

Finding the words starting a conversation when your cancer has progressed

Paghanap ng mga salita sa pagsisimula ng pakikipag-usap kapag sumulong ang iyong kanser

Pagpapasalamat

Lubos na nagpapasalamat ang National Breast and Ovarian Cancer Centre (NBOCC)* sa suporta at impormasyon ng lahat ng mga indibidwal at pangkat na nag-ambag sa paggawa ng patnubay na ito.

Ang patnubay na ito ay ginawa ng isang multidisiplinaryong Reference Group (Sangguniang Pangkat):

Dr Julie Thompson (Tagapangulo)	Tagapamahala ng Pangunahing Pangangalaga (Manager Primary Care), NBOCC
Associate Professor Katy Clark	Doktor sa Palliative Care
Dr Warren Hargreaves	Siruhano ng Suso
Ms Susanne Melia	Kinatawan ng konsumidor
Dr Donna Milne	Nakakataas na Tagapanaliksik na Clinician (Senior Clinician Researcher), Nursing
Professor Geoff Mitchell	Propesor ng Pangkalahatang Kasanayan at Palliative Care (Professor of General Practice and Palliative Care)
Dr Deborah Neesham	Gynaecological Oncologist
Ms Marie Polla-Mounter	Kinatawan ng konsumidor
Dr Catherine Shannon	Medical Oncologist
Ms Diane Shore	Kinatawan ng konsumidor
Associate Professor Jane Turner	Psychiatrist
Dr Karen Luxford	Pangkalahatang Tagapamahala, NBOCC
Dr Vivienne Milch	Nakatataas na Opisyal ng Proyekto (Senior Project Officer)-Clinical, NBOCC
Ms Janice Peterson	Opisyal ng Proyekto, NBOCC

Labis naming pinasasalamatan ang mga kontribusyon na ginawa ng mga babaeng mula sa sumusunod na mga organisasyon na lumahok sa mga focus group at mga panayam:

- Breast Cancer Network Australia
- Breast Cancer Action Group, NSW
- Gynaecological Cancer Support Group, Cancer Support Centre, Sydney Adventist Hospital, NSW
- The Oncology Unit, The Royal Women's Hospital, Vic

Labis rin naming pinasasalamatan ang mga komentaryong natanggap mula sa sumusunod na mga organisasyon:

- Cancer Voices
- Cancer Council Australia
- Breast Cancer Action Group, NSW
- Ovarian Cancer Australia

Tagapayo: Dr Alison Evans Consulting

*Noong Hunyo 30, 2011, ang National Breast and Ovarian Cancer Centre (NBOCC) ay ipinagsama sa Cancer Australia upang bumuo ng solong pambansang ahensiya, ang Cancer Australia, upang mamuno sa pagkontrol ng kanser at pagbutihin ang mga kalalabasan para sa mga Australyanong apektado ng kanser.

Paghahanap ng mga salita

Pagsisimula ng pakikipag-usap kapag sumulong ang iyong kanser

Orihinal na Binuo ng National Breast and Ovarian Cancer Centre*

Ang Paghahanap ng mga salita sa pagsisimula ng pakikipag-usap kapag sumulong ang iyong kanser ay unang inilathala ng National Breast and Ovarian Cancer Centre (NBOCC) noong 2010 *

© Cancer Australia 2012

Locked Bag 3, Strawberry Hills NSW 2012

Tel: 61 2 9357 9400 Fax: 61 2 9357 9477 Libreng Tawag: 1800 624 973

Website: www.canceraustralia.gov.au

ISBN Print: 978-1-74127-154-6 Online: 978-1-74127-155-3 CIP: 616.99449

Ang gawang patnubay na ito ay karapatang-ari. Bukod sa anumang paggamit na pinapahintulutan sa ilalim ng Copyright Act 1968 (Batas ng Karapatang-ari ng 1968), walang bahagi ang maaaring kopyahin sa pamamagitan ng anumang proseso kung walang naunang nakasulat ng pahintulot mula sa Cancer Australia. Ang mga kahilingan at mga



tanong tungkol sa pagkopya at mga karapatan ay kailangang ipadala sa makokontak na opisyal ng Publications and Copyright, Cancer Australia, Locked Bag 3, Strawberry Hills NSW 2012.

Nirerekomendang sipi

Cancer Australia. Paghanap ng mga salita - pagsisimula ng pakikipag-usap kapag sumulong ang iyong kanser.

