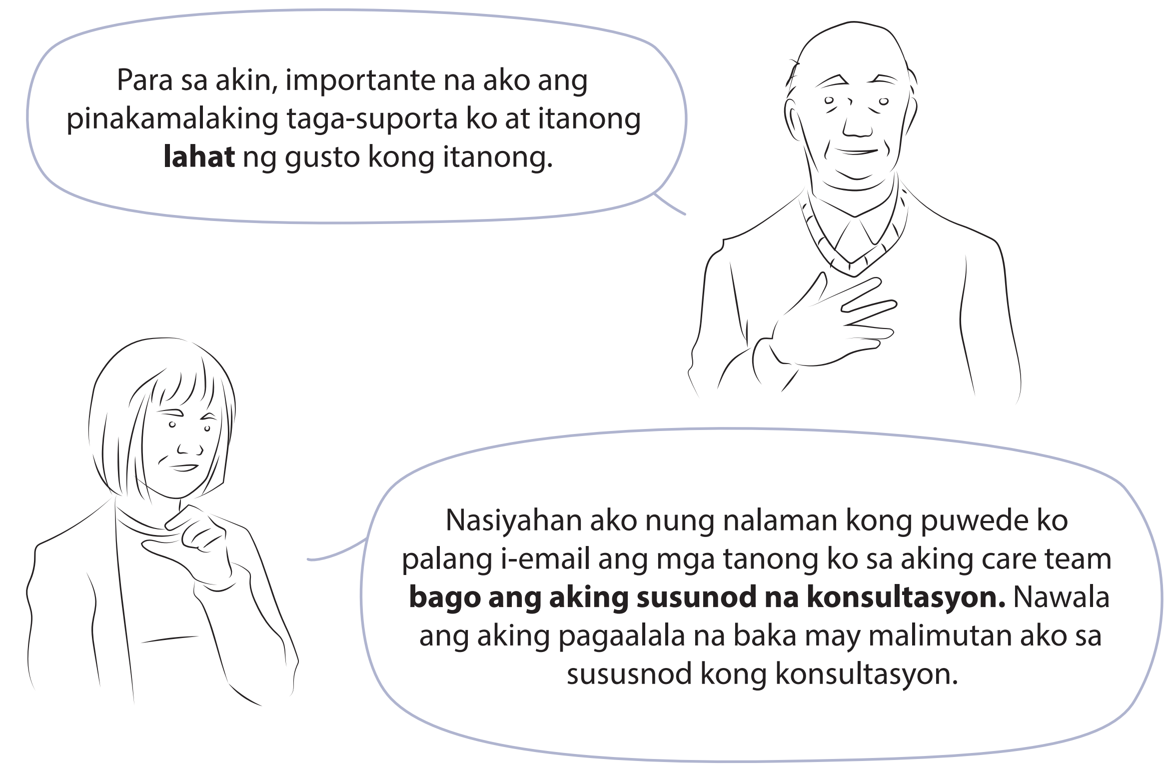
Paano ko kakausapin ang aking care team?

Maaaring makaramdam ng takot kapag kausap ang iyong care team at habang nagtatanong. Minsan, hindi rin madaling maintindihan kung ano ang sinasabi ng doktor. Hindi rin madali maalala kung ano nga ba ang gusto mo sanang tanungin at pagusapan.

Pero, **ang pagtatanong ay importante para mapag-usapan ang mga bagay na nagbibigay sa iyo ng abala.**

Gawin ang mga bagay na ito sa pagtatanong:

- Isipin at isulat ang mga gustong itanong **bago** mo kausapin ang iyong care team
- Isulat ang mga sinasabi ng iyong care team o itanong kung maaari bang **irekord ang iyong konsultasyon**
- Itanong kung may **video o transcript** ba ng iyong telemedicine appointment
- Tanungin **ang caregiver, kapamilya o kaibigan kung puwede ba silang maging pangalawang mata at tainga** habang ikaw ay nakikipagusap sa iyong care team
- Kung may hindi ka maintindihan sa sinasabi ng iyong care team, humingi ng kalinawan. **Huwag mahiyang humingi ng karagdagang impormasyon!**



Tanungin ang iyong care team kung paano dapat makipagusap sa kanila kung sakaling mayroon ka pang karagdagang mga tanong pagkatapos ng iyong konsultasyon.

Anong klaseng mga tanong ang dapat kong itanong sa aking care team?

