



**TRETMAN KANSÈ:
ANVAN, PANDAN, EPI APRE**
MANYÈL EDIKASYON PASYAN AK FANMI



TABLO KONTNI

YON MESAJ DE YON SIVIVAN	3
TRETMAN KANSÈ SE YON EKSPERYANS PÈSONÈL	4
LIS COMPREHENSIVE TREATMENT UNIT (CTU)	5
KESYON POPIÈ: POU KI SA MWEN BEZWEN TANN POU TRETMAN MWEN AN?	6-7
EFÈ SEGONDÈ CHIMYOTERAPI	8
LAFYÈV AK ENFEKSYON	8-10
NOZE AK VOMISMAN	11
DYARE OSWA KONSTIPASYON	12
CHANJMAN NAN APETI AK GOU	13-14
MIKWÒZIT (MUCOSITIS)	15
FATIG	16
SÈVO CHIMYO	17
NEVROPATI	18
PÈT CHEVE	19
REFWADISMAN PO TÈT: PREVANSYON PÈT CHEVE PANDAN CHIMYOTERAPI	20-21
SEKSYALITE AK KANSÈ	22-23
ENFÈTILITE	24
KI JAN POU PWOTEJE MOUN OU RENMEN YO	25
IMUNOTERAPI	26
TERAPI ORAL	27-30
SÈVIS SIPÒ	31-32
EKIP SWEN MWEN	33-34
KLINIK SWEN ONKOLOJI	34
PAWÒL ENSPIRE DE YON SIVIVAN	35
REFERANS	36

YON MESAJ DE YON SIVIVAN

Chè Nouvo Pasyan,

Lè yo te dyagnostike mwen ak yon premye etap, men agresif, fòm kansè nan tete a laj 46 an, dènye bagay mwen te atann mwen se te ke mwen tap bezwen fè chimyoterapi ak lòt enfizyon pandan yon ane antye, ansanm ak radyasyon ak plizyè ane medikaman pou bwè.

Fanmi mwen ak mwen te nan chòk, e nou pat sèten sa pou nou fè apre sa. Yo te rekòmande mwen yon onkològ ki renome nan tout mond lan nan Sylvester. Mwen te ale wè li epi, imedyatman, li te kapab ede mwen konsantre sou gerizon mwen. Erezman (menm si se pat sa mwen te santi nan moman an), li te eksplike mwen ke te gen etid ki te montre tretman kansè sa a ki gen gwo gravite ak chimyoterapi ansanm ak yon lòt medikaman enfizyon te bay yon gwo pousantaj siksè. Fòk mwen di, anvan mwen te kòmanse ak chimyoterapi mwen te pè anpil, men gras ak konsèy ak bonte enfimiyè chimyo yo, enfimiyè navigatè a, doktè mwen yo, ak tout pèsònèl nan Sylvester, mwen te kapab pase nan tout pwosesis la ak mwens enkyetid, mwens efè segondè, ak mwens malèz pase sa mwen te atann mwen.

Anvan ke mwen te kòmanse ak tretman, mwen te gen anpil kesyon. Ki jan de chimyo mwen pral resevwa? Konbyen tan ke tretman an pral dire? Ki kalite efè segondè mwen ka fè kòm eksperyans? Kijan mwen ka pi byen prepare mwen pou enfizyon chimyoterapi yo? Èske mwen ta dwe suiv yon rejim alimantè espesyal? Kijan yo ta ka kowòdone orè tretman an ak angajman travay ak fanmi mwen, si sa posib? Ekip nan Sylvester te la a pou reponn tout kesyon sa yo epi plis.

Lè mwen gade dèyè, mwen reyalize ke te gen plizyè faktè ki te ede mwen atravè pwosesis la:

Pi enpòtan toujou, fanmi ak zanmi mwen te sèvi kòm yon ekip moun kap bay swen, yo ede mwen ak tout bagay sòti nan ti travay senp, jiska rive akonpanye mwen nan tretman chimyoterapi ak vizit lakay doktè, prepare manje, epi jis pou yo la pou mwen. Li te espesyalman enpòtan pou gen yon manm fanmi avèk mwen pandan premye vizit yo paske yo te ka pran nòt sou kalite tretman an, dire tretman an, elatriye.

Dezyèmman, mwen te aprann fè doktè ak enfimiyè konfyans. Sylvester te rann sa posib paske yo te transparan epi te bay sipò jan yo te kapab. Pandan chak tretman chimyoterapi epi/oswa vizit doktè yo, ekip onkoloji a te koute mwen ak moun ti tap ban mwen swen an epi te bay enfòmasyon sou dènye rechèch, ak konsèy itil an plis. Mwen aprann ke eksperyans chak pasyan pa menm kidonk li te bon pou poze kesyon ak pale sou enkyetid mwen ki pèsònèl ak inik.

Mwen te oblije vin trè òganize, sòti nan kenbe yon lis kesyon pou doktè ak enfimiyè yo, rive nan bay objektif pèsònèl yo priorite, epi balanse fanmi ak travay ak atant ki reyalis.

Finalman, mwen jwenn sipò enpòtan gras ak konsèy nitrisyonis la ak doktè medsin ki entegre nan Sylvester. Mwen te rekonèt ke repo, egzèsis, ak bon nitrisyon te kle. Swiv konsèy yo te ede mwen rekipere pi vit apre chak tretman. Doktè mwen te rekòmande ke mwen mache chak jou, notan ke sa tap ede ak fatig alò, menm si mwen te santi mwen fatige, mwen mache chak jou! Mwen konn repoze mwen nan jou tretman an, ak de jou apre chimyoterapi a, epi apre sa mwen te kapab kontinye travay. Mwen te kapab ale nan plizyè evènman fanmi ki enpòtan.

Mwen te konplete rejiman chimyoterapi a jan li te prevwa, epi sa fè de zan depi mwen pa gen kansè. M ap toujou rekonesan pou ekip ekstraòdinè ki nan Sylvester Comprehensive Cancer Center.

-Yon Sivivan Sylvester

TRETMAN KANSÈ SE YON EKSPERYANS PÈSONÈL

Chak moun fè eksperyans ak tretman chimyoterapi, biyoterapi, oswa imunoterapi yon fason diferan, tou de fizikman ak emosyonèlman. Depann sou tip kansè ou genyen oswa dyagnostik ou, ou ka resevwa chimyoterapi, biyoterapi, imunoterapi, oswa yon konbinezon de yo. Tanpri asire w pou mande founisè swen sante ou ki jan de tretman ou ap resevwa paske efè segondè yo diferan selon tip tretman ke y ap bay la. Erezman, pandan syans nan tretman kansè a ap avanse, syans nan jere efè segondè tretman yo ap avanse tou. Kèlkeswa sa w ap santi, sonje pa gen okenn relasyon ant fason tretman an fè w santi w ak si li benefisye w oswa ou pa. Anpil moun santi yo byen pandan premye kèk èdtan apre yo fin resevwa enfizyon yo. Sèten reyaksyon gen dwa rive. Nou gen plizyè fason pou ede ou jere efè segondè yo. Tanpri fè nou konnen ki jan ou santi ou, pou ke nou kapab adrese enkyetid ou yo epi ede ou vinn pi konfòtab. Byenèt ou trè enpòtan pou nou. Genyen yon balans ant benefis tretman ou ak domaj efè segondè posib yo. Tanpri fè founisè swen sante ou konnen nenpòt ki lè si ou santi ke domaj la pi gwo pase benefis la.

ANVAN OU KÒMANSE:

Anvan ou kòmanse ak tretman an, nou sijere ke ou pran swen de kèk bezwen sante de baz ou genyen. Si tan pèmèt, bay fè yon netwayaj dan ou anvan ou kòmanse tretman an, olye pandan ou ap resevwa tretman an. Si ou bezwen fè gwo travay dantè, eseye ranvwaye li jiskaske apre tretman an. Si ou bezwen netwaye dan ou pandan w ap resevwa tretman, tanpri fè doktè oswa enfimye ou konnen avan ou pran randevou.

SIPÒ EMOSYONÈL:

Ou ka gen yon manm fanmi, yon zanmi, oswa yon moun k'ap ba ou sipò akonpaye ou nan sesyon tretman ou yo. Nou rekonèt ke kansè gen yon enpak sou ou menm kòm yon moun, fanmi ou, epi moun ke ou renmen yo. Nan diferan degre, tout moun ki gen kansè ap lite ak pwoblèm pou yo fè fas ak adapte ak chanjman sa yo nan lavi yo.

Nan Sylvester, nou gen anpil pwogram pou ba ou sipò a travè pwosesis la. Tanpri refere ou a seksyon sèvis sipò pou plis enfòmasyon.



LIS COMPREHENSIVE TREATMENT UNIT (CTU)

SA POU W PÒTE AVÈ W JOU RANDEVOU A:

- Yon kopi kat asirans ou a ak yon foto idantifikasyon.
- Yon bagay ki cho epi konfòtab pou w mete lè w ap ale nan CTU a (jakèt, pantalon, chosèt cho, oswa yon ti kouvèti dou).
- Divètisman (liv, magazin, jwèt mo kwaze, jwèt tablo, jwèt kat, tablèt, òdinatè pòtatif). Nou ofri Wi-Fi gratis pou aparèy elektwonik yo.
- Yon chajè pou aparèy elektwonik ou.
- Kask (headphone) si w ta renmen koute mizik/odyo sou aparèy elektwonik ou.
- Nou ofri ti goute ak bwason gratis, men si w ta renmen gen yon bagay espesyal, ou ka pote li sòti lakay ou.
- Si ou depann de yon tib alimantasyon, pote fòmil ou a pou w pa rate lè manje ou.

RAPÈL:

- Èske ou ranpli tout medikaman ki nesesè pou tretman an, tankou medikaman kont kè plen?
- Anvan tretman an, èske yo te diskite sou pwoteksyon fètilite (si sa aplikab)?
- Èske ou gen randevou swivi avèk doktè ou, ansanm ak pwochen randevou pou tretman nan CTU a?
- Si sa aplikab, èske rezilta pwofil molekilè/jèn ou yo te revize anvan tretman an?
- An ka ta gen ijans, oswa si ou bezwen anile oswa chanje yon randevou k ap vini, èske ou gen enfòmasyon kontak pou founisè (providers) ou yo, asistan administratif ou, ak enfimyè triyaj la?

KESYON POPILE: POU KI SA MWEN BEZWEN TANN POU TRETMAN MWEN AN?

POUKISA SA PRAN TOUT TAN SA A POU PREPARE TRETMAN MWEN AN?

- Tout preparasyon terapi dwe fèt nan kondisyon esteril, avèk presizyon, epi alè.
- Tretman ou dwe esteril (san mikwòb ni kontaminan) pou anpeche ou trape enfeksyon.
- Tretman ou dwe san pou san egzat jan yo te òdone'l. Pa gen okenn plas pou erè.
- Tretman ou dwe fèt alè fòk li pran mwens tan ke posib pou li kapab pwodui yon pwodui ki esteril ak egzat.

ÈSKE YO KA KÒMANDE AK PREPARE TRETMAN MWEN ANVAN MWEN RIVE NAN CTU?

