

Mi acompañante a las citas

My appointment companion

Su nombre/your name: _____

Escriba su tipo de cáncer y etapa.
Write down your cancer type and stage.

Escriba los nombres, números de teléfono y facsímile de sus contactos médicos que usted usa a menudo.
Write down the names, phone numbers, and fax numbers of the medical contacts you use often.

Contacto/Contact: _____

Contacto/Contact: _____

Contacto/Contact: _____

Puede añadir adicionales contactos y tarjetas de negocios que obtenga en ***Mi Guía Acompañante***.
You can add more contacts and any business cards you collect to ***My Companion Guidebook***.

Cómo puede ayudarle este folleto

Este práctico folleto contiene información básica sobre el cáncer que debe de saber y que puede leer rápidamente antes y durante sus visitas médicas. Estar preparado y tener la información al alcance de la mano puede ayudar a reducir su estrés y también a sentirse un poco más en control de la situación. No olvide guardar este folleto en su bolso o cartera para usarlo durante sus citas médicas.

El cáncer de cada persona es diferente. Es posible que no toda la información de este folleto se aplique a usted, pero puede darle una idea general de lo que puede esperar. La última página es donde puede encontrar más información y recursos para ayudarle.

Un oncólogo revisó las definiciones de las palabras relacionadas con el cáncer y otra información en este folleto para verificar su exactitud. Recuerde que esto no debe tomarse como un consejo médico. Es importante hablar con su equipo de atención médica sobre su diagnóstico individual de cáncer.

Preparándose para sus citas:

- Piense cuidadosamente y revise los consejos para aprovechar al máximo sus citas. (Pág. 2)
- Tenga una idea de cómo funciona el proceso de diagnóstico y tratamiento del cáncer. (Pág. 5)
- Lea acerca de los tipos de profesionales médicos que atienden a personas con cáncer y cuáles son sus trabajos. (Pág. 3)

Use los formularios en la sección 2 de *Mi Guía Acompañante* para:

- Escribir una lista de preguntas y cosas que quiere decirle al médico para que no se le olvide. (Consulte las páginas 11

y 14 para ver algunas preguntas que puede hacer. Puede añadir más en la parte de abajo).

- Haga una lista de todos los medicamentos con y sin receta que toma actualmente, incluidas vitaminas, yerbas y suplementos.

Durante la cita:

- Escriba las respuestas a sus preguntas y otra información que reciba.
- Busque rápidamente nuevas palabras sobre el cáncer, pruebas o tratamientos de los que hayan hablado para averiguar de qué se tratan.

Cuando llegue a casa, actualice **Mi Guía Acompañante** con sus notas, el papeleo y la información que recibió.

Aproveche al máximo sus citas

- Lleve con usted a alguien en quien confíe para que lo apoye y sea un par de oídos adicionales para que no se pierda ninguna información importante. También pueden ayudar a hacer preguntas y tomar notas o registrar la visita (con el permiso del médico).
- Llévase este folleto con su lista escrita de preguntas. Primero haga las más importantes. Anote las respuestas mientras esté en la cita para que no se le olviden.
- El cáncer puede ser confuso debido a toda la nueva información que debe aprender. Su médico quiere que entienda todo y quiere que pida ayuda cuando sea necesario. Está bien hacer preguntas más de una vez o pedirle al médico que repita la información o que se la explique de una manera diferente.

- Conteste completamente las preguntas del médico. Infórmele acerca de cualquier creencia o necesidad personal o cultural que sea importante para usted y su familia. Compartir quién es usted ayudará a su equipo de atención médica a brindarle la atención y el apoyo que necesita, al mismo tiempo que respetan sus valores.
- Si se siente más cómodo hablando en español pero su médico no habla el idioma con fluidez, solicite un intérprete médico calificado. Puede evitar errores y no tiene ningún costo para usted. Usar familiares o amistades para que le interpreten puede causar más estrés para usted.
- Solicite copias de sus expedientes médicos, informes, etc. si no se los entregan o no están disponibles en el portal del paciente. Solicite información impresa sobre su tratamiento y otros materiales en su idioma preferido.
- Revise todo cuando llegue a su casa. Haga un seguimiento de inmediato con cualquier cita que deba programarse o recetas que deban surtirse.

Consulte ***Caminos hacia la Sobrevivencia 1*** para obtener más consejos sobre cómo comunicarse con su equipo de atención médica.

Su equipo de atención médica

Usted es la persona más importante de su equipo de atención médica. Un grupo de profesionales médicos capacitados (proveedores) trabajarán en conjunto y con usted para brindarle atención de calidad. A continuación se muestra una lista de proveedores que es más probable que estén en su equipo.

Los especialistas más comunes que pueden estar en su equipo médico son:

Los cirujanos de cáncer encuentran y tratan el cáncer con cirugía (operaciones).

Los oncólogos son médicos que tratan a personas con cáncer. Un **médico oncólogo** trata el cáncer con medicamentos (como la quimioterapia). Generalmente, este médico está a cargo de su atención contra el cáncer. **Un radioncólogo** trata el cáncer utilizando terapia de radiación.

Los asistentes médicos (PAs) y las enfermeras practicantes (NPs) tienen una educación, formación y licencia especial para cuidar a pacientes con cáncer bajo la supervisión de un médico.

Los patólogos son médicos que examinan los tejidos, las células y la sangre para diagnosticar las enfermedades como el cáncer.

Los proveedores de atención primaria, como su médico de familia, asistente médico o enfermera especializada, tratan afecciones no cancerosas y cuidan su salud en general.

Los enfermeros trabajan con su médico para darle su cuidado, tales como darle tratamientos de cáncer. Hay muchos tipos de enfermeros.

Los trabajadores sociales de oncología ofrecen apoyo emocional e información sobre programas que lo ayudan a administrar sus finanzas, transporte y trabajo, y que ofrecen apoyo a su familia, si es necesario.