Pagtalikwas

Hindi tinatanggap ng Cancer Australia ang anumang pananagutan para sa anumang pinsala, pagkawala o pagkasira na natamo dahil sa paggamit o pagtitiwala sa impormasyon. Ang Cancer Australia ay bumubuo ng materyal batay sa pinakamabuting makukuhang ebidensiya, pero hindi nito magagarantiya at hindi nito gagampanan ang legal na pananagutan o responsibilidad para sa pagkakasalukuyan at pagkakumpleto ng impormasyon.

Paunang Salita

Kapag malalaman mong mayroon kang sekundaryong kanser, maaari itong maglahad ng isang buong bagong hanay ng mga hamon. Ang pagtanggap sa kalubhaan ng transisyong ito ay para bang napakahirap malampasan. Ang patnubay na ito ay dinisenyo upang tulungan ka sa transisyong ito, upang mabigyan ka ng kapangyarihan upang makontrol ang sitwasyon. Sa pamamagitan ng pagtulong sa iyong makipag-usap sa mga taong makakasuporta sa iyo, maaaring makakasama mo ang iyong pamilya, mga kaibigan at mga miyembro ng iyong pangkat sa pangangalaga ng kalusugan sa panahon ng transisyong ito.

Ang pinakamahirap na unang hakbang ay ang paghahanap ng mga salita upang masimulan ang pakikipag-usap. Ang patnubay na ito ay dinisenyo upang tulungan ka sa mahirap na mga unang pakikipag-usap na iyon at naglalaman ito ng mga sipi at kuwento mula sa mga babaeng may kanser sa suso o obaryo na naglalarawan sa kanilang mga karanasan. Umaasa kaming makakapagbigay-tiwala sa iyo ang mga salita nila at makapagbigay sa iyo ang gabay ng mapagkukunan ng batay sa katotohanang impormasyon at inspirasyon upang matulungan ka sa pagtanggap ng pangangalaga at suportang kinakailangan mo.

Dr Helen Zorbas

Punong Ehikutibong Opisyal

Cancer Australia

Panimula

Ginawa ang patnubay na ito upang tulungan ang mga babae na may kanser sa suso o obaryo tungkol sa kung paano maaaring makatulong ang palliative care sa kanila upang bumuti sa hangganang posible ang kanilang buhay kapag kumalat na ang kanser. Ito ay naglalayong tumulong sa mga babae at kanilang mga tagapag-alaga at pangkat sa pangangalaga ng kalusugan na talakayin ang isang madalas mahirap maintindihang bahagi ng pangangalaga ng kanser. Maraming tao ang nag-iisip na ang palliative care ay para



lamang sa mga taong mamamatay na o malapit na sa katapusan ng kanilang buhay. Sa katunayan, ang anumang paggamot para sa sekundaryong kanser** na makakatulong upang pahupain ang mga sintomas at mapabuti ang pang-araw-araw na buhay ay maaaring tawaging palliative care.

Ang pagkalitong pumapalibot sa palliative care ay nangangahulugan na ang ilang mga tao ay nag-aatubiling makipag-usap tungkol dito sa kanilang pangkat sa pangangalaga ng kalusugan o sa kanilang pamilya at mga kaibigan. Maaari itong magresulta sa kanila na mawalan ng importante at mahalagang pangangalaga at suporta sa panahon ng kanilang paglalakbay kasama ng kanser.

** Ang sekundaryong kanser ay tinatawag ding malala o metastatic na kanser.

Pagtulong sa ibang taong tulungan ka

Kung mayroon kang sekundaryong kanser sa suso o obaryo, ang iyong pangangailangan para sa pangangalaga at suporta ay malamang na mag-iba depende sa kung ano ang iyong pisikal at emosyonal na pakiramdam. Ang iyong kapareha, mga anak at tagapag-alaga ay malamang na mangangailangan rin ng suporta sa iba't ibang panahon. Ang serbisyo sa palliative care ay makakatulong upang masiguro na makukuha mo ang suporta na kinakailangan mo sa panahong kailangan mo ito. Maaaring tila kakaiba na mag-isip tungkol sa paghiling ng tulong sa panahong medyo mabuti pa ang iyong pakiramdam. Subalit, ang pagtanggap ng tulong at suporta ay makakatulong sa iyo upang ipunin ang iyong sigla para sa mga bagay na mahalaga para sa iyo.

Sinasabi ng ilang kababaihan na wala silang ideya kung ano ang maaaring i-alok ng palliative care hanggang sa naranasan nila ito, at nagnanais silang humiling sila ng tulong nang mas maaga.