- Founisè (swen sante) ou a ka bezwen egzamine ou epi gade rezilta laboratwa ou yo anvan li bay lòd pou tretman an.
- Baze sou egzamen ou, founisè (swen sante) ou a ka deside ou bezwen yon dòz diferan, yon lòt rejiman medikaman, oswa petèt pou ou pa resevwa okenn tretman ditou.
- Gen kèk medikaman ki gen tan ekspirasyon kout, kidonk yo pa ka prepare yo jiskaske ou rive nan CTU.

KI JAN YO PREPARE TRETMAN MWEN:

ETAP 1:

- Onkològ la kòmande tretman ou.
- You evalye egzamen fizik, rezilta laboratwa, kapasite kò ou pou sipòte tretman an.
- Yo detèmine medikaman, dòz, metòd administrasyon, dat, ak dire tretman an.
- Enfimyè CTU a revize epi lage lòd yo bay famasi a pou verifikasyon.

ETAP 2:

- De famasyen endepandan revize lòd yo.
- Chak famasyen revize rejiman medikaman an, rezilta laboratwa yo, dòz la, dire administrasyon an, ak nenpòt medikaman w ap pran lakay.
- Famasyen an gen dwa oblije rele onkològ ou pou verifiye rezilta laboratwa ou yo epi jwenn apwobasyon final la.
- Famasyen an apre sa verifiye lòd yo nan sistèm òdinatè a epi enprime yon etikèt ki pral atache sou tretman ou.

ETAP 3:

- Famasyen/teknisyen an inisye preparasyon an.
- Farmasyen an revwa rezilta laboratwa yo epi tcheke etikèt la pou asire li egzat.
- Famasyen/teknisyen an ranmase epi bay flakon medikaman yo, solisyon yo, ak nenpòt lòt konpozan ki nesèsè pou teknisyen famasi a prepare tretman ou.

ETAP 4:

- Teknisyen famasi a revwa etikèt la epi konfime tout konpozan yo kòrèk.
- Teknisyen famasi a pral kalkile epi mezire volim medikaman ki nesèsè pou preparasyon an.
- Teknisyen famasi a pral ajoute volim medikaman an nan solisyon IV (intravenous) (nan venn) epi mete etikèt sou pwodwi final la.
- Finalman, famasyen an fè yon dènye tcheke.

ETAP 5:

- Tretman ki prepare a anbale epi delivre bay enfimiyè CTU a.
- Enfimiyè ki ap bay tretman ou a konfime ak yon dezyèm enfimiyè ke etikèt tretman ou a matche ak lòd doktè ou a.
- Kounye a tretman ou a pare pou ou.

NÒT ESPESYAL:

- Li kapab pran ant 20-60 minit pou fè yon tretman pasyan.
- Chak famasyen trete yon sèl lòd a la fwa jiskaske li fini nèt.
- Tanpri sonje, a lè pa vle di vit. Sa vle di tan ki pi kout posib pou asire tretman ou fèt ak anpil atansyon. Sa asire li egzakt, esteril, epi san danje pou ou ak pou pwofesyonèl swen sante k ap sèvi ou.

Pou plis enfòmasyon sou preparasyon tretman ak sa ou ka atann nan premye jou tretman ou nan CTU nou an, tanpri gade videyo oryantasyon CTU nou an lè ou eskane kòd QR ki anba a:



Pwochen kèk paj yo revize efè segondè ki pi komen yo ak kijan pou jere yo. Li enpòtan pou koute kò ou epi diskite nenpòt ki chanjman ak founisè (swen sante) ou.

EFÈ SEGONDÈ CHIMYOTERAPI

LAFYÈV AK ENFEKSYON

Globil blan (white blood cells) (WBC) se prensipal defans kò a kont enfeksyon. Pasyan k ap resevwa chimyoterapi a risk pou gen yon enfeksyon lè kantite globil blan yo ba. Kondisyon sa a, rele netropeni (neutropenia), komen apre chimyoterapi. Pou pasyan ak kondisyon sa a, nenpòt ki enfeksyon kapab vinn grav byen vit. Yon lafyèv ka pa fè pifò moun ale kay doktè a. Pou yon pasyan kansè, lafyèv ansanm ak feblès ak doulè ka endike yon enfeksyon. Epi li ka fè ou oblije ale nan sal ijans lan. Lè sistèm iminitè yon moun fèb akòz kansè ak tretman li yo, li pi difisil pou li refè, menm sòti nan maladi ki komen. Gen kèk ki ka menase lavi. Se poutèt sa pasyan yo bezwen rapòte siy enfeksyon, tankou lafyèv, frison, doulè nan vant, ak tous ak fliyid. Si sa rive, asire w ke ou:

1. Rele founisè swen sante ou touswit, espesyalman si tanperati ou rive 100.4° F oswa plis.
2. Ale nan yon sal ijans, si founisè swen sante ou ba ou enstriksyon pou sa.
3. Yon fwa ou nan sal ijans lan, fè konnen klèman ke w ap swiv tretman kansè.

Chimyoterapi ak lafyèv ka gen rapò youn ak lòt. Lafyèv kapab la nan pasyan k ap resevwa tretman chimyoterapi ak terapi byolojik kòm yon pati nan “sendwòm tankou grip” (flu-like syndrome) (FLS). Lafyèv ki asosye ak FLS souvan rive nan 40°C oswa 104°F epi li souvan ogmante apre frison sevè. Sa sanble ak sepsis (yon enfeksyon nan san). Li enpòtan pou pasyan k ap resevwa terapi biyolojik yo konnen kou nòmal lafyèv apre tretman an. Olye w tann enfeksyon yo pran kontwòl, travay pou prevni enfeksyon. Gen twa eleman pou prevansyon enfeksyon:

1. Pwoteje tèt ou kont enfeksyon.
2. Rekonèt epi rapòte sentòm yo bonè.
3. Mande founisè swen sante ou sou medikaman faktè kwasans selil san pou diminye risk enfeksyon ou.

KI JAN POU PWOTEJE TÈT OU KONT ENFEKSYON:

Bakteri se sa ki lakòz pifò enfeksyon. Bakteri sa yo nòmalman ke ou jwenn nan kò ou, espesyalman nan bouch ou, nan sistèm dijestif (gastrointestinal) (GI), ak sou po ou. Li enpòtan pou kenbe bon ijyèn.

SWEN TÈT OU:

- Lave men ou souvan, espesyalman anvan ou manje, apre ou fin itilize twalèt la, oswa apre ou fin manyen bèt.
- Netwaye zòn twou dèyè (rektal) ou byen. Rapòte nenpòt sentòm iritasyon oswa doulè, oswa nenpòt pwoblèm ak emoroid.
- Evite fè relasyon seksyèl nan rektòm (twou dèyè), sèvi ak tampon, douch, anèm (tankou sipozitwa), oswa tèmomèt rektal (nan twou dèyè).
- Pa pran okenn vaksen san w pa tcheke ak founisè swen sante ou an premye.
- Kenbe yon tèmomèt lakay ou epi konnen kijan pou pran tanperati ou. Pa manje, bwè, oswa fimen pandan 10 minit anvan ou pran li.
- Rele founisè swen sante ou pi vit posib si ou devlope tous, gòj fè mal, doulè, oswa boule pandan w ap pipi.

SWEN PO:

- Evite koupe oswa blese po ou. Sèvi ak yon razwa elektrik olye de lam pou w raze. Pran prekosyon lè w ap itilize objè file tankou zegwi, kouto, oswa lòt zouti.
- Netwaye koupe ak grafouyen ak savon ak dlo, epi aplike yon antiseptik.
- Pa peze oswa grate bouton yo.

SWEN DANTÈ:

- Pran byen swen bouch ak jansiv ou yo.
- Toujou mande founisè swen sante ou anvan ou ale kay dantis.

ANVIWÒNMAN:

- Kenbe distans ak moun ki malad ak rim, grip, masèl (measles), varisèl, oswa lòt maladi kontajye. Kenbe distans ak timoun ki sòt resevwa vaksen “viral ki vivan” yo. Sa yo enkli vaksen kont varisèl ak vaksen polyo oral.
- Evite fatra bèt, bwat pou pou, kalòj zwazo, ak akwaryòm.
- Evite dlo ki rete, tankou sa ki nan basen zwazo, imidifikatè, ak vaz flè.
- Mete gan lè w ap fè jadinaj oswa netwaye apre lòt moun (espesyalman timoun piti).

MANJE:

- Pa manje pwason kri, fwidmè kri, vyann kri, oswa ze ki kri.
- Pa pataje manje ak lòt moun, menm ak manm fanmi.
- Lave tout fwi ak legim (produce) byen anvan ou manje yo.
- Evite manje nan restoran lè kantite globil blan (white blood cells) (WBC) yo ba, espesyalman pandan lè ke

restoran yo ka gen anpil moun.

NOZE AK VOMISMAN

Plizyè tretman pou kansè kapab koze noze ak vomisman, rann tout aktivite chak jou yo difisil. Si ou pran medikaman yo rekòmande anvan, pandan, epi apre tretman, ou kapab diminye oswa evite noze ak vomisman. Si ou resevwa chimyoterapi, noze ak vomisman kapab rive nenpòt ki lè. Sèten pasyan vin nève anvan yo resevwa tretman epi antisipe tonbe malad, ki kapab an reyalite fè yo malad.

Noze ak vomisman ki koze pa chimyoterapi (chemotherapy-induced nausea and vomiting) (CINV) se youn nan efè segondè tretman kansè ke moun pi pè epi ki pi grav. Noze ak vomisman klasifye kòm youn nan sa ki annapre yo:

- **Antisipatwa** — li ka deklanche lè yon moun ekspozé a kèk estimilis, li ka koze tou pa eksperyans CINV anvan.
- **Entans (Acute)** — li parèt nan 24 èdtan apre administrasyon chimyoterapi a.
- **Retade** — li parèt apre 24 èdtan epi li ka dire jiska sèt jou.
- **Avansman enpòtan (Breakthrough)** — li parèt malgre medikaman prevantif yo.
- **Refraktè** — li parèt akòz medikaman prevantif ak medikaman pou kriz yo pa rive kontwole sentòm yo.

Rejiman chimyoterapi yo ka klase kòm gen gwo, mwayen, ba, oswa risk minim pou lakòz kè plen ak vomisman.

Ak CINV, prevansyon se pi bon defans ou. Medikaman yo rele anti-emetik oswa medikaman kont kè plen yo itilize pou anpeche epi trete kè plen ak vomisman ki koze pa chimyoterapi. Plizyè medikaman disponib. Doktè yo chwazi medikaman kont kè plen selon chans chak medikaman chimyoterapi genyen pou lakòz kè plen ak vomisman. Pasyan yo ka pran sèlman youn oswa jiska kat medikaman, selon sitiyasyon an. Li rekòmande pou pran medikaman an anvan tretman chimyoterapi a epi kontinye pran li apre tretman an jan yo preskri li, pandan de jou san rete pandan ou reveye.

KI MEZI ANPLIS OU KA PRAN POU ANPECHE KÈ PLEN AK VOMISMAN?