Los navegadores coordinan el cuidado y guían a las personas durante el tratamiento. Pueden ayudarlo a encontrar los

recursos que necesita a medida que avanza en el tratamiento. Muchos navegadores también son enfermeros.

Los dietistas (nutricionistas) ayudan a que las personas creen un plan para desarrollar y mantener hábitos alimenticios saludables durante y después del tratamiento.

Del diagnóstico de cáncer al tratamiento

Su médico diagnosticará (averiguará) su cáncer por medio de:

- Un examen físico y conversando con usted sobre su historial médico
- Pruebas de laboratorio
- Pruebas de imagen
- Biopsias

- Pueden pasar algunas semanas para las pruebas y varias visitas al médico antes de comenzar el tratamiento.
- Asegúrese de entender su diagnóstico y tratamiento.
- Puede solicitar que la información se repita o se le explique con palabras que sean más fáciles de entender.
- Asegúrese de obtener respuestas a todas sus preguntas.

Su médico estudiará los resultados de la prueba antes de hablar con usted sobre su significado. Puede haber más pruebas para ayudar a su médico a determinar las opciones de tratamiento.

Su médico le explicará las opciones de tratamiento y sobre las metas del mismo. Tome su tiempo para decidir cuál es el mejor tratamiento y obtenga toda la información que necesite, como una segunda opinión. Hablar con sus familiares o amistades cercanas puede ser útil.

Infórmele a su médico de su selección de tratamiento. Ellos crearán un plan individualizado y lo revisarán con usted. También recibirá el calendario de tratamiento y los detalles sobre lo que debe de esperar durante el mismo.

Es muy importante que reciba todo su tratamiento y los medicamentos recetados por sus médicos para las mejores posibilidades de un buen resultado. Hágale saber a su equipo de atención médica si tiene inquietudes o si surge un problema durante el tratamiento para que puedan trabajar juntos para encontrar una solución.

Estadificación del cáncer

La estadificación del cáncer es una manera de describir cuánto y dónde se encuentra el cáncer en su cuerpo. Los resultados de diferentes pruebas (consulte *Pruebas comunes para el cáncer*) muestran la etapa del cáncer. Conocer la etapa ayuda a su médico a comprender qué tan grave es el cáncer. Esta información es importante para determinar su pronóstico (su resultado o posibilidad de recuperación) y su plan de tratamiento.

Algunos tipos de cáncer tienen diferentes formas de describir las etapas de la enfermedad. Pero, por lo general, las etapas van desde I-IV (1-4), siendo la etapa I la menos avanzada y la etapa IV la más avanzada. Lo importante que debe recordar es que siempre hay tratamientos disponibles para cualquier etapa del cáncer.

Pruebas comunes del cáncer

Las pruebas son una parte normal del cuidado del cáncer para ayudar a los médicos a:

- Averiguar si tiene cáncer y aprender sobre su tipo de cáncer
- Planificar su tratamiento y objetivos de atención (si se puede curar)
- Ver cómo está funcionando el tratamiento u observar el cáncer a lo largo del tiempo

Su médico repasará los resultados de sus exámenes y lo que significan para usted.

Las pruebas de laboratorio (laboratorios) examinan su sangre, la orina y otras muestras. Ayunar (no puede comer o tomar nada) se requiere antes de algunas pruebas.

Hemograma completo (CBC)	Mide el número de glóbulos rojos, glóbulos blancos, plaquetas y otras sustancias en la sangre. Se utiliza para detectar cáncer de la sangre y para observar los efectos secundarios del tratamiento.
Panel de química sanguínea	Mide qué tan bien están funcionando sus riñones, hígado y otros órganos.
Marcadores tumorales	Mide sustancias específicas en la sangre, la orina o los tejidos. En algunos casos, estos marcadores se pueden usar para ayudar a encontrar el cáncer, elegir el tratamiento y vigilar el cáncer.
Análisis de orina (prueba de orina)	Se usa para encontrar ciertos tipos de cáncer y observar los efectos secundarios de ciertos tratamientos.

Prueba de células tumorales circulantes

Se usa para ver si hay células del cáncer en la sangre de una persona para dirigir el tratamiento.

Pruebas de biomarcadores

Se estudia una muestra de sangre o tejido para determinar qué medicamentos son mejores para su tipo de cáncer.

TSH y cortisol

Se usa para ver cómo está funcionando su sistema hormonal y para observar los efectos secundarios del tratamiento.

Las pruebas de imagen (radiología) toman fotos del interior de su cuerpo. Cada tipo de prueba se utiliza para poder ver partes específicas del cuerpo. A menudo, se coloca un tinte especial en una vena para resaltar una parte del cuerpo durante la prueba. Su médico ordenará la prueba adecuada para su tipo de cáncer.

Rayos X

Enseña los huesos, algunos órganos, tejido.

Ultrasonido (sonograma)	Utiliza ondas de sonido para mirar dentro del cuerpo.
TC (tomografía computarizada) (CT scan)	Crea una serie de imágenes para mostrar más detalles sobre el cáncer en su cuerpo.
Densitometría	Ayuda a detectar cáncer en los huesos.
Densitometría ósea (DEXA)	Examina la fortaleza de sus huesos (no detecta cáncer).
TEP (tomografía por emisión de positrones) (PET scan)	Utiliza imágenes como la tomografía computarizada o TC, pero también detecta la cantidad de glucosa (azúcar) que las células utilizan lo cual demuestra cuán rápido crecen las células.
MRI (imagen de resonancia magnética)	Usa imanes para tomar imágenes de órganos y otras partes internas del cuerpo.

Preguntas que puede hacer sobre su diagnóstico

Usted puede añadir sus preguntas a esta lista.