Ang pag-alam tungkol sa palliative care ay nangangahulugang alam mo kung anong tulong ang makukuha mo kapag kailangan mo ng dagdag na suporta. Maaaring malaman mo rin na mayroong ilang mga serbisyong makakatulong sa iyo ngayon.

“Masyado akong mapagmataas noon. Ngayon medyo natututunan ko nang tumanggap ng tulong nang kaunti. At sa tingin ko ang bahagi nito ay matutong malaman na karapat-dapat kang makatanggap ng tulong.”

Ang iyong pamilya at mga kaibigan

Ang pag-uusap tungkol sa iyong diyagnosis at paggamot para sa sekundaryong kanser at paano ito gagawin at napakapersonal na bagay. Para sa maraming tao, ito ay maaaring masyadong mapaghamon. Ang bukas na komunikasyon sa iyong kapareha at sa mga taong malapit na iyo ay mahalaga. Kung may mga anak ka, maaaring nanaisin mong makipag-usap sa kanila upang maunawaan nila ang nangyayari sa kanilang paligid. Sagutin ang kanilang mga tanong nang matapat hangga't maaari gamit ang mga salitang maiintindihan nila. Ang inaakala nilang nangyayari ay posibleng mas nakakapagpabagabag sa kanila kaysa sa realidad, kapag naipaliwanag na ito.



Ang impormasyon sa patnubay na ito ay dinisenyo upang tulungan ka sa ilang sa mga pag-uusap na ito. Gamitin ito bilang umpisa at tandaan na maaari mong hilingan ang iyong pangkat sa pangangalaga ng kalusugan ng tulong at suporta kapag kinakailangan.

Kuwento ni Anne

“Nasuri akong may malalang kanser sa obaryo 4 na taon nang nagdaan. OK ang pakiramdam ko pero nakakaramdam na ako na mas napapagod ako kaysa dati at nanghihina ako dahil dito. Isinangguni ako ng aking doktor sa palliative care. Isinaayos nila ang maraming bagay para sa akin. Dumating sila at nagsagawa sila ng pagtatasa sa aking bahay at nilagyan nila ng ilang rehas ang banyo. Hindi ko inisip na kailangan ko ito pero malaking tulong talaga na nakakaupo ako habang nagsa-shower – lalung-lalo na kapag nanghihina ako sa araw na iyon.

Mayroon ding isang physiotherapist na bumibisita sa akin sa bahay. At mayroon ring katulong sa bahay na dumadating bawat 2 linggo. Ako pa rin ang nag-aalis ng alikabok at nagpupunas sa mga ibabaw pero magandang mayroong ibang taong gumagawa sa mga bagay na mabigat gawin. Malaking kaluwagan din ito para sa aking mga anak na babae – nakatirang sila malapit sa akin pero nangangahulugan ito na nawawala nang kaunti ang kanilang pasanin, dahil alam nilang may ibang taong naroroon upang tumulong...”

Tungkol sa palliative care

Kapag makikipag-usap ka sa iyong pangkat sa pangangalaga ng kalusugan tungkol sa palliative care, malamang gusto mong malaman kung ano ang kahulugan nito para sa iyo at para sa mga taong malapit sa iyo.

Ang mga pangunahing katotohanan tungkol sa palliative care ay maaaring makatulong sa pagsagot ng iyong mga paunang tanong.

- Pinagbubuti ng palliative care ang kalidad ng buhay para sa mga taong mayroong kanser sa sekundaryo o malalang yugto.
- Ang palliative care ay hindi lamang sa mga taong mamamatay na.
- Nagbibigay ang palliative care ng paghupa sa pananakit at maaaring kabilangan ng mga aktibong paggamot katulad ng radiotherapy, chemotherapy o opera upang pahupain ang mga sintomas.
- Nagbibigay rin ang palliative care ng emosyonal, espiritwal at panlipunang suporta sa mga pasyente at sa kanilang mga pamilya.
- Sa mga huling yugto ng sakit, maaaring makatulong ang palliative care sa mga tao upang maghanda para sa kamatayan.
- Ang palliative care ay maaaring ihatid sa tahanan, sa komunidad, sa ospital o isang klinikang pang-outpatient o sa isang hospisyo o espesyalistang yunit ng palliative care.
- Maaari kang isangguni sa isang espesyalistang serbisyo ng palliative care sa anumang punto pagkatapos ng diyagnosis ng kanser.