- Anvan tretman chimyoterapi, manje yon ti repa ki lejè. Pifò pasyan santi yo pi byen lè yo gen yon ti bagay nan lestomak yo.
- Manje sa ki fè ou plezi oswa sa ou anvi manje. An jeneral, lanmidon tankou diri, pen, pòm detè, sereyal cho, ak pouding byen fasil pou tolere.
- Pa sote repa. Yon lestomak vid ka fè sentòm kè plen yo vin pi mal.
- Li pi bon pou evite manje ki dous, fri, oswa ki gen anpil grès.
- Evite sant ki pa agreyab oswa ki pa atiran. Manje ki frèt oswa ki nan tanperati chanm, olye de manje kwit, ka lage mwens sant ki deranje.
- Bwè anpil likid. Te fèy, dlo, bwason espò, ak ji ki dilute yo rekòmande.
- Separe solid de likid pou diminye volim nan lestomak la. Si ou te manje, tann 45 minit jiska inèdtan anvan pou bwè. Si ou te bwè yon bwason, tann 45 minit jiska inèdtan anvan ou manje.
- Konje repa yo pou ou pa oblije fè manje. Mande fanmi ak zanmi pou ede nan preparasyon manje, espesyalman apre tretman chimyoterapi lè pasyan yo gen plis chans pou yo santi kè plen.
- Pran randevou ak yon dyetisyen pou plis konsèy pratik sou fason pou jere kè plen ak pi bon rejim alimantè pou swiv.

DYARE OSWA KONSTIPASYON

Dyare se yon efè segondè ki komen ki ka rive apre ou resevwa chimyoterapi. Si w ap fè plis pase kat pou pou mou pa jou anplis kantite pou pou nòmal ou, tanpri rele founisè swen sante w la. Si yo pa trete li, dyare ka mennen nan gwo dezidratasyon ak ospitalizasyon. Ou ka konsilte tou ak yon dyetisyen pou jere dyare atravè rejim alimantè. Konsilte founisè swen sante w la anvan ou pran nenpòt medikaman kont dyare.

Rapòte imedyatman nenpòt lafyèv, swaf ki twòp, tèt vire, batman kè rapid, kranp nan vant grav, oswa dyare ki kontinye apre ou fin pran medikaman kont dyare. Konstipasyon kapab fèt akòz dyagnostik kansè a li menm, chimyoterapi, dezidratasyon, medikaman kont kè plen, ak/oswa itilizasyon souvan medikaman doulè pou doulè ki gen rapò ak kansè. Si ou pa fin fè yon pou pou nòmal pandan twa jou, rele founisè swen sante ou pou diskite si li apwopriye pou kòmanse yon rejiman pou ede ou pou pou.

- Pou kenbe pou pou regilye konsidere itilize yon ajan ki ogmante volim pou pou tankou Miralax® oswa Metamucil® melanje ak dlo.
- Kenbe bon idratasyon, bwè uit a dis, vè ak uit ons likid pa jou.
- Egzèsis regilye nan limit ou kapab sipòte ka ankouraje ogmantasyon nan mouvman ak lage nan vant.
- Ogmante konsomasyon fib ou de 25–30 gram pa jou. Manje ki rich an fib yo enkli epina, brokoli, farin avwann ki kwit dousman, farin grenn len, prun (prunes), pwa (pears), farin bran, pwa (beans), ak lantiy. Pou yon lis ki pi konplè, konsilte yon dyetisyen.
- Bwè likid cho tankou ji prun cho, te, oswa kafe ka ede tou pou stimule pou pou.
- Pou ede pou pou soti, konsidere pran yon laksatif stimulatif tankou Bisacodyl® oswa Senna®, toude ka achte san preskripsyon.
- Ou ka pran sitrat mayezyòm pou ede pou pou soti imedyatman.
- Ou dwe **evite** itilize sipozitwa sof si founisè swen sante ou ba ou enstriksyon pou sa.

Si founisè swen sante ou ba ou enstriksyon, kòmanse pran medikaman kont dyare tankou Imodium®. Ou dwe pran Imodium® jan sa a: dòz inisyal 4 mg, apre sa 2 mg chak de èdtan jiskaske ou jwenn soulajman. Sispann pran Imodium® apre 12 èdtan si pa gen okenn epizòd dyare.

Kenbe yon bon nivo idratasyon, bwè uit a dis vè likid pa jou. Pedialyte® oswa bwason espò tankou Gatorade® bay elektwolit siplemantè ki ka fin itilize nan kò a.

Limite konsomasyon pwodwi letye epi ogmante manje ki gen ti fib ki fasil pou dijere tankou diri, pen blan griye, ak pire pòm detè.

Si zòn nan twou dèyè ou vin irite, netwaye li ak savon dou, ak dlo apre chak pou pou. Ou ka aplike yon pomad pwoteksyon tou.

Ben cho “sitz” (yon ben ki pa twò fon / ki pa gen anpil dlo) ka ede plis pou soulaje iritasyon an.

CHANJMAN NAN APETI AK GOU

Pandan chimyoterapi, ou ka fè eksperyans chanjman nan apeti ak yon sansiblite elve pou odè. Li pa etranj pou w santi chanjman sa yo pandan kèk premye jou oswa pandan yon semèn apre chimyoterapi. Yon mank apeti ka koze pa yon chanjman nan gou oswa odè, santi w plen, gwoès timè a, dezidratasyon, oswa efè segondè tretman an. Kondisyon an ka vin pi grav akòz plizyè bagay, tankou difikilte pou vale, depresyon, doulè, kè plen, oswa vomisman.

Pandan w ap santi w pi byen, apeti ou ap amelyore. Ou ka remake ke ou ka tolere sèlman kèk kalite manje. Nou ankouraje w manje sa ki atire ou pandan peryòd sa a epi bwè ase likid. Eseye bwè uit a 10 vè, ki gen uit ons chak jou oswa plis si ou gen lafyèv oswa dyare.



KONSÈY PRATIK POU CHANJMAN APETI:

- Mete an plas yon orè regilye pou manje ak yon woutin chak jou.
- Eseye nouvo manje pou kenbe enterè ou nan manje.
- Manje yon ti kras, menm si ou pa grangou. Li ka ede pou manje senk oswa sis ti repa chak jou, olye de twa gwo repa.
- Manje avèk fanmi oswa zanmi, oswa gade televizyon pandan w ap manje.
- Chwazi manje ki rich an kalori ak pwoteyin.
- Si manje a gen gou metalik, konsidere manje ak fouchèt oswa kiyè plastik.
- Fè aktivite fizik ki ka ede w santi plis grangou.
- Bwè likid: Li enpòtan pou bwè ase likid, men pa plen vant ou ak likid pandan repa. Bwè “milkshake” oswa soup ki fasil pou vale.
- Swiv kantite manje ak likid ou konsome chak jou.
- Sonje li enpòtan pou manje byen pou ede kò w rete fò.

Nou rekòmande yon rejim balanse ki konsantre sou fib ki wo ak grès ki ba (pa egzanp: pwoteyin mèg tankou poul, kodenn ak pwason, ansanm ak fwi ak legim). Evite konsome twòp pwodwi soya ak grenn len (flaxseed). Sipleman oswa vitamin tankou antioksidan (vitamin A, E, C, CoQ 10) pa rekòmande sof si ou te diskite yo avèk founisè swen sante ou anvan. Kontakte dyetetisyen nou an ki anrejistre pou plis detay sou rejim ou pandan tretman kont kansè ou.

CHANJMAN NAN GOU:

Chanjamn nan gou yo komen pandan chimyoterapi. Rezon egzak chanjman nan gou yo pa twò klè. Yo kwè sa ka rive paske chimyoterapi domaje selil ki nan bouch la, ki espesyalman sansib a chimyoterapi. Pèt oswa chanjman nan gou ka rive sèlman akòz asosiyasyon ant eksperyans kè plen ak vomisman ak tretman an. Apeprè 50 pousan pasyan k ap resevwa chimyoterapi fè eksperyans chanjman nan gou. Chanjman nan gou ka rive pandan terapi an epi dire pou plizyè èdtan, plizyè jou, plizyè semèn, oswa menm plizyè mwa apre chimyoterapi.

Medikaman ki pi souvan asosye ak chanjman nan gou yo enkli carboplatin, cisplatin, cyclophosphamide, dacarbazine, dactinomycin, doxorubicin, 5-fluorouracil, levamisole, mechlorethamine, methotrexate, paclitaxel, ak vincristine. Gen kèk medikaman ki pwodui yon gou metalik pandan enfizyon venn lan ap fèt. Sa yo enkli “nitrogen mustard”, vincristine, cisplatin, ak cyclophosphamide.

KONSÈY PRATIK POU AMELYORE GOU:

- Kenbe bon ijyèn nan bouch. Bwose dan ou anvan ak apre chak repa.
- Chwazi epi prepare manje ki gen bon aparans ak bon odè pou ou. Manje ti repa souvan.
- Sèvi ak istansil plastik si manje a gen gou metalik.
- Manje mant (oswa mant san sik), mache chiklèt (oswa chiklèt san sik), oswa mache glas pou kache gou anmè oswa metalik la.
- Ranplase volay, ze, pwason, manba, pwa, ak pwodwi letye pou vyann wouj.
- Marinen vyann yo nan ji fwi dous, diven, sòs salad, sòs babekyou, oswa sòs dous ak asid.
- Bay manje gou ak zèb, epis, sik, sitwon, ak sòs ki gen bon gou.
- Manje frèt oswa manje jele ka pi fasil pou tolere pase manje tyèd oswa cho eksepte pou pasyan k ap resevwa oxaliplatin.
- Eseye manje ki asid tankou zoranj oswa limonad (sa ka fè mal si gen blesi nan bouch).
- Evite fimen sigarèt; elimine move odè; manje nan anviwònman agreyab pou ede jere chanjman nan gou.
- Evite kote manje ap kwit, tankou kwizin nan lè repa ap prepare.



Pa gen yon sèl solisyon majik pou chanjman nan gou ki mache pou tout moun. Jwenn manje ki gen bon gou pou ou ka mande kèk esè ak erè. Gen kèk moun ki fè eksperyans chanjman nan gou ki evite manje yo pi renmen pou anpeche posibilite ke yo gate plezi manje sa yo nan lavni.

MUCOSITIS

Chimyoterapi domaje selil ki kouvri bouch ak ezofaj la. Blesi nan bouch se ti ilsè ki parèt souvan kòm tach blan nan bouch la. Pafwa tach yo ka parèt wouj.

oswa senyen Anjeneral, zòn ki afekte yo se lang, jansiv, palèt bouch la, oswa anba bouch la. Yo ka fè mal epi fè li difisil pou manje oswa bwè. Blesi nan bouch yo ka parèt kèk jou apre ou kòmanse chimyoterapi epi yo ka pran de a kat semèn pou geri. Si w ap santi plis doulè oswa si w pa kapab manje oswa bwè, tanpri kontakte founisè swen sante ou. Yo ka kapab preskri medikaman pou ede soulaje doulè a. Manje bon sous pwoteyin, sa ka ede konstwi ak repare tisi ki te blese.

Pwoteyin ka akselere pwosesis gerizon blesi nan bouch.