1. ¿Cuál es el nombre exacto de mi cáncer?
2. ¿Dónde está localizado el cáncer? ¿Se ha extendido?
3. ¿En cuál etapa está mi cáncer? ¿Cuáles son las diferentes etapas de mi tipo de cáncer?
4. ¿Cuál es la meta del tratamiento? ¿Cuáles resultados puedo esperar del tratamiento?
5. ¿Cuáles opciones de tratamiento recomienda? ¿Por qué?
6. ¿Quiénes están en mi equipo de atención médica?
¿Quién es el médico principal en mi equipo de tratamiento?
7. ¿Hay alguien como un asesor médico o un trabajador social que esté disponible para ayudarme a mí y a mi familia?

8. ¿Cuál es la mejor manera de comunicarme si tengo preguntas o preocupaciones que no son urgentes?

9. ¿Dónde puedo encontrar más información sobre mi diagnóstico y tratamiento? ¿Dónde puede encontrar servicios de apoyo en mí área?

10. ¿Ser parte de un ensayo clínico es una opción para mí? (Lea más sobre ensayos clínicos en ***Caminos hacia la Sobrevivencia 1.***)

11. ¿Son las pruebas genéticas adecuadas para mí?

Pago del tratamiento

La atención del cáncer es costosa. Pregúntele a su médico con quién hablar en su equipo sobre el costo de su tratamiento y cómo pagarlo. Puede ser un administrador de casos, un asesor médico, un trabajador social, un asesor financiero, una enfermera u otra persona quienes le brindarán información, responderán sus preguntas y lo ayudarán a encontrar maneras de reducir los costos de su atención del cáncer, ya sea con o sin tener seguro médico. También pueden informarle sobre programas y servicios que podrían ayudarlo a pagar algunos de sus gastos médicos y no médicos. Es importante tener esta conversación pronto, después de su diagnóstico por primera vez, para que sepa qué esperar y pueda hacer un plan para usted y su familia.

Tratamientos comunes contra el cáncer (terapias)

Los tratamientos contra el cáncer se utilizan para extirpar, eliminar o controlar los cánceres. La mayoría de las personas tendrán más de un tipo de tratamiento. Los tratamientos más comunes son:

Cirugía: una operación para remover un tumor (masa o crecimiento).

Quimioterapia (quimio): medicamentos (medicinas) tomados por vía oral (por la boca) o intravenosos (puestos en la vena).

Radioterapia: rayos concentrados de alta energía (radiación) que se usan en el cuerpo para matar o reducir el cáncer.

Inmunoterapia: tratamiento para hacer que las defensas naturales del cuerpo (sistema inmunitario) funcionen mejor para combatir el cáncer.

Terapia dirigida: medicamentos elegidos en función de los resultados de las pruebas de biomarcadores para tratar tipos de cáncer específicos.

Preguntas que puede hacer sobre tratamientos contra el cáncer (terapias)

1. ¿Cuáles son los beneficios esperados a corto y largo plazo de este tratamiento?
2. ¿Cómo sabremos si el tratamiento está funcionando?
3. ¿Cuándo necesita comenzar el tratamiento? ¿Cuánto tiempo tomará completar el tratamiento?
4. ¿Dónde y cómo se administrará el tratamiento?
¿Cuán frecuente recibiré tratamiento y cuánto tiempo toma cada tratamiento?
5. ¿Necesitaré que alguien me lleve al tratamiento y/o me ayude con mi cuidado en casa o en el hospital?
6. ¿Si los medicamentos son parte de mi tratamiento, qué son y qué harán?
7. ¿Cómo me podría sentir durante el tratamiento?

8. ¿Qué efectos secundarios a corto plazo podría tener con este tratamiento?

9. ¿Qué síntomas o efectos secundarios debo informar de inmediato?

10. ¿A quién debo llamar si tengo esos síntomas o efectos secundarios durante el horario comercial regular?
¿En horario nocturno y fines de semana?

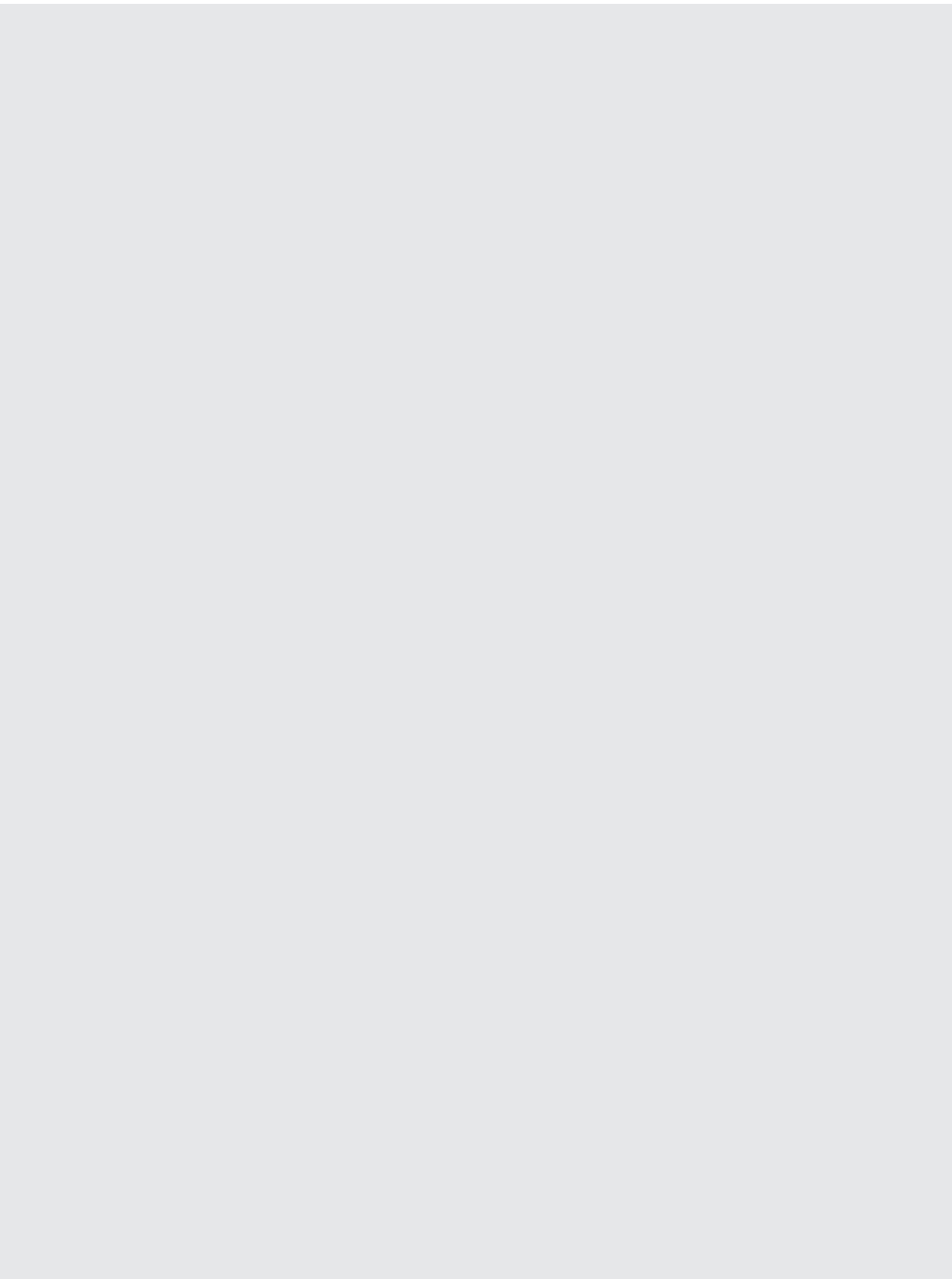
11. ¿Tendré que cambiar mi horario de trabajo o mi estilo de vida? ¿Cómo?