Maaari kang magtanong **ng kahit anong** gusto mo. Para tulungan kang magsimula, ito ang mga halimbawa ng mga tanong na puwede mong pagisipan.

MGA TANONG TUNGKOL SA IMMUNOTHERAPY	MGA TALA
Tama ba ang immunotherapy para sa akin?	
Mayroon bang mga aprubadong immunotherapy para sa cancer ko?	
Mayroon bang ibang pasyente na puwede kong kausapin tungkol sa karanasan nila sa immunotherapy?	
Puwede ba ako o ang aking babaeng kinakasama na mabuntis habang tumatanggap ng immumotherapy?	
Ano pa ang iba kong mga opsyon?	
Kung walang aprubadong immunotherapy para sa cancer ko, mayroon bang immunotherapy-related na clinical trial na maaari kong salihan?	

MGA TANONG TUNGKOL SA MGA BIOMARKER	MGA TALA
Ano ang mga biomarker test?	
Ano ang puwedeng sabihin ng mga biomarker test tungkol sa cancer ko?	

MGA TANONG TUNGKOL SA KUNG PAANO GAMITIN ANG IMMUNOTHERAPY KASABAY NG IBA PANG URI NG PAGGAMOT	MGA TALA
Itong immunotherapy na ba ang magiging natatanging uri ng paggamot ko? Kung hindi, ano ba pang uri ng paggamot ang puwedeng maging parte ng programa ko?	
Makakaranas ba ako ng mas maraming side effect kung tumanggap ako ng higit sa isang klase ng paggamot?	
Sabay ko bang gagawin ang mga paggamot sa akin? O isa muna tapos yung isa naman?	
Kailangan ko bang pumunta sa ospital paulit-ulit para magawa ang iba't ibang paggamot o lahat ba sila mangyayari sa isang araw?	
Lahat ba ng mga paggamot ko ay nasa isang ospital o clinic?	
Ilang klase ng mga paggamot ang maaari kong tanggapin?	
May puwede ba akong makausap na dumaan na sa ganitong karanasan?	
Anong klaseng pagaaral ang nagawa na tungkol dito?	

MGA TANONG TUNGKOL SA GASTOS	MGA TALA
Magkano ba ang immunotherapy?	
Sino ang puwede kong kausapin kung may mga tanong ako tungkol sa gastos, insurance at pagbabayad?	

MGA TANONG TUNGKOL SA MGA IMMUNOTHERAPY SESSION

✎ MGA TALA

MGA TANONG TUNGKOL SA MGA IMMUNOTHERAPY SESSION	MGA TALA
Gaano kadalas akong pupunta sa ospital o clinic para mag-immunotherapy?	
Gaano katagal ang bawat pagbisita?	
Ano ang nangyayari sa bawat pagbisita?	
Paano ko tatangapin ang immunotherapy? (HAL., IV, pill)?	
May kailangan ba na sumama sa akin sa bawat pagpunta?	
Ano ang mararamdaman ko pagkatapos ng bawat pagbisita?	
Sino ang puwede kong tawagan kapag hindi na oras ng clinic?	
Kung lumipat ako, maaari ko bang ituloy ang immunotherapy ko sa ibang opsital o clinic?	

MGA TANONG TUNGKOL SA MGA SIDE EFFECT

MGA TANONG TUNGKOL SA MGA SIDE EFFECT	MGA TALA
Anong mga side effect ang maaari kong maramdaman?	
Anong mga side effect ang kadalasan nangyayari?	
Sino ang dapat kong kausapin kung ako ay may mga side effect?	
Paano ko malamanan kung kailangan na tawagan ang doktor o kung kailangan ko lang subaybayan ang aking mga side effect?	
Kung kinakailangan kong pumunta sa ER o komunsulta sa iba pang healthcare professional, ano ang dapat kong sabihin sa kanila tungkol sa aking immunotherapy at mga side effect?	

MGA TANONG TUNGKOL SA TELEMEDICINE

MGA TANONG TUNGKOL SA TELEMEDICINE	MGA TALA
Wala akong computer; puwede pa rin ba ako magpa-telemedicine appointment?	
Gaano katagal ang mga telemedicine appointment?	
Paano gagawin ng doktor ko ang physical exam kung kinakailangan?	
Mayroon pa bang appointment sa clinic pagakatpos ng telemedicine appointment?	