KONSÈY PRATIK:

- Sèvi ak yon bwòs dan ki mou pou netwaye dan ou.
- Evite sèvi ak lave-bouch ki gen alkòl ladan yo.
- Ogmante konsomasyon likid.
- Manje manje ki frèt.
- Rense bouch ou twa a kat fwa pa jou ak solisyon sa a:
 - Melanje yon ti kiyè poud elevasyon (baking soda) ak de tas dlo.
- Manje manje ki mou ki gen gou senp.
- Kontakte founisè swen sante ou imedyatman si w gen yon tanperati ki depase 100.4 °F oswa 38 °C.

FATIG

Fatig se lè ou santi ou fatigue fizikman, mantalman, ak emosyonèlman. Sa vle di ou gen mwens enèji pou fè bagay ou bezwen oswa vle fè yo. Fatig ki vini ak kansè, yo rele fatig ki gen rapò ak kansè, diferan de fatig ou santi chak jou nan lavi. Chak jou, fatig nòmal anjeneral pa dire lontan. Li souvan amelyore lè ou repoze. Fatig ki gen rapò ak kansè pi grav epi li lakòz plis dezagremman. Yo dekri li kòm yon sansasyon fèb, san enèji, vid, oswa “fin kraze.” Gen kèk moun ki ka santi yo twò fatigue pou manje, mache ale nan twalèt, oswa menm pou itilize kontwòl televizyon an. Li ka difisil pou panse, epi tou pou deplase kò ou. Repo pa fè l disparèt, epi menm yon ti aktivite ka fè w santi w bouke. Pou kèk moun, kalite fatig sa a bay plis malèz pase doulè, kè plen, vomisman, oswa depresyon.

Fatig la ka sòti nan terapi, anemi, depresyon, doulè, oswa sèten medikaman. Gen pwoblèm dòmi kapab tou fè ou santi w bouke. Li trè enpòtan pou w bay priyorite a aktivite w fè chak jou paske gen moman kote w ap santi w pi fatigue pase nòmal.

KONSÈY PRATIK POU DIMINYE FATIG:

- Kite lòt moun ede ou epi fè aktivite ki pi enpòtan yo an premye.
- Si ou kapab, pran kèk tan konje nan travay ou oswa travay mwens èdtan.
- Repoze lè w santi w fatigue epi eseye fè ti dòmi kout ki dire inèdtan oswa mwens pandan jounen an.
- Fè yon woutin pou lè w prale dòmi. Benyen oswa koute mizik anvan ou dòmi ka ede w relakse kò w.
- Esaye dòmi sèt a uit èdtan chak swa. Evite kafeyin nan bwason (tankou kafe, te, bwason enèji, oswa kola), medikaman (tankou remèd kont tèt fè mal), oswa menm nan manje (tankou chokola) omwen uit èdtan anvan dòmi ka ede.
- Prepare manje ki bon pou sante lè w santi w byen. Konjele yo epi manje yo pita. Manje ede w kenbe fòs ou.
- Gen kèk moun ki jwenn li pi fasil pou manje senk oswa sis ti repa oswa ti goute ki bon pou sante olye de twa gwo repa. Bwè anpil dlo ak ji. Pran ase pwoteyin ak kalori pou ede kò w geri.
- **Rete Aktif:**
 - Esaye kenbe egzèsis chak jou tankou mache, naje, monte bisiklèt, oswa aktivite ki sanble. Menm 15-30 minit pa jou ka ba ou enèji. Lòt aktivite tankou yoga, detire kò, ak Tai Chi kapab ede.
- **Diminye Estrès:**
 - Gen kansè se yon bagay ki bay anpil estrès epi tretman kansè ka ogmante estrès la menm plis. Santi w fatigue gen rapò ak depresyon ak anksyete.
 - Konsidere rantre nan yon gwoup sipò. Pataje santiman ou yo ak lòt moun ka ede aleje chay fatig la.
 - Ou ka aprann konsèy pou jere sitiyasyon an tou nan pale ak lòt moun sou sa w ap travèse.
 - Konsèy nan domèn sante mantal, fòmasyon sou jesyon estrès, ak egzèsis pou rilaks se kèk fason ou ka aprann amelyore santiman ki gen rapò ak fatig epi ede w simonte fatig ou santi a.
- **Distraksyon:**
 - Pafwa santi w fatigue ka vin dekourajan epi fwistre. Ou ka remake li vin tounen sèl bagay ou panse sou li. Esaye distrè tèt ou ak lòt bagay, tankou koute mizik, pase moman rilaks ak zanmi oswa fanmi, oswa li yon liv. Bagay sa yo ka ba ou yon ti soulajman kont fatig ou san yo pa fin itilize twòp enèji.
- Li enpòtan pou di doktè w oswa enfimye w si ou pa kapab fè aktivite nòmal, oswa si ou toujou fatigue, menm apre ou finn repoze kò w oswa dòmi.

SÈVO CHIMYO

Sèvo chimyo se yon tèm yo itilize pou dekri yon sansasyon nwaj nan tèt, konfizyon mantal oswa chanjman nan kapasite panse ki ka rive anvan, pandan, oswa apre tretman kansè. Yo pa konnen kòt egzat la men li ka rive nenpòt ki lè pandan w gen kansè epi li ka lakòz chanjman mantal a tèm ki kout, a long tèm, oswa ki parèt pita. Founisè swen sante ou ka rele sèvo chimyo kòm yon chanjman kognitif, sa vle di fason sèvo ou kominike, panse, rezoud pwoblèm, ak sonje bagay.

Ou ka vle mande ekip founisè swen sante ou si w gen risk pou sèvo chimyo baze sou kalite kansè ak tretman w ap suiv, epi kilè ou ka atann ou pou remake nenpòt chanjman. Si w fè eksperyans sèvo chimyo, ou ta ka jwenn li difisil pou fè aktivite wòdinè tankou travay, lekòl, oswa aktivite sosyal. Li enpòtan pou pale ak ekip founisè swen sante ou si w ap fè eksperyans chanjman mantal pou wè ki tretman oswa aktivite ki ka ede jere sèvo chimyo.

EGZANP KI SA OU KA FÈ KÒM EKSPERYANS AK SÈVO CHIMYO:

- Bliye bagay ou nòmalman pa gen pwoblèm sonje yo
- Difikilte pou konsantre oswa jwenn li difisil pou rete atantif.
- Pwoblèm tankou sonje detay tankou non oswa nimewo telefòn
- Difikilte aprann nouvo bagay
- Difikilte pou fè plizyè travay an menm tan.
- Ou pran plis tan pou fini bagay yo (panse ak pwosesis ki pi dousman)

AKTIVITE POU EDE JERE AK SÈVO CHIMYO AK EDE RANFÒSE KAPASITE MANTAL OU:

- Egzèsis amelyore kapasite w pou panse ak konsantre
- Meditasyon ka ede w ogmante konsantrasyon ak vijilans ou
- Kenbe yon planifikatè chak jou, kaye, oswa nòt rapèl detaye
- Fè travay ki pi mande efò nan jounen w lè w santi w gen plis enèji
- Egzèsis pou sèvo tankou devinèt mo
- Fè aktivite fizik regilye pou rete an mouvman. Sa ede w santi w pi vijilan, amelyore atitid ou, epi santi w mwens fatigue
- Kenbe menm orè chak jou
- Eseye pa fè plizyè bagay an menm tan men konsantre sou yon sèl travay nan yon moman
- Evite alkòl oswa lòt sibstans ki ka chanje eta mantal ou ak jan ou dòmi
- Kenbe yon jounal pou ekri lè ou remake yon pwoblèm memwa oswa yon chanjman mantal
- Pale sou sèvo chimyo ou ak fanmi ou, zanmi, ak ekip swen kansè w la

Reabilitasyon kognitif gen ladan aktivite ki ede amelyore fonksyon sèvo tankou aprann kijan sèvo a fonksyone, ak kijan pou w pran nouvo enfòmasyon. Pale ak ekip founisè swen sante ou si reabilitasyon kognitif se yon opsyon pou ou.

NEVROPATI

Nevropati periferik ka dekri kòm yon diminisyon nan sansasyon, pèt sans, oswa santi pikotman nan fen nè yo. Li parèt pi souvan nan dwèt men yo, pye yo, ak/oswa zòtèy yo. Sa se rezilta yon domaj nan nè ki koze pa chimyoterapi. Anjeneral li ka ranvèsè apre tretman an fini.

- Si nevropati a vin douloure oswa li deranje aktivite chak jou tankou pa kapab boutonnen rad, pran kouto oswa fouchèt, oswa mache, enfòmè founisè swen sante ou imedyatman. Yo kapab preskri medikaman tankou gabapentin oswa amitriptyline pou ede soulaje sentòm yo.
- Akòz diminisyon nan sansasyon, evite tanperati ekstrèm cho oswa frèt.
- Tcheke bra ak janm ou regilyèman pou blesi oswa grafonyen.
- Egzèsis regilye ak ogmantasyon aktivite fizik te montre tou ke yo ka amelyore sentòm yo, ansanm ak akiponkti.
- Asire gen mezi sekirite ki an plas lakay ou.



PÈT CHEVE

Pifò pasyan eksprime enkyetid konsènan pèt cheve pandan y ap swiv tretman chimioterapi. Li nòmal pou w santi w boulvèse oswa enkyete poutèt ou pèdi cheve ou. Li enpòtan pou sonje pèt cheve anjeneral se yon bagay tanporè. Plizyè semèn apre ou fin fè tretman ou an, selil cheve yo ap refè epi pwosesis pou cheve pouse a ap kòmanse.

POU KI SA LI RIVE?

Folikul cheve yo grandi a yon vitès rapid. Medikaman chimioterapi atake selil ki grandi rapid alò sa ki lakòz pèt cheve. Pa tout rejiman chimioterapi pral fè cheve tonbe. Li enpòtan pou ou pale ak doktè ou oswa founisè swen k ap pran swen w pou diskite rejiman tretman ou. Yo kapab eksplike w a ki sa pou atann ou. Pran opòtinite a pou adrese nenpòt ki enkyetid ou ka gen sou eksperyans pèt cheve. Si w ap konsidere mete yon perik, plan asirans sante ou ka peye pou li. Ou ka mande founisè swen sante ou pou yon preskripsyon pou yon “pwotèz kranyal” (sa vle di yon perik) pou ede ak kouvèti (asirans) a. Sylvester ofri perik pou pasyan k ap fè eksperyans pèt cheve. Tanpri kontakte Sant Sèvis Sipò Kansè (Cancer Support Services Center) pou plis enfòmasyon.

KI LÈ SA RIVE?

Pèt cheve anjeneral rive de a kat semèn apre kòmansman tretman chimyoterapi a. Chak pasyan ka fè eksperyans pèt cheve yon fason diferan. Pèt cheve kèk pasyan fèt piti piti, pandan ke lòt moun pèdi cheve pi rapid. Gen terapi ki apwouve pou ede anpeche pèt cheve tankou bonè frèt pou po tèt la. Diskite ak founisè swen sante ou pou wè si metòd sa a ka ede w pandan tretman w la.