12. ¿Cambiará mi apariencia el tratamiento?

13. ¿Existen riesgos a largo plazo o efectos tardíos del tratamiento?

14. ¿Cómo podría afectar este tratamiento a mis allegados?
¿Hay algún recurso que mis cuidadores deberían conocer?

notas



Glosario/Glossary

Word/Palabra	Pronunciation/ Pronunciación	Meaning/Significado
Adjuvant therapy Terapia adyuvante	A-joo-vunt THAYR-uh-pee	Treatment given after the main treatment to lower the chances of cancer recurrence (coming back). Terapia adyuvante es un tratamiento administrado después del tratamiento principal para reducir las posibilidades de recurrencia (regreso) del cáncer.
Advance directives Directivas anticipadas	ad-VANS duh-REK-tivs	A legal record that tells your doctors and people close to you about your wishes for medical care if you cannot speak for yourself in the future. Un registro legal que informa a sus médicos y personas cercanas a usted sobre sus deseos de atención médica si no puede hablar por sí mismo en el futuro.
Adverse effect Efecto adverso	AD-vers eh-FEKT	A bad reaction or side effect. Una mala reacción o efecto secundario.
Anemia Anemia	uh-NEE-mee-uh	Low red blood cell count. Recuento bajo de glóbulos rojos.

Antiemetic Antieméticos	AN-tee-eh-MEH-tik	<p>Medicine to help treat and prevent nausea and vomiting (throwing up).</p> <p>Medicamentos para ayudar a tratar y prevenir las náuseas y los vómitos.</p>
Benign Benigno	beh-NINE	<p>Harmless, not cancerous.</p> <p>Inofensivo, no canceroso.</p>
Biomarker Biomarcador	BY-oh-MAR-ker	<p>A substance in the body that gives the doctor information about your type of cancer. This can help your doctor figure out the best treatments for you.</p> <p>Una sustancia en el cuerpo que brinda detalles sobre su tipo de cáncer. Esto puede ayudar a su médico a determinar los mejores tratamientos para usted.</p>
Biopsy Biopsia	BY-op-see	<p>Removing a small piece of tissue from your body to study it under a microscope to diagnose a disease, like cancer.</p> <p>Extraer una pequeña porción de tejido de su cuerpo para estudiarla bajo un microscopio y diagnosticar una enfermedad, como el cáncer.</p>

Cancer Cáncer	KAN-ser	A disease that happens when some of the body's cells grow out of control. Una enfermedad que ocurre cuando algunas de las células del cuerpo crecen fuera de control.
Cancer treatment Tratamiento del cáncer	KAN-ser TREET-ment	Therapy and medicines to treat cancer. Terapia y medicamentos para tratar el cáncer.
Carcinoma Carcinoma	KAR-sih-NOH-muh	Cancer. Cáncer.
Carcinoma in situ Carcinoma in situ	KAR-sih-NOH-muh in SY-too	Abnormal cells in a very small area that have not spread but may develop into cancer without treatment. Células anormales en un área muy pequeña que no se han propagado pero que pueden convertirse en cáncer sin tratamiento.
Clinical trial Ensayo clínico	KLIH-nih-kul TRY-ul	A medical research study (trial) run by doctors and scientists to find new or better ways to treat diseases. Patients volunteer to be in the study. Un estudio de investigación médica (ensayo) realizado por médicos y científicos para encontrar formas nuevas o mejores de tratar enfermedades. Las personas se ofrecen como voluntarias para participar en el estudio.

Diagnosis Diagnóstico	DY-ug-NOH-sis	Test for and figure out the cause of a disease and name it. Pruebe para encontrar, averiguar y conocer la causa de una enfermedad y nombrarla.
Fertility Fertilidad	fer-TIH-lih-tee	Being able to have a baby. Poder tener un bebé.
Genetic testing Pruebas genéticas	jeh-NEH-tik TES-ting	Looks for changes in a person's DNA that increases their chances of developing cancer. It can also help the doctor choose the best treatment for someone with cancer. Busca cambios en el ADN (DNA) de una persona que aumentan sus posibilidades de desarrollar cáncer. También puede ayudar al médico a escoger el mejor tratamiento para una persona con cáncer.
Late effects Efectos tardíos	layt eh-FEKTs	Side effects that may happen after treatment has ended. Efectos secundarios que pueden ocurrir después de que finaliza el tratamiento.
Lymph node Ganglio linfático	limf nohd	A small gland that helps the body to fight infections. Una pequeña glándula que ayuda al cuerpo a combatir las infecciones.

