

PANDUAN
untuk
Penjaga Pesakit Kanser



PANDUAN

untuk

Penjaga Pesakit Kanser



**Persatuan Kanser Network Selangor & Wilayah Persekutu-
Serdang 2019**

Cetakan Pertama 2019

© Persatuan Kanser Network Selangor & Wilayah Persekutuan
(KanWork)

Hak Cipta Terpelihara. Tidak dibenarkan mengeluarkan ulang mana-mana bahagian artikel, ilustrasi dan isi kandungan buku ini dalam apa jua bentuk dan dengan cara apa jua sama ada secara elektronik, fotokopi, mekanik, rakaman atau cara lain sebelum mendapat izin bertulis daripada Persatuan Kanser Network Selangor & Wilayah Persekutuan (KanWork), Seri Kembangan, 43300, Selangor Darul Ehsan, Malaysia.

Perpustakaan Negara Malaysia Data Pengkatalogan-dalam
Penerbitan

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser.

ISBN 978-967-17468-0-6

1. Cancer--Patients--Home care.

2. Cancer--Patients--Hospital care.

3. Caregivers.

I. Persatuan Kanser Network Selangor dan Wilayah Persekutuan.
362. 196994

ISBN No. 978-967-17468-0-6

Rekabentuk Kulit: Anuar Pairan

Rekaletak Teks: Sahariah Abdol Rahim @ Ibrahim

Kandungan

1	Penjaga Pesakit Kanser	1
2	Maklumat Asas Kanser	12
3	Rawatan Kanser	22
4	Panduan Pemakanan Pesakit Kanser	32
5	Mengurus Emosi Penjaga dan Pesakit Kanser	39
6	Penjagaan Paliatif	51
7	Spiritual	60
8	Pengurusan Kewangan	73
	Sumber	81
	Senarai Penulis	87



Prakata

Penjaga pesakit kanser merupakan individu yang biasanya ada dalam proses penyembuhan seseorang pesakit. Penjaga memerlukan maklumat serta sokongan secara menyeluruh untuk menjaga pesakit kanser.

Buku kecil ini merupakan usaha murni daripada Persatuan Kanser Kanwork. Pembangunan buku ini merupakan hasil daripada perbincangan kumpulan berfokus dalam kalangan penjaga pesakit kanser dan pesakit, rujukan daripada sumber lain serta sumbangan kepakaran daripada pakar perubatan.

Penerbitan buku ini adalah sebagai panduan kepada penjaga pesakit kanser supaya dapat mengurus diri sendiri dan pesakit dengan baik. Buku ini dapat membantu penjaga:

- Memahami peranan, isu dan cabaran sebagai penjaga pesakit kanser.
- Mempelajari maklumat yang berkaitan dengan kanser.
- Mengambil tindakan yang sewajarnya dalam penjagaan kesihatan.

- Mempelajari kemahiran bagi mengurus pesakit dan mengatasi pelbagai emosi semasa menjaga pesakit.
- Mendapatkan sokongan rohani dan emosi melalui bahan bacaan.
- Mendapatkan sumber rujukan bagi tujuan sokongan dan bantuan.

KanWork merakamkan penghargaan kepada:

- Lembaga Zakat Selangor atas sokongan penajaan buku ini.
- Pakar perubatan, pesakit, dan penjaga pesakit yang telah menyumbang idea, masa dan tenaga mereka terhadap usaha pembangunan buku ini.
- En. Wan Zamri Wan Ismail dan Ustaz Abdul Jamir Md Saad atas kesudian menyemak topik tertentu di dalam buku ini.
- Semua yang terlibat secara langsung atau tidak langsung dalam menjayakan pembangunan dan penerbitan buku ini.

Editor

Ramleh Muhamad
Persatuan Penterjemah Malaysia

Koordinator

Sukarelawan
Persatuan Kanser KanWork

1

Penjaga Pesakit Kanser

Sukarelawan KanWork

PENJAGA PESAKIT KANSER

- Penjaga pesakit kanser di dalam buku ini merujuk kepada seseorang yang memberi bantuan dan sokongan kepada individu yang kurang upaya atau menghadapi penyakit seperti kanser tanpa melibatkan sebarang bentuk bayaran.
- Penjaga pesakit kanser biasanya terdiri daripada ahli keluarga, saudara, dan rakan terdekat.
- Bab ini membincangkan tentang peranan, isu dan cabaran yang dihadapi oleh penjaga pesakit kanser.

PERANAN PENJAGA PESAKIT KANSER

- Apabila menjaga pesakit, anda mungkin berasa bahawa tugas yang dilakukan itu adalah perkara biasa untuk seseorang yang anda sayang.

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

- Namun, itulah antara peranan yang dilakukan oleh penjaga pesakit kanser ketika menjaga pesakit kanser.
- Peranan penjaga pesakit kanser berubah mengikut keperluan pesakit.

Antara peranan yang dilakukan oleh penjaga pesakit kanser adalah:

1. Membuat Keputusan

- Membantu pesakit dalam membuat keputusan berkaitan dengan diri pesakit misalnya berkenaan dengan pilihan rawatan yang perlu dibuat atau pilihan makanan yang perlu diamal atau dielak.