KONSÈY PRATIK:

Trete cheve ou avèk dousè apre ou fin kòmanse tretman an. Evite itilize lank pwisan, pèmanant, penyen, oswa lave li souvan. Penyen cheve a ak yon fouch ak dan laj.



Si w enterese, chwazi yon kouvèti tèt davans tankou yon perik, echap, oswa chapo. Si w enkyete sou pèdi cheve ou, ou ka chwazi koupe cheve ou kout oswa raze cheve ou anvan li tonbe.



Po tèt ou ka vin irite pandan tretman an akòz ekspozisyon nan solèy oswa fredi. Sèvi ak yon kouvèti tèt ka diminye iritasyon. Epiou, pwoteje po tèt ou ak krèm kont solèy si ou chwazi pa mete kouvèti pou tèt ou.



REFWADISMAN PO TÈT: PREVANSYON PÈT CHEVE PANDAN CHIMYOTERAPI

KISA REFWADISMAN PO TÈT YE?

Refwadisman po tèt fèt pou anpeche pèt cheve pandan w ap resevwa chimyoterapi pou trete kèk timè. Refwadisman po tèt enplike itilizasyon yon bonè frèt ki refwadi a tanperati trè frèt. Pandan chak sesyon chimyoterapi, yo mete bonè a sou tèt ou anvan, pandan, ak apre enfizyon chimyoterapi ou a.

Refwadisman tèt pa yon entèvansyon ki aplike pou tout moun pandan chimyoterapi. Pale ak founisè swen sante ou pou detèmine si terapi refwadisman po tèt la apwopriye ak plan chimyoterapi w ap suiv la.

KI JAN LI TRAVAY?

Pandan refwadisman po tèt, tanperati frèt la sere oswa kontrakte veso sangen nan po tèt la. Yo kwè kontraksyon sa a diminye kantite medikaman chimyoterapi ki rive nan selil folikul cheve yo. Fredi a diminye tou aktivite folikul cheve yo epi fè yo mwens sansib a chimyoterapi, ki vize selil ki divize rapidman. Sa ka diminye efè chimyoterapi sou selil folikul yo, e kòm rezilta, anpeche oswa diminye pèt cheve nan po tèt la.

KIJAN REFWADISMAN PO TÈT FÈT?

Kounye a gen de metòd pou refwadisman po tèt ki disponib: sistèm otomatik ki sikile likid refwadisman nan bonè refwadisman yo epi refwadisman manyèl ak bonè frèt ki jele kote yo mete glas nan bonè a pou refwadi po tèt la.

Tout bonè yo dwe jele davans epi ou pote yo nan randevou chimyoterapi w la nan yon glasyè pòtab ak glas sèk si pa gen frizè disponib nan sant enfizyon kote w ap resevwa tretman an. Bonè frèt yo bezwen kenbe yon tanperati frèt ki estab pandan tout pwosesis la, kidonk ou pral bezwen plizyè bonè ki deja jele pou ranplase yo ak yon nouvo apeprè chak 30 minit.

Penguin™, Chemo Cold Caps™, ak ElastoGel™ se kèk non mak bonè frèt. Pou plis enfòmasyon vizite sitwèb anba a:

- **Chemo Cold Caps™** - www.chemocoldcaps.com
- **Penguin™ Cold Caps** - www.penguincoldcaps.com
- **ElastoGel** - <https://cancer.livebetterwith.com/>

Sistèm refwadisman otomatik yo sèvi ak yon inite refwadisman pòtab ki sikile yon likid refwadisman nan yon bonè fleksib pou kenbe tanperati a nan yon seri ki byen kontwòle. Bonè a bezwen ajiste sèlman yon sèl fwa epi li pa bezwen chanje pandan chimioterapi a. Kounye a, sistèm refwadisman po tèt DigniCap™ ak Paxman™ yo apwouve pa Administrasyon Manje ak Dwòg o Zetazini (U.S. Food and Drug Administration) (FDA). Isit la nan Sylvester, nou ofri sistèm refwadisman po tèt DigniCap™ la. Si w enterese sèvi ak DigniCap™, pale ak founisè swen sante ou anvan premye tretman chimioterapi ou. Pou plis enfòmasyon, vizite sitwèb anba a:

- **DigniCap™** - www.dignicap.com/patients

KONBYEN TAN REFWADISMAN PO TÈT DIRE PANDAN TRETMAN?

Kèlkeswa aparèy espesifik ki itilize a, refwadisman an kòmanse apeprè 30 minit anvan enfizyon chimyoterapi a kòmanse. Refwadisman an kontinye pou yon peryòd tan apre fen enfizyon chimioterapi a, jeneralman ant 90-120 minit selon chimioterapi espesifik ki itilize a. Si w ap itilize bonè jele, ou ka retounen lakay ou ak bonè frèt la sou tèt ou pou fini refwadisman an.

KONBYEN REFWADISMAN PO TÈT KOUTE?

Pri refwadisman po tèt varye selon tip sistèm refwadisman po tèt ou itilize ak kantite tretman chimioterapi w ap resevwa. Pifò konpayi asirans pa kouvri pri refwadisman po tèt nan moman sa a.

Gen kèk sipò finansye ki disponib pou refwadisman po tèt, ki ofri pa òganizasyon “HairToStay”. Tanpri vizite sit entènèt HairToStay pou plis enfòmasyon: www.hairtostay.org/our-impact/

SÈKSYALITE AK KANSÈ

Seksyalite se yon pati nan lavi chak jou nou, men li plis pase sèlman aksyon seksyèl oswa repwodiksyon. Seksyalite gen ladan bezwen nou pou pwoksimite, entimite, afeksyon, ak plezi. Li enkli tou dezi seksyèl nou, idantite seksyèl, ak preferans seksyèl nou. Kansè ak tretman li.

ka afekte seksyalite plizyè fason. Malgre kòz yo ka diferan (operasyon, chimioterapi, tretman òmòn, oswa radyasyon), chanjman ki rive yo souvan sanble. Chanjman seksyèl ki pi komen pou pasyan kansè se yon pèt jeneral de dezi seksyèl. Pou gason, akòz efè segondè ki gen rapò ak tretman ak/oswa lòt kondisyon medikal, pwoblèm ereksyon ka parèt.

Fanm ka fè eksperyans sechrès nan vajen ak doulè pandan aktivite seksyèl. Gason ak fanm ka jwenn li difisil pou rive acheve ògasm. Pran tan epi gen pasyans pandan estimilasyon ka ogmante chans pou rive nan ògasm. Li enpòtan pou sonje ke efè segondè sa yo souvan amelyore apre ou fini ak tretman an.



JERE CHANJMAN SEKSYÈL:

PÈT DEZI:

- Pale de santiman ou avèk patnè ou. Asire w ke w pale sou santiman ou olye pou w panse “tout bagay ap amelyore ak tan.” Chanjman seksyèl komen pandan tretman kansè, e kominikasyon gen anpil enpòtans.
- Pran tan epi kreye anviwònman pou aktivite seksyèl (pa egzanp, bouji, mizik).
- Pran medikaman kont doulè oswa kè plen alè pou ankouraje konfò pandan aktivite seksyèl.
- Ou pa bezwen fè akt seksyèl la pou w ka gen yon relasyon seksyèl satisfè. Eksplòre metòd altènatif entimite tankou bo, kwoke, ak manyen/oswa karès non-jenital. Sa ka gen menm efikasite pou ou menm ak patnè ou.
- Repoze anvan ou kòmanse aktivite seksyèl pou diminye fatig pandan ak apre a.
- Si w santi malèz pandan aktivite seksyèl, itilize pozisyon altènatif tankou kouche bò kote youn ak lòt, gason an dèyè, fanm nan an wo, oswa leve tèt kabann lan.

SECHRÈS/DOULÈ VAJINAL:

- Doulè pandan sèks ka rive apre operasyon jinekolojik oswa radyoterapi nan basen oswa vajan. Tretman sa yo ka fè vajan an vin pi kout oswa pi etwat. Pou ede anpeche oswa soulaje sentòm yo, itilize yon dilatè vajan oswa fè relasyon seksyèl omwen 3 fwa pa semèn yon fwa founisè swen sante ou bay pèmasyon apre operasyon oswa radyasyon.
Pa kòmanse okenn entèvansyon, tankou terapi òmòn, san w pa diskite sa ak founisè swen sante ou.
- Nan kèk fanm ki fin fè tretman kansè, sechrès vajan an gen kòm kòz chanjman òmòn. Chimyoterapi ka domaje ovè ou konsa yo sispann pwodwi estwojèn ak pwogestewòn. Diminisyon nan nivo estwojèn lakòz vajan an vin pi mens, mwens elastik, epi plis frajil.
Pou ede soulaje sentòm yo, eseye yon idratant vajan, tankou Replens®, ki ka ede kavite vajan an rete idrate. Sèvi ak idratant de a twa fwa pa semèn nan aswè, jis anvan ou al dòmi. Epitou, sèvi ak idratant kèlkeswa aktivite seksyèl pou anpeche vajan an vin pi mens oswa pi sèk. Pandan aktivite seksyèl, ou ka sèvi ak yon lubrifyan ki baze sou dlo (pa baze sou òmòn) tankou Astroglide®, Moist Again®, oswa K-Y® Liquid anvan relasyon seksyèl oswa itilizasyon dilatè.
- Evite itilize nenpòt bagay ki ka irite tankou losyon, deodoran, pafen, savon deodoran ki fò, oswa douch nan zòn vajan an.
- Mete kilòt/kalson koton.

DIFIKILTE POU KENBE EREKSYON:

- Diskite enkyetid ou yo ak founisè swen sante ou. Founisè swen sante ou kapab detèmine ki tretman ki pi apwopriye pou ou ak chans ou genyen pou benefisye de yon tretman espesifik.
- Li enpòtan pou ou kominike ouvèteman ak patnè w.
- Gen kèk tretman kansè ak medikaman pou lòt pwoblèm medikal (pa egzanp medikaman pou trete dyabèt ak maladi kè) ka afekte kapasite ou pou gen epi kenbe yon ereksyon. Diskite enkyetid sa yo ak yon founisè swen sante.
- Sildenafil (Viagra®), yon medikaman ou pran pa bouch, se premye tretman yo itilize pou difikilte kenbe ereksyon.
- Si ou pa kalifye pou medikaman ou pran pa bouch, oswa si ou pa reponn a tretman an, gen lòt opsyon tankou aparèy vakyòm ak pwotèz pou pati gason an.
- Kenbe bon sante an jeneral atravè yon bon rejim alimantè ak fè egzèsis.
- Evite alkòl.

ENFÈTILITE

KI SA KE ENFÈTILITE A YE?

Sèten tip chimyoterapi kapab koze enfètélite. Pou yon fanm, sa vle di ke ou gen dwa pa kapab tonbe ansent. Pou yon gason, sa vle di ke ou gen dwa pa kapab fè yon fanm ansent.



POU KI SA LI RIVE?

