American Cancer Society
Every cancer. Every life.®

Pakikipag-usap sa Iyong Doktor at Cancer Care Team

Talking with Your Doctor – Tagalog

Ang bawat indibidwal na may cancer ay magkakaroon ng team ng mga indibidwal na may kasanayan upang matulungan siyang harapin ang kanyang sakit at paggamot. Ang kakayahang magkaroon ng magagandang pakikipag-usap sa iyong cancer care team ay ang pangunahing bahagi ng pagkuha ng pangangalagang pinakamabuti para sa iyo.

Maaaring kasama sa iyong cancer care team ang mga doktor at iba pang mga propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan, tulad ng mga nurse practitioner (mga NP), physician assistant (mga PA), parmasyutiko, social worker, nurse ng klinika o chemotherapy, teknisyan, medikal na assistant, dietitian, at navigator para sa pasyente. Ang bawat isa sa kanila ay tutulong sa iba't ibang paraan, at kung mayroon kang katanungang hindi nila masasagot, malalaman nila kung sino ang makakatulong.

Gaano karami ang gusto kong malaman?

Maraming gustong malaman ang ilang indibidwal tungkol sa kanilang cancer. Ang pag-alam sa lahat ng detalye ay maaaring makatulong sa kanilang maramdamang mas may kontrol sila.

Ang ibang tao ay maaaring hindi gustong masabihan ng napakaraming bagay sa isang pagkakataon at maaaring makaramdam na nasosobrahan sa mga detalye. Ang ilan ay maaaring mas gustong ipaubaya ang karamihan sa mga desisyon sa kanilang doktor. Ipaalam sa iyong cancer care team kung ano ang pinakamabisa para sa iyo.

Magtanong.

Ikaw at ang iyong cancer care team ay magtutulungan sa pagpili ng pangangalaga na pinakamahusay para sa iyo. Ang pag-alam tungkol sa iyong cancer at kung paano ito magagamot ay makakatulong sa iyong gumawa ng mga desisyong ito kasama ang iyong doktor.

Huwag matakot na magtanong. Ang ilang doktor ay maghihintay sa iyong magtanong, ngunit maaaring hindi mo alam kung ano ang itatanong. Maaaring makatulong na isulat ang mga tanong habang iniisip mo ang mga ito at dalhin ang listahan kapag pumupunta ka sa mga appointment.

Narito ang ilang tanong na maaaring mayroon ang ilang tao tungkol sa cancer:

- Anong uri ng cancer ang mayroon ako?
- Gaano kalaki ang aking cancer? Nasaan ito? Kumalat na ba ito sa iba pang bahagi ng aking katawan?
- Kakailanganin ko ba ng biopsy o iba pang mga pagsusuri?
- Anong paggamot ang iminumungkahi mo? Mayroon pa bang ibang mga paggamot na maaaring makatulong sa akin?
- Saan ko makukuha ang aking mga paggamot?
- Anong mga gamot ang makukuha ko? Para saan ang mga ito?
- Anu-ano ang mga panganib at side effect ng bawat paggamot?
- Makakapagtrabaho o makakapasok ba ako sa paaralan sa panahon ng paggamot?
- Mayroon bang anumang mga side effect o kakaibang palatandaan na kailangan kong ipaalam sa iyo agad?
- Ano ang maaaring gawin tungkol sa mga side effect?

- Kailan ang pinakamabuting oras para tumawag kung mayroon akong tanong o problema? Gaano kabilis ko maaasahan na matawagan pabalik?
- Ano ang dapat kong gawin kung mayroon akong malubhang problema kapag nagsara ang iyong tanggapan?
- Dapat ba akong kumuha ng pangalawang opinyon? Mula kanino?

Dapat gustuhing malaman ng iyong cancer care team ang iyong mga tanong o alalahanin. Kung hindi mo nakukuha ang mga sagot na kailangan mo, ipaalam sa kanila.

Mga tip para matandaan kung ano ang sinasabi sa iyo ng cancer care team

Maaaring mahirap matandaan kung ano ang sinabi sa iyo sa bawat pagbisita. Makakatulong kung isasama mo ang parehong indibidwal sa bawat pagkakataon. Maaari nilang ipaalala sa iyo ang mga tanong na gusto mong itanong at tulungan kang maalala kung ano ang nasabi.

Siguraduhin na ikaw o ang taong kasama mo ay isinusulat kung ano ang natututunan mo sa iyong mga appointment. Kung gusto mo, itanong sa iyong doktor o iba pang miyembro ng cancer care team kung OK lang na irekord ang iyong pagbisita.

Kung kailangan mo ng higit pang mga detalye, magsabi. Minsan, gumagamit ang mga miyembro ng cancer care team ng mga salitang mahirap maunawaan. Kung mayroon kang hindi nauunawaan, hilingin sa kanilang ipaliwanag ito. Maaaring makatulong ang paghingi ng mga litrato, naka-print na materyal, link sa website o video, o iba pang mga bagay na matitingnan mo sa iyong pag-uwi.

Kapag nakatanggap ka ng mga tagubilin, isulat ang mga ito. Siguraduhing nauunawaan mo ang mga ito bago matapos ang iyong pagbisita. Pagkatapos ay sundin ang mga ito nang eksakto. OK lang na tawagan ang iyong cancer care team kung mayroon kang higit pang mga katanungan sa kalaunan.

Hanapin ang nararapat.

Mahalaga ang iyong kaugnayan sa iyong doktor, at ang bawat isang indibidwal ay may kani-kaniyang paraan ng pagbabahagi ng impormasyon.

Kung kaya ang pinakamahusay na doktor para sa isang tao ay maaaring hindi nararapat para sa iba. Gusto ng ilang tao ang doktor na nagbabahagi ng mga katotohanan sa paraang tulad ng sa negosyo. Hindi nila aasahang maging kaibigan nila ang doktor. Ang iba naman ay gusto ang doktor na maaari siyang maging malapit. Subukang alamin kung ano ang kailangan mo, at ipaalam sa doktor.

Kung magkakaroon ng mga problema sa komunikasyon, kausapin ang iyong doktor o iba pang mga miyembro ng cancer care team tungkol sa mga ito. Maging makatotohanan pagdating sa iyong mga alalahanin at kagustuhan. Kung hindi ka nasisiyahan sa inyong ugnayan, OK lang na magpalit ng doktor. Ipaalam sa iyong doktor ang tungkol sa iyong desisyon at mga dahilan para rito. Humingi ng tulong sa paglipat ng iyong pangangalaga sa bagong doktor.

Ito ang IYONG cancer care team.

Aasahan ka ng iyong cancer care team na maging bahagi ng team. Ito ay nangangahulugan ng mga pagbisita sa tanggapan, pag-inom ng mga gamot gaya ng inireseta, pagsasabi sa iyong team ng tungkol sa anumang mga problema o alalahanin na mayroon ka, pagsagot sa kanilang mga tanong, at pagbibigay ng sarili mong mga katanungan.

Sa pamamagitan ng pagbabahagi ng iyong mga kagustuhan at pangangailangan, ikaw at ang iyong cancer care team ay maaaring magtulungan upang makagawa ng pinakamahuhusay na desisyon para sa iyo.

Upang matuto pa, bisitahin ang website ng American Cancer Society sa **cancer.org/phm** o tawagan kami sa **1-800-227-2345**. Narito kami kapag kailangan mo kami.

American Cancer Society®

cancer.org | 1.800.227.2345

©2024, American Cancer Society, Inc.
No. TAG086111 Rev. 9/24

BBB ACCREDITED CHARITY
bbb.org/charity