Malignant Maligno	muh-LIG-nunt	Another word for cancer. Otra palabra para el cáncer.
Mammogram Mamografía	MA-muh-gram	An x-ray picture of the breasts. Una imagen de rayos X de los senos.
Medication Medicamentos	MEH-dih-KAY-shun	Medicine. Medicinas.
Metastasis/ Metastasize Metástasis/ Metástasis	meh-TAS-tuh-sis/ meh-TAS-tuh-size	The cancer spreads to (or grows in) other parts of the body. El cáncer se propaga (o crece) a otras partes del cuerpo.
Mutation Mutación	myoo-TAY-shun	Change in the DNA of a cell. Cambio en el ADN (DNA) de una célula.
Neutropenia Neutropenia	noo-troh-PEE-nee-uh	Low white blood cells (neutrophils), which can increase the chances of infection. Un recuento bajo de glóbulos blancos (neutrófilos) que puede aumentar su probabilidades de infección.
Observation Observación	OB-ser-VAY-shun	A period of time when the doctor closely watches the cancer using exams and tests, but does not give treatment unless symptoms appear or change.

Un período de tiempo en el que el médico observa de cerca el cáncer mediante exámenes y pruebas, pero no administra tratamiento a menos que los síntomas aparezcan o cambien.

Oncology

on-KAH-loh-jee

Oncología

The area of medicine that specializes in the diagnosis (identifying) and treatment of cancer.

El área de la medicina que se especializa en el diagnóstico (identificación) y tratamiento del cáncer.

Palliative care

PA-lee-uh-tiv kayr

Cuidados paliativos

Special medical care to help you cope with symptoms and relieve stress. Can be given anytime during a serious illness, not just at end of life.

Atención médica especial para ayudar a sobrellevar los síntomas y aliviar el estrés. Puede administrarse en cualquier momento durante una enfermedad grave, no solo al final de la vida.

Patient portal

PAY-shunt POR-tul

Portal del paciente

A secure website set up by your provider where you can view your health information and communicate with your doctor using the internet.

Un sitio web seguro creado por su proveedor donde puede ver su información de salud y comunicarse con su médico a través de Internet.

Prognosis

Pronóstico

prog-NO-sis

The estimate of how the disease will go for you and if the result will be recovery or recurrence (cancer comes back). The estimate is based on large groups of people but it cannot be used to predict exactly what will happen to you. Treatments and how people respond to treatment are different for each person.

La estimación de cómo le irá la enfermedad y si el resultado será recuperación o recurrencia (el cáncer regresa). La estimación se basa en grandes grupos de personas, pero no se puede usar para predecir exactamente lo que le sucederá a usted. El tipo de tratamiento y si ayuda a alguien es diferente para cada persona.

Provider

Proveedor

pruh-vahy-der

A doctor, nurse, or other trained medical professional who takes care of your health.

Un médico, enfermera u otro profesional médico capacitado que se ocupa de su salud.

Recurrence

Recurrencia

ree-KER-ents

When cancer comes back after treatment.

Cuando el cáncer regresa después del tratamiento.

<p>Relapse Recaída</p>	<p>REE-laps</p>	<p>To get sick again. When used with the word “cancer,” this means the cancer has come back.</p> <p>Enfermarse de nuevo, cuando se usa con cáncer, esto significa que el cáncer ha regresado.</p>
<p>Remission Remisión</p>	<p>reh-MIH-shun</p>	<p>No measurable cancer, but it could come back.</p> <p>No hay lesión de cáncer medible pero puede regresar.</p>
<p>Second opinion Segunda opinión</p>	<p>SEH-kund uh-PIN-yun</p>	<p>The opinion (viewpoint) of a doctor other than the current doctor.</p> <p>La opinión (punto de vista) de un médico que no sea el médico actual.</p>
<p>Side effect Efecto secundario</p>	<p>side eh-FEKT</p>	<p>Reaction to, or symptoms from, a medicine or treatment.</p> <p>Reacción o síntomas de un medicamento o tratamiento.</p>
<p>Stage/staging Etapa/estadificación</p>	<p>stayj/STAY-jing</p>	<p>Learning details of the cancer, like the size of a tumor and where it is in the body.</p> <p>Aprender los detalles del cáncer, como el tamaño y la ubicación en el cuerpo.</p>

Standard treatment Tratamiento estándar	STAN-durd TREET-ment	The most commonly used treatment that has been proven to work for a specific type and stage of cancer. El tratamiento más utilizado que ha demostrado su eficacia para un tipo y etapa específicos de cáncer.
Surveillance Vigilancia	ser-VAY-lents	Doctor visits and tests to watch cancer that does not need treatment right away, or to see if previously treated cancer has returned. Las visitas al médico y las pruebas para monitorear el cáncer que no necesita tratamiento inmediatamente, o para ver si el cáncer que se ha tratado ha regresado.
Systemic therapy Terapia sistémica	sis-TEH-mik THAYR-uh-pee	Treats the whole body through the bloodstream. Trata todo el cuerpo a través del torrente sanguíneo.
Treatment Tratamiento	TREET-ment	Medicines and other therapies to treat disease. Medicamentos y otras terapias para tratar enfermedades.
Treatment cycle Ciclo de tratamiento	TREET-ment SY-kul	The period of time for one round of treatment (this is a time with treatment and often followed by a period of time without treatment). The cycle repeats on a specific schedule (typically every 2-4 weeks).