Nan fanm, chimyoterapi gen dwa domaje ovè yo. Domaj sa a ka diminye kantite ze ki an sante nan ovè yo. Li kapab diminye òmòn ke yo pwodui. Diminisyon nan òmòn yo ka lakòz menopòz bonè. Menopòz bonè ak mwens ze ki an sante ka lakòz enfètélite. Nan gason, chimyoterapi ka domaje selil espèm yo, ki grandi ak divize rapidman. Enfètélite ka rive paske chimyoterapi ka diminye kantite espèm, lakòz espèm yo deplase pi dousman, oswa lakòz lòt kalite domaj. Si w ap vin enfètèl oswa ou pa sa depann de kalite chimyoterapi w ap resevwa, laj ou, ak si w gen lòt pwoblèm sante. Enfètélite ka dire tout rès vi w.

JESYON:

Anvan ou kòmanse chimyoterapi, li enpòtan pou fè ekip swen sante ou a konnen si ou vle gen timoun. Men kèk kesyon espesifik ou ta ka poze pandan rankont ou a:

- Èske tretman mwen an pral afekte kapasite mwen pou gen timoun nan lavni?
- Èske gen etap mwen ka pran anvan mwen kòmanse ak tretman pou prezève fètélite mwen?
- Ki opsyon ki disponib si mwen deside mwen vle gen timoun nan lavni? Èske tretman pral afekte abilite sa a?
- Konbyen tan apre tretman mwen ta dwe tann anvan mwen eseye vin ansent?
 - Yo souvan konseye fanm pa vin ansent pandan premye sis mwa apre chimyoterapi paske medikaman an ka te domaje ze ki t ap matire pandan tretman an. Si yon ze domaje vin fekonde, anbriyon an ta ka fè yon avòtman oswa devlope kòm yon tibebe ki gen yon pwoblèm jenetik.
- Èske li san danje pou mwen retade tretman kansè mwen pou konsève kapasite pou gen timoun?
- Èske mwen pral kapab pote yon gwosès an sekirite apre tretman an?

KI JAN POU PWOTEJE MOUN OU RENMEN YO

KÒMAN POU ANPECHE EKSPOZISYON AK CHIMYOTERAPI POU MOUN K AP BA OU SWEN LAKAY OU

Lè yon pasyan resevwa chimyoterapi, medikaman an prezan nan likid kò yo (pipi, pou pou, vomisman, likid vajan, ak espèm) pandan 48-72 èdtan apre tretman an fini. Si ou menm oswa yon manm fanmi ap resevwa chimyoterapi kounye a, kit se nan klinik la oswa lakay, li rekòmande pou swiv prekosyon yo pou pwoteje moun ki nan kay la:

- Manm fanmi yo ta dwe itilize twalèt apa pandan 48 èdtan apre administrasyon chimyoterapi pou diminye risk pou yo an kontak ak dechè kò ki kontamine. Nan kay ki gen sèlman yon sèl twalèt, kenbe sèvyèt sanitè dezenfektan tou pre twalèt la, netwaye pla chèn twalèt la ak rebò li apre itilizasyon, epi floche de fwa apre chak itilizasyon. Siye retire rezidi chimyoterapi sou sifas yo. Apre itilize twalèt ak netwayaj, pasyan yo ta dwe lave men yo ak savon ak dlo anvan yo manyen sifas lòt objè. Apre 48 èdtan, twalèt la ak planche twalèt la ta dwe netwaye.
- Si yo itilize yon vaz, komòd, oswa urinè, moun k ap bay swen an ta dwe mete de gan lè l ap vide li. Rense li byen ak dlo epi lave li ak savon ak dlo omwen yon fwa pa jou. Sa menm aplike pou basen yo itilize pou vomisman.
- Lave rad ak lenj jan ou konn fè a sòf si yo sal ak chimyoterapi oswa likid kò. Mete gan epi mete rad sal yo imedyatman nan machin a lave a separe de lòt rad yo. Si ou pa gen machin a lave disponib nan moman an, mete rad yo nan yon sak plastik ki fèmen jiskaske yo ka lave.
- Si w ap itilize kouchèt granmoun jetab, kilòt, oswa pad sanitè, mete yo nan de sak plastik ki fèmen epi jete yo ak fatra nòmal ou.
- Si chimyoterapi tonbe sou po a, li ka lakòz iritasyon oswa gratèl. Lave zòn nan byen avèk savon ak dlo. Si woujè a dire plis pase inèdtan, rele biwo doktè a. Ou ka evite kontak ak po a lè w mete gan lè w ap jere chimyoterapi, ekipman, oswa dechè.
- Pou likid ki debòde sou planche a oswa nan anviwònman lakay la (pa sou po ou), enfimyè CTU ou a pral ba ou yon kit pou chimyoterapi ki debòde a. Swiv enstriksyon sou sak la.
- Tout katouch, sak, boutèy, oswa tib ki gen chimyoterapi dwe jete nan bwat zegwi ki pou jete (needle disposal box) ke yo ba ou a.
- Kenbe tout medikaman chimyoterapi, ekipman, dechè, bwat zegwi, elatriye, lwen timoun ak bèt kay yo.
- Moun k ap bay swen ki ansent, k ap bay tete, oswa timoun pa ta dwe manyen okenn medikaman chimyoterapi oswa pwodwi dechè yo.
- Sèvi ak yon pwoteksyon baryè (kapòt) pandan aktivite seksyèl pou diminye ekspozisyon patnè ou a ajan chimyoterapi yo.

IMUNOTERAPI

Imunoterapi refere a tretman ki aktive sistèm iminitè kò ou pou konbat kansè. Kalite imunoterapi ou resevwa a depan sou plizyè faktè, tankou tip kansè a ak ekspresyon oswa mutasyon jèn yo. Imunoterapi vize reseptè espesifik ki prezan sou sifas selil kansè ou yo epi li voye siyal bay sistèm iminitè a pou detwi yo. Se akòz espesifikite sa a ke imunoterapi pa gen efè segondè tipik chimyoterapi tankou kè plen, vomisman, pèt cheve, anemi, mukozit, elatriye. Gen lòt efè segondè ke ou dwe okouran de yo. Imunoterapi ka fè sistèm iminitè ou twò aktive, sa ki ka lakòz anflamasyon nan lòt pati nan kò ou.

POULMONÈ

Fè founisè swen sante ou konnen si ou gen yon tous nouvo ki pèsistan e ki pa sispann oswa yon souf kout ki vini toudenkou.

GATROENTESTINAL

Fè founisè swen sante ou konnen si ou gen ogmantasyon nan mouvman entesten, dyare likid, doulè nan vant ki vini toudenkou, oswa si gen san oswa sekresyon gluan nan poupou ou.

RENAL

Fè founisè swen sante ou konnen si ou gen yon diminisyon nan kantite pipi, si pipi a vin fonsè, oswa si gen san ladan li.

EPATIT

Fè founisè swen sante ou konnen si ou gen doulè nan vant dwat ou, si blan je ou vin jòn, oswa si pipi a gen koulè fonsè.

ANDOKRIN

Fè founisè swen sante ou konnen si ou santi fatig ekstrèm, pèdi oswa pran pwa, swaf plis, pipi plis, pèt cheve, santi oufrèt, oswa boufèy chalè.

PO

Fè founisè swen sante ou konnen si ou gen yon nouvo gratèl.

TERAPI ORAL

Yon medikaman kansè pou pran pa bouch se nenpòt medikaman ou pran pa bouch pou trete kansè. Li ka yon tablèt, yon likid, oswa yon kapsil. Yo pafwa rele medikaman kansè sa yo chimyoterapi oral. Medikaman kansè oral yo ka divize an twa gwo kategori: youn se sitotoksik oswa sa yo rele souvan chimyoterapi oswa chimyo, de lòt yo se terapi vize ak ajan òmòn.

Medikaman sa yo pa senp tablèt òdinè. Yo se medikaman ki pwisan. Medikaman kansè oral mande pou yo manyen yo ak anpil atansyon, e li enpòtan pou ou konprann medikaman ou yo pou ou ka swiv plan tretman ou, jere nenpòt efè segondè, epi rapòte yo bay founisè swen sante ou lè sa nesèsè. Nou vle ede w aprann sou medikaman kansè oral ou yo pou ou ka jwenn pi bon rezilta nan tretman ou pandan w ap pwoteje tèt ou ak moun ou renmen yo.

MEN KÈK BAGAY ENPÒTAN OU TA DWE KONNEN SOU MEDIKAMAN OU:

Lè ou ta dwe pran li ak konbyen fwa.

Konbyen jou oswa mwa ou ka bezwen kontinye pran medikaman ou yo.

Kisa pou fè si ou bliye yon dòz oswa pran twòp medikaman.

Non ak òtograf medikaman ou.

Rezon ki fè w ap pran li.

Si ou dwe pran li ak manje oswa dlo oswa san manje.

Manje, bwason, oswa aktivite ou ta dwe evite pandan w ap pran medikaman an.

Si gen lòt medikaman, preskripsyon, oswa medikaman san preskripsyon ou ta dwe evite.

Li enpòtan pou ou rete an kontak ak ekip swen sante ou a epi poze yo nenpòt kesyon ou genyen sou medikaman ou oswa plan tretman ou. Chak fwa ou kòmanse yon nouvo medikaman oswa jwenn yon ranpli nan famasi a, ou ta dwe tcheke non ou ak non medikaman an de fwa. Ou ta dwe toujou li fèy enfòmasyon Administrasyon Manje ak Dwòg (Food and Drug Administration) (FDA) ki vini ak medikaman kansè ou a. Li pral di ou sou nenpòt entèraksyon posib ant manje ak medikaman.

SWIV PLAN TRETMAN OU AN:

Li enpòtan pou pran medikaman ou yo egzakteman jan yo preskri yo. Si ou pa pran yo kòrèkteman sa ka lakòz efè segondè epi li ka afekte kijan medikaman an mache. Fè yon plan ak mete yon woutin an plas souvan ede moun rete sou plan an.

KONSÈY POU SONJE PRAN MEDIKAMAN OU:

- Gen anpil zouti ki ka ede w, depi aplikasyon nan telefòn entelijan (smartphone) (apps) rive nan jounal pèsònèl. Pa gen pwoblèm kisa ou itilize, depi ke ou itilize li regilyèman.
- Si ou gen yon telefòn entelijan (smartphone) oswa yon tablèt, ale nan magazen aplikasyon an epi chèche “pill reminders” (rapèl medikaman). Ou pral wè yon gwo lis aplikasyon (apps). Gade kiyès nan yo k ap mache pi byen pou ou. Chèche youn ou ka pèsonalize selon fason ou viv epi ki fasil pou itilize. Gen kèk aplikasyon (apps) ki gen yon foto reyèl medikaman w ap pran an epi yo voye rapèl pou fè w sonje pran medikaman ou.
- Rapèl medikaman elektwonik disponib tou. Sa ka yon bwat medikaman ki gen alam pou raple ou lè li lè pou pran medikaman ou.
- Si ou pa vle itilize òdinatè oswa aparèy elektwonik, ou ka sèvi ak yon kalandriye an papye oswa yon jounal pèsònèl pou medikaman. Kenbe kalandriye a nan yon kote ou wè chak jou epi make lè ou pran grenn ou yo.
- Ou ka achte tou yon bwat medikaman ki make Dimanch-Samdi nan nenpòt famasi oswa magazen ekipman medikal.