- Maaari kang magpatuloy na magkaroon ng paggamot mula sa iyong natirang pangkat sa pangangalaga ng kalusugan habang tumatangap ka ng palliative care.
- Maraming GP ay may malawak na kasanayan sa palliative care at karanasan sa epektibong pakikipagtrabaho kasama ng ibang mga miyembro ng pangkat ng palliative care. Ang pagtanggap ng palliative care ay hindi nangangahulugang hindi ka na maaaring gamutin ng iyong GP.

Paglalarawan ng dayagram

Dayagram ito ng isang bulaklak. Sa gitna, nilista mo ang 'Ikaw at ang GP'. Sa direksiyong paikot sa kanan, may limang talulot na nakapalibot sa gitna na kung saan ang bawat isa ay nagpapahiwatig ng outlet ng suporta, simula sa itaas ang mga ito ay nakalista bilang, Ospital, Komunidad, Yunit ng Palliative Care, Hospisyo, at Tahanan. Ang nakapaligid nito ay lima pang mga talulot na nagpapahiwatig sa uri ng suporta ang makukuha, simula sa itaas at papunta sa direksiyong paikot sa kanan, ang mga ito ay nakalista sa ilalim ng mga sumusunod na pamagat, Emosyonal na suporta – Pagpapayo, Mga Pangkat na Pansuporta, Espiritwal na suporta. Praktikal na suporta – Tulong sa tahanan, mga tulong sa paggalaw (mobility aid), Pinansiyal na payo. Pangangalaga sa katapusan ng buhay – Paggawa ng mga plano, Suporta para sa pasyente at pamilya, Suporta sa pangungulila sa namatay. Pamilya/Mga tagapag-alaga – Suporta at pagpapayo sa mga tagapag-alaga, Respite care (temporaryong pangangalaga ng may-sakit upang makapagpahinga ang regular na tagapag-alaga), Impormasyon. Mabuting pamumuhay – Pagkontrol sa sintomas, paghupa ng pananakit, Diyeta at ehersisyo, Pagrelaks.

Isang pangkalahat ang pananaw sa mga serbisyo ng palliative care

Pagtatanong ng mga mahihirap na katanungan

Makakapagbigay ang iyong pangkat sa pangangalaga ng kalusugan ng impormasyon tungkol sa palliative care at makakasagot sa iyong mga tanong. Subalit, maaaring may ilang mga tanong na nag-aalala kang itanong. O maaaring may mga tanong na hindi mo pa napag-iisipan.

Ang seksiyong ito ay batay sa mga talakayan tungkol sa palliative care kasama ang mga babaeng nasuring mayroong sekundaryong kanser sa suso o obaryo. Maaaring makatulong sa iyo ang impormasyon kapag nakikipag-usap ka sa iyong pangkat sa pangangalaga ng kalusugan o sa iyong pamilya at mga kaibigan tungkol sa iyong diyagnosis at pangangalaga. Tandaan na walang tanong na masyadong 'hangal' upang itanong – kung mayroon kang tanong, ang tsansa ay hindi ka nag-iisa.

"Hindi ko nagustuhan ang palagay na isasangguni akong sa palliative care noong kakasuri pa lang sa aking mayroon akong sekundaryong sakit pero nakita kong nakakatulong talaga ito. Sinabi nila sa akin kung paano mag-apply para sa pinansiyal na tulong at binigyan nila ako ng mga makakatulong na mungkahi tungkol sa kung paano ko makontrol ang pananakit sa ilalim ng aking balikat."

Kung may palliative care ako, ibig sabihin ba nito na nagbago ang layunin ng aking paggamot?



Maaaring kabilang sa palliative care ang mga aktibong paggamot katulad ng chemotherapy, radiotherapy o opera. Sa pamamagitan ng pagkontrol sa kanser, ang mga paggamot na ito ay makakatulong upang panatilihin kontrolado ang mga sintomas at panakit upang pahintulutan kang mamuhay nang mabuti kasama ang pinakakaunting posibleng sintomas.

May mga pagpipilian pa ba ako?

Ang iyong mga opsiyon sa paggamot ay magdedepende sa ilang bagay, kabilang na ang iyong kanser, iyong mga sintomas at iyong pangkalahatang kalusugan. Sa makikita mo sa pangkalahatang pananaw sa mga serbisyo ng palliative care sa pahina 5, nagbibigay ang palliative care ng isang hanay ng mga serbisyo. Maaaring hindi mo kailangan ang lahat ng mga ito, at maaaring magbago ang iyong mga pangangailangan sa pagdaan ng panahon. May karapatan kang gumawa ng mga desisyon tungkol sa sarili mong pangangalaga, batay sa sarili mong mga pangangailangan, sa mga pinapahalagahan mong personal at sa iyong mga karanasan, kabilang na ang pagpiling ihinto ang paggamot kung ito ang ninanais mo.