Un período de tiempo cuando alguien recibe su tratamiento. Generalmente es seguido por un período de tiempo sin tratamiento. El ciclo de tratamiento puede ocurrir durante unas pocas semanas o meses. Cada ciclo tiene su propio horario y número de sesiones (típicamente cada 2-4 semanas).

Treatment plan

TREET-ment plan

Plan de tratamiento

The plan your healthcare team makes for your care and to treat your cancer.

El plan que crea su equipo de atención médica para su atención y para tratar su cáncer.

Tumor

TOO-mer

Tumor

A mass, nodule, growth, or lump that may or may not be cancer.

Una masa, nódulo, crecimiento o bulto que puede o no ser cáncer.

Tumor grade

TOO-mer grayd

Grado del tumor

Describes how much cancer cells look like normal cells under a microscope and how quickly they might spread. Doctors use the tumor grade to help them decide the best way to treat the tumor.

Describe cuánto se parecen las células cancerosas a las células normales bajo un microscopio y qué tan rápido se pueden propagar. Los médicos usan el grado del tumor para ayudarlos a decidir la mejor manera de tratar el tumor.

How this booklet can help you

This booklet has need-to-know cancer basics you can quickly read before and during your medical visits. Being prepared and having the information handy can lower your stress and help you feel a bit more in control of the situation.

Don't forget to tuck this booklet into your bag or purse to use during your medical appointments.

Everyone's cancer is different. The information in this booklet may not all apply to you, but it can give you a general idea of what to expect. The last page is where you can find more information and resources to help you.

An oncologist reviewed the definitions of the cancer words and other information in this booklet for accuracy. Remember that this is not to be taken as medical advice. It is important to talk to your healthcare team about your individual cancer diagnosis.

Getting ready for your appointments:

- Collect your thoughts and look over the tips for making the most of your appointments. (pg. 29)
- Read about the types of medical professionals that care for people with cancer and what their jobs are. (pg. 30)
- Get an idea of how the cancer diagnosis and treatment process works. (pg. 32)

Use the forms in section 2 of ***My Companion Guidebook*** to write down:

- A list of questions and things you want to tell the doctor so you won't forget them. (See pages 37 and 40 for some questions to ask. You can add more at the bottom.)

- A list of all the prescription and over-the-counter medicines you take, including vitamins, herbs, and supplements.

During the appointment:

- Write down the answers to your questions and other information you receive.
- Quickly look up new cancer words, tests, or treatments discussed to find out what they are all about.

When you get home, update ***My Companion Guidebook*** with the notes, paperwork, and information you received.

Making the most of your appointments

- Bring someone you trust with you for support and to be an extra set of ears so that you don't miss any important information. They can also help ask questions and take notes or record the visit (with the doctor's permission).
- Bring this booklet with your written list of questions. Ask the most important ones first. Write down the answers while you are at the appointment so you don't forget them.
- Cancer can be confusing due to all the new information you have to learn. Your doctor wants you to understand everything and wants you to ask for help when needed. It's okay to ask questions twice or to ask the doctor to repeat information or explain it differently.
- Answer the doctor's questions completely. Let your doctor know about any cultural or personal beliefs or needs that are important to you and your family. Sharing who you are will help your healthcare team to give you the care and support you need while also respecting your values.

- Ask for a trained medical interpreter if you are more comfortable speaking in Spanish but your doctor is not fluent in the language. It can prevent errors, and there is no cost to you. There is added stress for everyone when family or friends have to translate for you.
- Ask for copies of your medical records, reports, etc. if they are not given to you or are not available in the patient portal. Ask for printed information about your treatment and other materials in your preferred language.
- Review everything when you get home. Follow up right away with any appointments that need to be made or prescriptions that need to be filled.

See ***Paths to Survivorship 1*** for more tips about communicating with your healthcare team.

Your healthcare team

You are the most important person on your healthcare team. A group of trained medical professionals (providers) will work together and with you to provide you with quality care. Below is a list of providers that are most likely to be on your team.

Cancer surgeons find and treat cancer with surgery (operation).

Oncologists are doctors who take care of people with cancer. A **medical oncologist** treats cancer with medicines (like chemotherapy). This doctor is usually in charge of your cancer care. A **radiation oncologist** treats cancer using radiation therapy.

Physician assistants (PAs) and **nurse practitioners (NPs)** have special education, training, and are licensed to care for cancer patients under the guidance of a doctor.

Pathologists are doctors who test tissue, cells, and blood to diagnose diseases like cancer.

Primary care providers like your family doctor, physician assistant, or nurse practitioner treat non-cancer conditions and take care of your overall health.

Nurses work with your doctors to provide care, such as giving you cancer treatments. There are many types of nurses.

Oncology social workers offer emotional support and information about programs that help you manage your finances, transportation, and job, and who offer support to your family, if needed. Their services are usually free.

Navigators coordinate care and guide people through treatment. They can help you find the resources you need as you go through treatment. Many navigators are also nurses.

Dietitians (nutritionists) help people create a plan for healthy eating habits during and after treatment.


Steps from cancer diagnosis to treatment

Your doctor will learn about your cancer (diagnose it) by:


- examining you and talking with you about your medical history
- ordering laboratory tests
- ordering imaging tests
- doing a biopsy

- It can take a few weeks for testing and several doctor visits before you start treatment.
- You can ask for information to be repeated or explained in words that are easier to understand.
- Get all your questions answered.
- Be sure you understand your diagnosis and treatment.


Your doctor will look at your test results before talking to you about what they mean. You may need to have more tests to help your doctor plan your treatment options.



Your doctor will explain your treatment choices and talk to you about your goals of care. Take some time to decide what treatment is best for you and to get any more information you need, like a second opinion. Talking with family members or close friends can be helpful.



Let your doctor know your choices about treatment. They will create a personalized treatment plan and go over it with you. You will also receive a treatment schedule and details about what to expect during treatment.