PWOBLÈM VALE MEDIKAMAN OU YO:

Si ou gen difikilte pou vale tablèt oswa kapsil medikaman ou a ou ta dwe pale ak founisè swen sante ou. Yon fòm likid medikaman an ka disponib. Pa kraze, koupe, oswa mòde grenn ou yo paske sa ka lakòz efè segondè grav epi li ka afekte negativman kijan medikaman an mache.

DEPANS MEDIKAMAN:

Medikaman kansè oral yo ka koute chè anpil epi asirans lan ka pa kouvri yo nèt. Chay finansye sa a ka peze anpil sou moun yo. Li ka anpeche tou kèk moun swiv plan tretman yo. Si ou gen pwoblèm peye pou medikaman ou yo kapab gen èd. Anpil manifakti medikaman gen plan pou ede moun peye medikaman yo. Pale ak ekip swen sante ou. Yo ka konnen lòt resous pou ede peye medikaman kansè oral ou yo.



SEKIRITE AK JETE MEDIKAMAN CHIMYOTERAPI ORAL:

Sonje medikaman kansè oral yo se medikaman ki pwisan epi ki ka danjere. Asire w ke ou menm ak moun k ap bay swen ou pran prekosyon espesyal sa yo pou rete an sekirite lè w ap manyen medikaman kansè oral yo:

- Moun k ap bay swen yo ta dwe mete gan jetab lè yo ap manyen medikaman kansè oral yo. Gan ki te finn itilize pa kapab itilize ankò. Yo ta dwe mete nan sak ki double epi jete yo nan fatra nòmal kay la apre yon sèl itilizasyon.
- Medikaman kansè yo ta dwe rete nan anbalaj orijinal yo jiskaske yo itilize oswa mete nan bwat medikaman chak jou.
- Pa kite medikaman an vin an kontak ak sifas nan kay la tankou plan travay oswa tab, e si sa rive, netwaye sifas la byen apre pou anpeche lòt moun antre an kontak ak tras medikaman yo.
- Chak fwa sa posib, ou ta dwe manyen medikaman ou yo pou kò w.
- Lave men ou byen anvan ak apre w fin manyen grenn yo.
- Si yon lòt moun ap ba ou medikaman ou, yo ta dwe mete grenn nan yon gode medikaman oswa nan yon kiyè. Apre sa, ou ka vide gode a oswa kiyè a nan bouch ou pou pran grenn yo.
- Medikaman kansè oral yo pa dwe kraze, koupe, kase, oswa mòde.
- Moun k ap bay swen yo ta dwe lave men yo ak savon ak dlo apre yo fin retire epi jete gan yo.
- Moun k ap bay swen ki ansent pa ta dwe manyen medikaman kansè oral yo.
- Kontenè medikaman kansè yo pa dwe janm re-tilize.
- Sonje kenbe tout medikaman lwen rive de timoun ak bèt kay yo.

ESTOKAJ:

Kenbe medikaman kansè oral yo nan kontenè orijinal yo (sòf si yo mete nan bwat medikaman chak jou ou itilize sèlman pou medikaman kansè ou yo). Kenbe medikaman ou yo nan kontenè orijinal yo ap limite kontaminasyon epi asire w toujou gen enfòmasyon sou non medikaman an, dòz la, ak lòt enstriksyon. Li presizeman enpòtan si w ap pran plizyè medikaman.

- Pa kite medikaman chimyoterapi ou yo vin an kontak ak lòt medikaman ou yo. Fòk yo toujou rete separe.
- Kenbe medikaman ou yo nan yon kote fre, sèk, lwen chalè, limyè solèy, oswa imidite. Twalèt yo ka sitou imid, kidonk pa estoke grenn ou yo la.
- Estoke medikaman chimyoterapi oral yo lwen manje ak bwason.

JETE MEDIKAMAN KI RETE:

Ou p ap gen medikaman siplemantè ki rete anjeneral. Sepandan, si ou gen medikaman ki rete, li enpòtan pou jete yo nan fason ki pi an sekirite ke posib. **Pa janm jete medikaman kansè nan fatra oswa nan drenaj epi pa floche yo nan twalèt la.**

OKONTRÈ, OU KA:

- Mande ekip swen sante ou a si medikaman ki pa itilize yo ka retounen nan biwo doktè a, famasi a, oswa sant tretman an pou jete yo an sekirite.
- Tcheke ak depatman sante lokal ou a pou konnen kote ou ka jete nenpòt medikaman kansè ki pa itilize yo an sekirite.
- Jwenn yon kote koleksyon otorize ki toupre ou lè w sèvi ak zouti rechèch sou sit entènèt Ajans pou Ranfòsman Dwòg (Drug Enforcement Agency) (DEA).
- Tcheke ak konpayi ki ranmase fatra ou a pou konnen règleman yo sou jete medikaman kansè.
- Si ou gen plis kesyon sou kijan pou jete medikaman ki pa itilize oswa ki ekspire, mande ekip swen sante ou oswa famasyen ou. Ou ka rele tou Administrasyon Manje ak Dwòg (Food and Drug Administration) nan 1-866-300-4374.
- Boutèy medikaman vid yo ka mete nan fatra kay la. Pa resikle yo. Anvan ou jete yo, retire etikèt la oswa retire nenpòt enfòmasyon pèsonèl. Pa janm re-tilize boutèy grenn medikaman kansè. Tcheke ak òganizasyon jesyon fatra lokal ou a pou konnen kijan pou jete yo pi byen.

SÈVIS SIPÒ

Nan Sylvester, nou angaje pou bay ou menm ak moun ou renmen yo swen konplè ak miltidisiplinè. Depatman Sèvis Sipò Kansè a pran an kont aspè psikosyal, espiyèl, nitrisyonèl, ak fizik byennèt pou amelyore swen medikal ou resevwa a. Ekip sèvis sipò a sitiye nan “downtown Miami campus” epi nan sit satelit nou yo.

SÈVIS KONPLIMANTÈ SA YO DISPONIB POU OU NAN KÈK KOTE KE YO CHWAZI:

- **At nan Medsin (Art in Medicine):** Pwogram At nan Medsin lan ka ede diminye santiman anksyete, ogmante moral, epi sipòte byennèt atravè ekspresyon kreyatif.
- **Fizyoloji Egzèsis:** Pwogram fizyoloji egzèsis la bay pasyan yo opòtinite pou devlope fason pratik pou adopte yon stil lavi ki pi aktif, ak an sante pandan tretman an ak apre li.
- **Terapi Masaj:** Terapi masaj onkoloji lisansye nou yo fè wout nan CTU ak inite pasyan entèn yo pou ofri masaj bay pasyan pandan tretman an. Literati syantifik la montre ke masaj onkoloji ka ede soulaje anksyete, fatig, kè plen, ankouraje detant, amelyore dòmi, epi ogmante enèji ak apeti.
- **Travay Sosyal Onkoloji:** Travay sosyal ka bay entèvansyon nan kriz, konsèy, ak sipò. Travayè sosyal yo ede tou ak referans nan resous kominotè, asistans pou transpò, referans pou swen lakay, pwogram finansye, epi fasilite gwoup sipò.
- **Terapi Mizik:** Terapi mizik itilize mizik an dirèk ak aktivite ki baze sou mizik pou ogmante santiman byennèt nan pasyan nan tout laj.
- **Konsèy Nitrisyon:** Dyetetisyen lisansye ki anrejistre nan Sylvester yo espesyalize nan onkoloji e yo se yon pati entegral nan ekip medikal la. Terapi nitrisyon medikal ka ede jere plizyè kondisyon tankou pwoblèm dijesyon, chanjman nan gou, pèdi pwa, oswa pran pwa. Rekòmandasyon yo baze sou dènye rechèch yo epi yo pèsonalize selon tip kansè a ak tretman an.
- **Swen Pastoral:** Chaplen nou yo pa afilye ak okenn denominasyon epi yo bay sipò espiyèl pou pasyan yo ak moun yo renmen yo. Anplis de sa, pwogram chaplen nou an pral fasilite referans pou klèje kominotè lè sa mande.
- **Terapi ak Bèt:** Etid yo montre ke pwogram terapi ak bèt ka amelyore atitid epi ede diminye anksyete. Chen ki itilize pou terapi ak bèt nou yo swiv règleman strik epi yo obsève anvan yo rantre nan pwogram nou an pou asire yo anfòm ak pasyan nou yo.

UHealth - University of Miami Health System rekonèt responsablite li pou konfòme li ak egzijans Lwa Ameriken sou Andikap (Americans with Disabilities Act) (ADA), jan li amande, Seksyon 1557 nan Lwa sou Pwoteksyon Pasyan ak Asirans Sante Abòdab (Patient Protection and Affordable Health Care Act), ansanm ak règleman federal ki gen rapò. Nan fè sa, UHealth rekonèt nesite pou adrese ka kote pasyan ak vizitè bezwen sèvi ak yon Bèt Sèvis. Bèt Sèvis yo gen dwa akonpaye pasyan ak vizitè nan etablisman UHealth yo osi lontan ke prezans yo pa reprezante yon menas oswa danje pou pratik medikal estanda epi li pa anpeche sèvis oswa fonksyon fondamantal yo. Konsa, yon Bèt Sèvis defini kòm yon chen oswa yon mini cheval ki te antrene endividyalman pou fè travay oswa egzekite tach pou yon moun ki gen yon andikap ki koresponn. Yon chen oswa yon mini cheval ki pa satisfè definisyon sa a, tankou bèt sipò emosyonèl, terapi, konfò oswa konpayon, pa konsidere kòm Bèt Sèvis e yo pa enkli nan ADA ak règleman federal yo. Pou konsidere pasyan, vizitè, ak anplwaye nou yo, bèt kay yo entèdi akonpaye pasyan, vizitè, ak anplwaye nan tout etablisman UHealth yo.

- **Perik:**An kolaborasyon ak EBeauty™, nou ofri perik pou pasyan nou yo k ap swiv tretman nan Sylvester. Pou resevwa yon perik, ou dwe gen yon nòt oswa preskripsyon sòti nan doktè ou oswa APP ou.
- **Sipò pou Moun k'ap Pran Swen ou:**Bay yon moun ki gen kansè swen se yon travay difisil e li ka gen yon gwo enpak sou emosyonèl, fizik, ak sikolojik. Nan Sylvester, nou bay zouti ak resous pou ede diminye chay sa a epi anpeche twòp fatig nan moun k ap bay swen yo.
- **Pwogram Sivivan:**Nan Sylvester, nou la pou sipòte ou menm ak moun k ap bay swen ou yo pandan dyagnostik, tretman, ak apre ke tretman an fini. Fen tretman kansè ka pòte soulajman pou pasyan yo ak moun k ap bay swen yo, men li ka tou yon moman enkyetid. Sylvester devlope pwogram sivivan pou ou ki gen ladan gwoup sipò, seminè, atelye, ak plis ankò. Atravè efò rechèch nou yo, nou ap chèche adrese efè sosyal, ekonomik, ak fizik kansè genyen sou pasyan pedyatrik ak granmoun nou yo.