Ano mga salitang kailangan kong matutunan?

Ito ang listahan ng mga salita at parirala na mula sa gabay na ito. Kasama na rin dito ang kahulugan ng bawat isa. Maaari mong gamitin ang listahan na ito para hanapin ang mga nakasulat online, pagusapan sa mga support group o para itanong sa iyong care team.

Adjuvant therapy ay klase ng paggamot na pinagsasama ang immunotherapy at surgery. Maaaring mauna ang surgery at susundan ng immunotherapy para tulungan ang iyong immune system na atakihin ang mga natirang cancer cell na hindi nakuha sa surgery.

Cancer survivorship ay ang proseso ng pagkakaroon ng cancer. Mula diagnosis, paggamot hanggang sa mga konsultasyon pagkatapos.

Immuno-oncology (minsan tawag rin ay cancer immunotherapy o immunotherapy) ay paggamit ng mga gamot na maaaring tulungan ang immune system ng katawan na labanan ang cancer.

Immune system ay ang paraan ng katawan na protektahan ang mga malulusog na cell mula sa mga impeksyon at sakit. Pinipigilan ng iyong immune system ang mga mahihihina na cell mula sa pagtubo nang walang kontrol.

Neoadjuvant therapy ay klase ng paggamot na pinagsasama ang immunotherapy at surgery. Maaaring mauna ang immunotherapy para tulungan ang iyong immune system na atakihin ang mga cancer cell at gawin mas maliit ang tumor. Susundan ito ng surgery.

Perioperative surgery ay klase ng paggamot na pinagsasama ang immunotherapy at surgery. Dito, maaari kang mag-surgery habang tumatanggap ng immunotherapy. Maaari kang magsimula sa immunotherapy, tapos magpa-surgery, tapos ay immunotherapy ulit.

Scanxiety ay ang pakiramdam ng pagkabalisa na maaaring maranasan bago, habang o pagkatapos magpa-scan para masubaybayan ang cancer habang ginagamot o pagkatapos.

Survivorship care plan ay ginagamit ng mga oncologist, primary care physician at iba pang miyembro ng iyong care team para suriin ang pinakamainam na pag-alaga para sa iyo: medikal, pisikal, emosyonal, mental, sosyal at spiritwal. Importante ito kahit sa pagkatapos ng iyong paggamot.

ANG AKING MGA SALITA AT PARIRALA	ANG AKING MGA KAHULUGAN

Maaari mong laging tanungin ang iyong care team na ipaliwanag sa iyo ang mga salitang hindi pa malinaw sa iyo.

IKA-2 NA BAHAGI: ANG IYONG KARANASAN SA CANCER

Anong mga lugar online ang puwedeng magbigay ng karagdagang impormasyon tungkol sa cancer, immunotherapy at ibang klase ng suporta?

American Cancer Society
cancer.org

Bright Spot Network
brightspotnetwork.org

Cancer and Careers
cancerandcareers.org

Cancer Support Community
cancersupportcommunity.org

Cancer Research Institute
cancerresearch.org

CancerCare
cancercare.org

Caring Bridge
caringbridge.org

ClinicalTrials.gov
ClinicalTrials.gov

Family Reach
familyreach.org

Database ng Food and Drug Administration
Drugs@FDA o **accessdata.fda.gov/scripts/cder/daf**

INSPIRE
inspire.com

Stand Up To Cancer
standuptocancer.org

Ginawa ang listahan na ito para padaliin ang paghahanap mo ng impormasyon. Walang koneksyon ang Bristol Myers Squibb sa mga impormasyon na galing sa mga third-party na organisasyon.

Ano ang aking susunod na gagawin?

- **Bisitahin ang mga link na nakalista sa pahina bago ito** para makakuha ng karagdagang impormasyon tungkol sa cancer, immunotherapy at iba pang suporta.
- **Para maging handa kung sakali man kailangan mong kausapin ang iyong care team,** daanan muli ang mga halimbawang tanong sa gabay na ito at isulat ang iba pang tanong na gusto mong ibahagi.
- **Tingnan ang mga bagay sa buhay mo** na maaaring maapektuhan ng immunotherapy at magsimula nang magplano kung paano mas magkakaroon ng kontrol sa iyong buhay at paggamot.

Bristol Myers Squibb®

ONC-US-2400274 05/24
© 2024 Bristol-Myers Squibb Company.