It is important to have all the treatments and take all the medicines ordered by your doctors for the best chances of a good result. Let your healthcare team know if you have concerns or if a problem comes up during treatment so you can work together to find a solution.

Cancer staging

Cancer staging is a way to describe how much cancer is in your body and where it is. Results from different tests (see *Common cancer tests below*) show the stage of cancer. Knowing the stage helps your doctor understand how serious the cancer is. This information is important for figuring out your prognosis (your result or chance for recovery) and your treatment plan.

Some types of cancer have different ways to describe the stages of the disease. But usually the stages range from I-IV (1-4), with stage I being the least advanced and stage IV being the most advanced. The important thing to remember is that there are always treatments available for any stage of cancer.

Common cancer tests

Testing is a normal part of cancer care that helps doctors:

- find out if you have cancer, and learn about your type of cancer
- plan your treatment and goals of care (if it can be cured)
- see how treatment is working or keep an eye on the cancer over time

Your doctor will go over the test results and what they mean for you.

Laboratory tests (labs) look at blood, urine, or other samples. You will need to fast (no food or drink) before some tests.

Blood chemistry panel

Measures how well your kidneys, liver, and other organs are working.

Complete blood count (CBC)

Measures the number of red blood cells, white blood cells, platelets, and other substances in the blood. Used to find blood cancer and watch for side effects of treatment.

Urinalysis (urine test)

Used to find certain cancers and watch for side effects of certain treatments.

Tumor markers

Measure specific substances in the blood, urine, or tissues. In some cases, these markers can be used to help find cancer, choose treatment, and keep an eye on the cancer.

Circulating tumor cell test

Used to see if there are cancer cells in a person's blood to guide treatment.

Biomarker testing

A sample of blood or tissue is studied to show which medicines are best for your cancer type.

TSH and cortisol

Used to see how your hormone system is working and to watch for side effects of treatment.

Imaging (radiology) tests take pictures inside your body. Each type of test is used to be able to see specific body parts. Often a special dye is put into a vein to highlight a body part during the test. Your doctor will order the test that is right for your type of cancer.

X-ray	Shows bones, some organs, tissues.
Ultrasound (sonogram)	Uses sound waves to look inside the body.
CAT scan (CT scan)	Makes a series of pictures to show more detail about the cancer in your body.
Bone density scan (DEXA)	Looks at the strength of your bones (does not look for cancer).
Bone scan	Helps to find cancer in the bones.
PET-CT (positron emission tomography) scan	Uses pictures like a CT scan, but also looks at the amount of glucose (sugar) that is used by cells, which shows how fast cells are growing.
MRI (magnetic resonance imaging)	Uses magnets to take pictures of organs and other parts inside your body.

Questions to ask about your diagnosis

You can add your own questions to this list.

1. What is the exact name of my cancer?
2. Where is the cancer located? Has it spread?
3. What is the stage of my cancer? What are the different stages for my type of cancer?
4. What are the goals for treatment of my cancer?
What results can I expect from the planned treatment?
5. What treatment options do you recommend and why?
6. Who is on my healthcare team? Who is the main doctor on my team?
7. Is there someone like a patient navigator or social worker who is available to assist me and my family?

8. What is the best way to reach you for questions or concerns that are not urgent?

9. Where can I find more information on my diagnosis and treatment?

10. Is being part of a clinical trial an option for me?
(Read more about clinical trials in ***Paths to Survivorship 1.***)

11. Is genetic testing right for me?

Paying for treatment

Cancer care is expensive. Ask your doctor who to talk to on your team about the cost of your treatment and how to pay for it. It could be a case manager, navigator, social worker, financial counselor, nurse, or someone else. They will give you information, answer your questions, and help you find ways to lower the costs of your cancer care, whether you have health insurance or not. They can also tell you about programs and services that might help pay for some of your medical and non-medical expenses. It's important to have this conversation early, when you are first diagnosed, so you know what to expect and can make a plan for you and your family.

Common cancer treatments (therapies)

Cancer treatments are used to remove, kill, or control cancers. Most people will have more than one type of treatment. The most common treatments are:

Surgery: an operation to remove a tumor (mass or growth).

Chemotherapy (chemo): medications (medicines) taken orally (by mouth) or infused (put into the vein).

Radiation therapy: focused high-energy rays (radiation) used on the body to kill or shrink the cancer.

Immunotherapy: treatment to make the body's natural defenses (immune system) work better to fight the cancer.

Targeted therapy: medications (medicines) chosen based on results of biomarker testing to treat specific cancer types.

Questions to ask about cancer treatments

1. What are the expected short-term and long-term benefits of this treatment?
2. How will we know if the treatment is working?
3. When does treatment need to start? How long will it take to complete the treatment?
4. Where and how will the treatment be given? How often will I have treatment and how long does each treatment take?
5. Will I need someone to drive me to treatment and/or help with my care at home or in the hospital?
6. If medicines are part of my treatment, what are they and what will they do?
7. How do you expect that I will feel during treatment?