Ang palliative care ba ay para lang sa pangangalaga para sa katapusan ng buhay?

May papel na ginagampanan ang palliative care para sa mga babaeng mayroong sekundaryong kanser. Maaaring hindi mo kailangang gamitin nang patuloy ang serbisyo. Maaari itong pumasok at umalis sa iyong buhay alinsunod sa mga pagbabago ng iyong pangangailangan. Nag-aalok ang palliative care ng isang hanay ng mga serbisyo upang pangalagaan ang buo mong kabutihan. Maaaring kabilang dito ang pag-uusap tungkol sa iyong mga pakiramdam, pagtalakay sa mga espirituwal at praktikal na suporta, at pati na rin ang pamamahala ng iyong mga sintomas. Makipag-usap sa iyong pangkat sa palliative care tungkol sa anumang mga isyu na maaaring magdulot sa iyo ng pagkabalisa.

Magbabago ba ang aking pangkat sa pangangalaga ng kalusugan?

Ang ilang mga tao ay nag-aalala na kapag mayroon silang palliative care, maaaring magbago ang mga taong namamahala sa pangangalaga nila. Subalit, ang espesyalistang pangkat sa palliative care ay isa lang bahagi ng pangkat sa paggamot. Ang iyong pangangalaga ay maaari pa ring pamahalaan ng iyong umiiral na GP, na maaaring manatiling isa sa pinakamahalagang miyembro ng iyong pangkat, pero maaaring may ilang karagdagang mga propesyonal sa kalusugan na magiging sangkot.

Paano ko paplanuhin ang aking kinabukasan?

Iba't iba ang pagtugon ng lahat ng tao sa paggamot para sa kanser sa suso o obaryo. Iba't iba ang pangangailangan ng lahat ng tao para sa suporta at impormasyon, at iba't iba ang mga tao sa kung gaano nila pinag-iisipan ang kinabukasan. Ang pakikipag-usap sa mga taong malapit sa iyo ay maaaring siyang magiging unang hakbang sa pagpaplano para sa kinabukasan. Ang pag-uusap tungkol sa paksa hinggil sa paghingi ng tulong sa mga serbisyo sa palliative care ay maaaring masyadong mapanghamon kapag hindi batid ng iyong mga kaibigan at pamilya na sumusulong na ang iyong sakit. Maaari mo silang bigyang katiyakan na ang palliative care ay hindi nangangahulugang pangangalaga sa katapusan ng buhay, na nangangahulugan itong paghingi ng tulong sa isang hanay ng mga serbisyo na magsusuporta sa iyo.



“Akala ko noon na kapag nagkaroon ka ng palliative care, na malapit ka nang mamatay. Hindi ko napagtanto na maaari silang pumasok kapag nasa isang sitwasyong krisis at habang gumagaling ka na, aalis na naman sila.”

Kuwento ni Mary

“Namumuhay akong mayroong sekundaryong kanser sa suso nang 12 taon at tumatanggap ng suporta mula sa pangkat sa palliative care nang paulit-ulit sa nakaraang 3 taon. Puro positibong pakiramdam lang ang mayroon ako tungkol sa pagkasangkot nila sa akin. Hindi sa lahat na oras, pero alam kong naroroon sila kapag kailangan ko sila.

Kapag sinasabi mong palliative care, nababahala ang mga tao dahil akala nila na nangangahulugan itong katapusan ng buhay. Ipinaliwanag ito sa akin ng isang manggagawang panlipunan sa ospital. Sinabi niya na, hindi ito para sa katapusan ng buhay, ito ay para lang tulungan kang bumalik sa iyong normal na pamumuhay.

Noong nakaraang taon, nakaranas ako ng mahirap na panahon. Grabe ang pananakit na naramdaman ko at naging sanhi ito upang sumama ang aking pakiramdam kung kaya't hindi ako kumakain nang maayos. Tinawagan ko ang nars ng palliative care at binisita niya ako sa bahay at binigyan niya ako ng iniksiyon at naghandang siya ng iba pang iniksiyon na maaari kung ibigay sa aking sarili.