SÈVIS SA YO KA BEZWEN OTORIZASYON ASIRANS AVAN, KI FASIL POU JWENN:

- **Akiponkti:** Ekip akupunktè nou yo ki espesyalize nan onkoloji ka ede jere sentòm nèwopati, boufèy chalè, move apeti, anksyete, fatig, ak doulè.
- **Onkoloji Psikososyal:** Ekip sikològ ak sikyat onkoloji nou an bay psikoterapi pou pwoblèm ki gen rapò ak kansè ak medikaman pou dyagnostik sante mantal.
- **Swen Palyatif:** Espesyalis swen palyatif la ede amelyore kalite lavi pou nenpòt moun k ap viv ak yon maladi grav, enkli kansè. Yo konsantre sou ba ou soulajman nan sentòm yo, doulè, ak estrès yon kondisyon sante — kèlkeswa dyagnostik ou oswa pwognostik ou. Ekip la ap travay ansanm ak lòt founisè swen sante ou yo pou amelyore byennèt ou pandan w ap swiv tretman an.
- **Medsin Fizik ak Reyabilitasyon:** Ekip sa a ede ou rekipere nan kapasite maksimòm ou apre dyagnostik ou. Yo travay pou diminye doulè epi retabli mobilite ak fonksyon ou pèdi akòz dyagnostik kansè ou. Fokus la se byennèt fizik ak emosyonèl ou.

Si ou enterese nan sèvis sa yo oswa pou plis enfòmasyon, tanpri kontakte Sèvis Sipò Kansè (Cancer Support Services) nan 305-243-4129.

EKIP SWEN MWEN

DOKTÈ MWEN (EMATOLÒG OSWA ONKOLÒG):

Ematològ oswa onkològ prensipal la se doktè k ap sipèvize swen ou. Yo gen fòmasyon espesyal nan tretman kansè. Yo pral doktè ki pral preskri chimyoterapi, biyoterapi, oswa tretman vize ou pral resevwa nan inite tretman konplè (comprehensive treatment unit) (CTU). Doktè sa a sòti nan Sylvester Comprehensive Cancer Center.

NON: _____

Telefòn: _____

Enfimyè Lisansye Avanse (Advanced Practice Registered Nurse) (APRN) oswa Asistan Doktè (Physician Assistant) (PA) mwen:

Founisè swen sante avanse a se swa yon Enfimyè Lisansye Avanse oswa yon Asistan Doktè. Yo travay ansanm ak ematològ oswa onkològ prensipal ou. Founisè swen sante avanse a pral evalye kondisyon ou, revize plan swen ou, epi kolabore ak doktè prensipal ou. Moun sa yo tipikman fini fòmasyon nan nivo metriz oswa doktora.

Non: _____

Telefòn: _____

ASISTAN ADMINISTRATIF DOKTÈ:

Asistan administratif doktè a pral ede w reponn kesyon sou randevou ou yo, enkli re-planifye, konfime, ak anile lè ou kite klinik la.

Non: _____

Telefòn: _____

NAVIGATÈ ENFIMYÈ:

Nanviyatè enfimyè a se yon enfimyè ki gen konesans espesifik nan onkoloji ki kowòdone premye randevou ou epi ki ka ofri asistans pou pasyan, fanmi, ak moun k ap bay swen pou simonte baryè nan sistèm sante a.

Non: _____

Telefòn: _____

ENFIMYÈ TRIYAJ:

Enfimyè triyaj la se yon enfimyè ki te resevwa fòmasyon espesyal pou bay swen pou pasyan ematoloji/onkoloji. Enfimyè triyaj la pral koute nenpòt kesyon/oswa enkyetid medikal ou genyen epi li pral ba ou enstriksyon espesifik epi/oswa diskite sou sitiyasyon an ak founisè swen sante avanse ou oswa ematològ/onkològ prensipal ou si sa nesesè pou adrese kesyon/oswa enkyetid medikal ou yo.

Non: _____

Telefòn: _____

TRAVAYÈ SOSYAL:

Travayè sosyal klinik la bay konsèy sipò, planifikasyon sòti, referans nan resous kominotè, ak asistans ak pwoblèm finansye. Ou kapab mande pou ou konsilte ak yon travayè sosyal nenpòt ki lè. Ou ka kontakte yon travayè sosyal jis rele Sèvis Sipò Kansè (Cancer Support Services) nan 305-243-4129.

Non: _____

Telefòn: _____

JERAN KA FINANSYE:

Jeran ka finansye a defann ou lè li kontakte konpayi asirans ou pou verifye tretman yo. Kouvèti a ka varye selon règleman konpayi asirans endividyèl la, Medicare, oswa Medicaid. Jeran ka finansye a pral ede w jwenn enfòmasyon sou konpozan finansye asirans endividyèl ou yo (pa egzanp: ko-peman, dediktib, ko-asirans, depans nan pòch, elatriye).

Non: _____

Telefòn: _____

DYETETISYEN LISANSYE:

Dyetetisyen klinik la bay enfòmasyon nitrisyonèl ki baze sou prèv pou ede w atravè chemen ou. Yo ka ede ak jesyon dyetetik sentòm yo, ansanm ak bay bon konsèy nitrisyonèl pou “viv apre kansè”. Ou kapab mande pou ou konsilte ak yon dyetetisyen nenpòt ki lè. Ou ka kontakte yon dyetetisyen jis rele Sèvis Sipò Kansè (Cancer Support Services) nan 305-243-4129.

Non: _____

Telefòn: _____

KLINIK SWEN ONKOLOJI

Sylvester Comprehensive Cancer Center

1475 NW 12th Avenue

Miami, FL 33136-1002

DEZYÈM ETAJ, SAL 2099h (AN DEDAN COMPREHENSIVE TREATMENT UNIT)

Objektif Klinik SWEN Onkoloji CARE se bay swen imedya pou pasyan ematoloji/onkoloji Sylvester ki egziste. Si ou bezwen ke yo wè'w, yon founisè swen sante avanse pral evalye ou. Kondisyon ki ka trete yo gen ladan chimioterapi efè segondè ki asosye ansanm ak lòt maladi minè, ki pa ijans. Nou aksepte moun ki vin san randevou, osi byen ke moun ki voye pa founisè swen sante oswa liy triyaj enfimye a.

PAWÒL ENSPIRE DE YON SIVIVAN

Lè yo di ou gen kansè se yon bagay ki deja difisil pou tande, men pawòl ki vini apre a prèske toujou gen rapò ak moman kote ou pral kòmanse chimyoterapi. Si lakrent pou gen kansè pa sifi, panse a chimyoterapi konn lakòz plis pè ak anksyete toujou. O mwen se konsa li te ye pou mwen! Panse a zegwi te premye frison ki te pase nan kolòn vètebral mwen paske mwen te toujou rayi zegwi (mete yon pòt te rezoud pwoblèm sa a).

Dezyèm frison an te sòti nan panse ke yo t ap vide pwodui chimik ki ka touye kò mwen pou eseye touye kansè a. Ki sa sa t ap fè mwen? Tankou pifò moun, mwen te tande tout kalite istwa terib sou fè chimyoterapi. Mwen menm te oblije gade pwòp papa m pase ladan l plizyè ane anvan. Sa mwen pa t reyalize nan moman sa a se te ke kominote medikal la te fè gwo pwogrès nan kontwòl tout bagay ki te fè chimyoterapi tèlman terib nan tan lontan. Kidonk, sa mwen la pou m di w apre m fin travèse 11 sik sa yo nan sa mwen toujou rele “bòn nikelè” chimyoterapi a, se ke li pa t twò move. Sa gen tout pou wè ak jan ou gade li epi eksperyans ou fè.

Chimyoterapi mwen an te konpoze de uit èdtan nan enfizyon ak twa diferan kalite medikaman chimyoterapi epi apre sa yo te tache yon katrityèm medikaman chimyoterapi nan yon pakè ki te enfize detanzantan pandan pwochen 48 èdtan yo. Yo te repete'l chak de semèn. Sanble li terib, pa vre? Men, li pa t vrèman menm pre move jan mwen te panse li t ap ye a. Medikaman yo genyen kounye a pou konbat kè plen ak lòt efè segondè yo se vrèman ekstraòdinè epi efikas. Mwen te tèlman sezi lè mwen dekouvri ke li te relativman fasil. Wi, te gen kèk fatig, men mwen te konnen mwen te kapab jere sa e mwen te konnen ke pwodui chimik “pwazon” sa yo t ap retire kansè a sistematikman.

Kidonk, tout sa ou bezwen fè se pran li yon jou apre yon lòt – konnen ke chak jou ap pote w yon jou pi pre pou w vin lib ak kansè. Atann pou li fasil olye de difisil. Pèsoun pa vle fè chimyoterapi, men kounye a mwen pa gen kansè e chimyoterapi te ede m rive la. Yon fwa mwen mete pè yo sou kote, aplikasyon an te jis tankou yon mach nan pak la.

-Yon Sivivan Sylvester

Referans

American Cancer Society. (2022). Chemotherap. Retrieved from <https://www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-effects/treatment-types/chemotherapy.html>

American Cancer Society. (2022, August 17). Chemotherapy side effects. Retrieved from <https://www.cancer.org/content/dam/cancer-org/cancer-control/en/worksheets/chemotherapy-side-effects-worksheet.pdf>

American Cancer Society. (2022, August 17). Mouth sores and pain. Retrieved from <https://www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-effects/physical-side-effects/mouth-problems/mouth-sores.html>

Cancer.Net. (2022). Life after Cancer. Retrieved from <https://www.cancer.net/survivorship/life-after-cancer>

Chemocare.com. (2022). Impotence (erectile dysfunction): Managing Side Effects. Retrieved from <https://chemocare.com/chemotherapy/side-effects/impotence.aspx>

Chemocare.com. (2022). Taste changes: Managing Side Effects. Retrieved from <http://chemocare.com/chemotherapy/side-effects/taste-changes.aspx>

Mayo Clinic. (2022, August 17). Chemotherapy and hair loss: What to expect during treatment. Retrieved from <https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/chemotherapy/in-depth/hair-loss/art-20046920>

National Cancer Institute. (2022). How cancer and cancer treatment can affect fertility. Retrieved from <https://www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-effects/physical-side-effects/fertility-and-sexual-side-effects/how-cancer-treatment-affects-fertility.html>

National Comprehensive Cancer Network. (2019). Adolescents and young adults with cancer. Retrieved from <https://www.nccn.org/patients/guidelines/content/PDF/aya-patient.pdf>

National Institute of Health. (n.d.). Side effects of cancer treatment. Retrieved from <https://www.cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects>

Olsen, M., LeFebvre, K., & Brassil, K. (2019). Chemotherapy and Immunotherapy Guidelines. (1st ed.). Oncology Nursing Society.

Yarbo, C. H., & Wujcik, D., & Gobel, B. H. (2014). Cancer symptom management (4th ed.). Jones & Bartlett Learning.

Livrè sa a te posib gras ak kontribisyon APRN CTU nan Sylvester Comprehensive Cancer Center an 2022. Enprime an 2022 avèk direktiv ak rekòmandasyon nasyonal aktyèl yo.