8. What short-term side effects could I have with this treatment?

9. What symptoms or side effects should I report right away?

10. Who should I call if I have those symptoms or side effects during business hours? On weeknights and weekends?

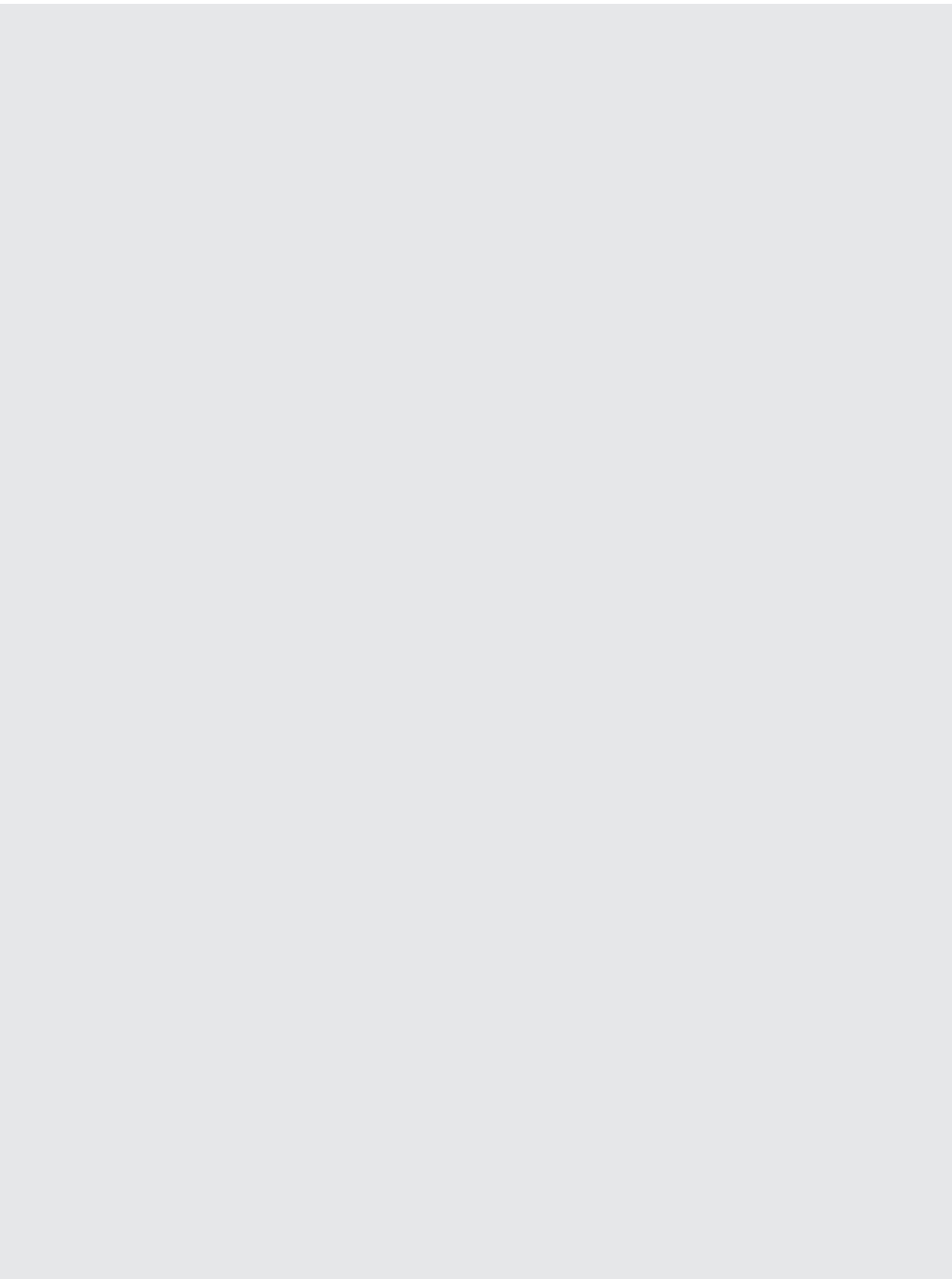
11. Will I need to change my work schedule or lifestyle? How?

12. Will the treatment change my appearance?

13. Are there any long-term risks or late effects of treatment?

14. How could this treatment affect those close to me?
Are there any resources to help my caregivers?

notes



Para Más Información/For More Information

Busca aquí más palabras sobre el cáncer:
Look up more cancer words here:
cancer.gov/publications/dictionaries

Encuentra más palabras sobre el cáncer y recursos en **Mi Guía Acompañante** y en el Centro de Recursos en línea de Bag It. Find more cancer words and resources in **My Companion Guidebook** and on the Bag It online Resource Center.

BagItCancer.org/Resources



Referencias/References

MedlinePlus. (n.d.) Cancer. National Library of Medicine.
https://medlineplus.gov/cancer.html#cat_23

National Cancer Institute. (n.d.) NCI dictionary of cancer terms.
<https://www.cancer.gov/publications/dictionaries/cancer-terms>

National Center for Health Marketing. (2007).
Plain language thesaurus for health communications.
Centers for Disease Control and Prevention.
<https://stacks.cdc.gov/view/cdc/11500>

Office of Minority Health. (2021).
Think cultural health resources.
U.S. Department of Health and Human Services.
<https://www.minorityhealth.hhs.gov/omh/browse.aspx?lvl=2&lvlid=53>

Aviso: Todos los enlaces fueron visitados por última vez el 15 de octubre de 2023. Note: All website links were last accessed on October 15, 2023.

Reconocimientos/Acknowledgements

Reconocemos con gratitud a estos individuos quienes generosamente han ofrecido su tiempo como voluntarios y han compartido su especialidad y valioso conocimiento en la creación de este folleto.

We gratefully acknowledge these individuals who generously volunteered their time, expertise, and valuable input in the creation of this booklet.

Darlene Brady

Amadeo Carlos

Olympia Cepeda, MPH

Director of LatinaSHARE and Senior Outreach

Liz Kresse

Copyeditor

Camilo Tomas Ortiz

Health Educator | Office of Community Outreach and Engagement
The University of Arizona Cancer Center

Shirley Pacheco

Patient Advocate and Support Group Facilitator

Jennie Santiago

Senior Director of LatinaSHARE Patient Support and Education

Maria Stamatelatos

Graphic Designer

Sandra Valenzuela



*Be Informed. Be Empowered.
Manténgase informado y capacitado*



BagItCancer.org

©2024 Bag It. Todos los derechos reservados. El contenido puede usarse con permiso.
Las marcas registradas y marcas de servicio son propiedad de sus respectivos dueños.

©2024 Bag It. All Rights Reserved. Partner consent used by permission.
Registered trademarks and service marks are the property of their respective owners.