Tumawag siya sa akin pagkaraan ng ilang oras at dumating upang makita ako muli sa susunod na araw para tingnan kung OK ba ako. Sinabi niya na kapag nagpapatuloy ang pananakit, baka kailangan kong manatili sa ospital nang kaunting panahon – pero humupa ang pananakit at hindi ko na kailangang pumunta. Nag-areglo rin siya ng appointment sa isang dietician para sa akin.

Pagkatapos nito, pumunta at nakipagkita sa akin ang nars ng palliative care bawat ilang linggo sa bahay. Malaking kaginhawaan na malamang isang tawag sa telepono lang siya kapag kailangan ko siya. At nakakapagtanong ako sa kanya ng mga tanong na hindi ko gustong tanungin sa doktor.

Ipinaalam din nila sa akin ang marami pang ibang mga serbisyo na hindi ko mapag-iisipan – terapiyang musika at meditasyon. Sinabi nila sa akin kung ano ang naroroon at nasa akin ang desisyon kung alin ang gagamitin ko – pero masaya talaga akong na ginawa ko ito...”

Pagsisimula ng pakikipag-usap

Upang malaman ang karagdagan tungkol sa palliative care at sa mga serbisyo ng makukuha, makipag-usap sa iyong GP o iba pang miyembro ng iyong pangkat sa pangangalaga ng kalusugan. Ang pagkakaroon ng pakikipag-usap na ito ay hindi nangangahulugang kailangang baguhin ang iyong kasalukuyang paggamot. Hindi rin ito nangangahulugang kaagad kang magkakaroon ng akses sa mga serbisyo ng palliative care o na mawawala ang iyong kasarinlan. Subalit, ang pag-alam tungkol sa kung ano ang mga serbisyo ng magagamit ay magbibigay sa iyo at sa mga taong malapit sa iyo ng akses sa mahalagang pangangalaga at suporta kapag kailangan mo ito.

Sa pagsisimula ng pakikipag-usap sa iyong pamilya at mga kaibigan, maaaring makatatulong sa iyo ang paggamit ng mga pariralang katulad ng:



Kahit na mahirap para sa iyong marinig ito at para sa akin na sabihin ito, kailangan kong ibahagi sa iyo ang ilang napakamahalagang impormasyon.

Kailangan kong sabihin sa iyo ang tungkol sa pagbabago sa aking kondisyon. Sa kasamaang-palad, kumalat ang kanser – isang bagay na umaasa tayong lahat na hindi mangyayari. Pero tila may marami pa ring mga opsiyon na bukas, kung kaya't kailangan nating alamin ang dagdag pa tungkol dito.

Walang madaling paraan para sa akin upang ipaalam sa iyo na hindi napagaling ng mga paggamot ang kanser. Hindi ito ang gusto mong marinig, alam ko, at nayanig ako nito. Ang pagkaya sa mga hamong dala nito ay ginagaw ang mas importante kaysa dati na mag-usap tayo tungkol sa mga bagay-bagay.

Mga magagamit na dulugan

Bukod sa impormasyong tinatanggap mo mula sa iyong pangkat sa pangangalaga ng kalusugan, maaaring makakatulong para sa iyo na makakuha ng impormasyon mula sa iba't ibang dulugan. Ang mga organisasyon sa ibaba ay isang maganding simula.

Ang Cancer Council Helpline ay makakapagbigay ng kasalukuyan at lokal na impormasyon tungkol sa mga serbisyong makukuha sa iyong lugar. Tumawag sa 13 11 20 mula saanman sa Australia. Website www.cancer.org.uk

Ang Breast Cancer Network Australia (BCNA) ay isang pambansang boses ng mga Australyanong personal na apektado sa kanser sa suso. Ang BCNA ay nagbibigay ng impormasyon at mga dulugan tungkol sa kanser sa suso na binuo ng mga babaeng may kanser sa suso, kabilang na ang libreng Hope and Hurdles Pack para sa mga babaeng mayroong sekundaryong kanser sa suso.

Linya ng impormasyon: 1800 500 258 Website: www.bcna.org.au

Ang Ovarian Cancer Australia ay nagbibigay ng impormasyon at mga dulugan para sa mga babaeng may kanser sa obaryo, kabilang na ang libreng Resilience kit, pati na rin mga pangkat na pansuporta.

Linya ng impormasyon: 1300 660 334 Website: www.ovariancancer.net.au

Ang CareSearch ay isang online na dulugan ng impormasyon at ebidensiya para sa palliative care.

Linya ng impormasyon: (08) 7221 8233 Website: www.caresearch.com.au

canceraustralia.gov.au

© Cancer Australia 2010

FTW C(t)