2. Mencari Maklumat

- Pesakit memerlukan bantuan anda untuk mendapatkan maklumat berkenaan penyakitnya secara terperinci sebelum membuat sebarang keputusan yang berkaitan.
- Maklumat asas tentang penyakit kanser dapat diperoleh daripada jururawat atau doktor yang merawat.
- Selain itu, maklumat dapat diperoleh melalui pesakit/survivor, laman web atau bahan bacaan yang sahih.

3. Menjadi Perantara antara Doktor dan Pesakit

- Anda bertindak sebagai pengantara untuk berkomunikasi dengan pesakit dan pasukan penjagaan kesihatan.
- Anda biasanya terlibat dalam menguruskan kesan sampingan rawatan, mengenal pasti masalah yang dihadapi oleh pesakit, melaporkan sebarang masalah kepada pasukan penjagaan kesihatan atau meneliti keberkesanan rawatan.

4. Mengurus Pesakit

- Pesakit memerlukan bantuan fizikal untuk urusan seharian seperti menyediakan makanan dan minuman, menukarkan cadar, memandikan pesakit, atau memberi bantuan pengangkutan untuk menghantar dan mengambil pesakit mendapatkan rawatan di hospital.

5. Memberi Sokongan Emosi, Spiritual dan Sosial

- Selain bantuan secara fizikal, pesakit sangat memerlukan sokongan emosi, spiritual dan sosial.
- Anda biasanya menjadi peneman setia pesakit sama ada di hospital atau bertemu rakan-rakannya.

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

- Anda juga berperanan untuk menjadi pendengar yang baik dan memberi galakan serta semangat positif kepada pesakit secara berterusan.

6. Memperkasa Pesakit (*Empowerment*)

- Sama seperti anda, pesakit juga mempelajari sesuatu yang baru dalam penjagaan diri dan penyakitnya.
- Secara tidak langsung, keadaan ini dapat membantu pesakit lebih berdikari dan mengurus diri dengan lebih baik.

ISU DAN CABARAN PENJAGA PESAKIT KANSER

- Peranan anda sangat berharga buat pesakit dan ahli keluarganya yang lain. Namun, menjadi penjaga bukan sesuatu tugas yang mudah.
- Pelbagai cabaran perlu anda hadapi ketika menjaga pesakit.

Penjaga Pesakit Kanser

Antara cabaran tersebut adalah seperti berikut:

1. Kesukaran untuk Memahami Maklumat Kanser

- Maklumat kanser sukar difahami disebabkan perbezaan bahasa dan penggunaan istilah perubatan yang digunakan dalam bahan pendidikan tersebut.
- Pengetahuan tentang kanser diperlukan untuk memudahkan pengurusan penjagaan pesakit.

2. Pengurusan Emosi Pesakit

- Anda juga berdepan dengan cabaran untuk mengurus emosi pesakit.
- Emosi pesakit berubah bergantung pada situasi yang dihadapi olehnya. Maka penting untuk anda mengenal pasti jenis emosi pesakit supaya anda dapat mengambil tindakan untuk mengurus emosi tersebut.

3. Kekuatan Fizikal

- Penjaga wanita atau yang sudah berusia mempunyai cabaran kekuatan fizikal sepanjang menjaga pesakit.

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

- Tenaga anda diperlukan untuk mengangkat pesakit bergerak dari katil ke kerusi roda misalnya.
- Anda boleh memohon bantuan daripada lelaki lain seperti anak-anak atau adik-beradik.

4. Pengurusan Emosi Anda

- Ketika menjaga pesakit, anda mungkin tidak mempunyai masa dan ruang yang cukup untuk diri sendiri.
- Gangguan emosi yang anda hadapi boleh disebabkan oleh faktor dalaman seperti keletihan dan faktor luaran.

5. Pengurusan Emosi Selepas Pemergian Pesakit

- Pemergian orang yang tersayang akan meninggalkan kesan mendalam terutamanya kepada penjaga pesakit kanser.
- Anda mungkin mengalami gangguan emosi sehingga sukar menguruskan diri selepas ketiadaan pesakit.
- Berikan masa untuk diri anda menyesuaikan diri dengan suasana baru tanpa kehadiran pesakit.

Penjaga Pesakit Kanser

- Jangan segan untuk bercerita tentang perasaan dan emosi anda kepada orang lain.

6. Pengurusan Kewangan

- Terdapat penjaga yang berhadapan dengan masalah perebutan wang dan harta pesakit setelah pemergian pesakit.
- Pastikan anda mempunyai pengetahuan dan kemahiran untuk menguruskan kewangan pesakit semasa pesakit masih ada dan selepas ketiadaannya.

7. Keperluan untuk Imbangi Peranan

- Anda akan mengalami masalah untuk mengimbangi masa dan pelbagai peranan seperti ibu, anak, pekerja atau pelajar pada masa yang sama.
- Lakukan semua peranan mengikut kemampuan. Elakkan memaksa diri untuk memenuhi semua keperluan. Anda juga mempunyai had seperti orang lain.
- Toleransi dan sokongan daripada pihak lain seperti ahli keluarga dan majikan amat penting buat anda.

8. Perlindungan Insurans

- Sebaiknya, dapatkan perlindungan insurans untuk anda dan ahli keluarga yang tidak menghidap kanser.
- Insurans dapat membantu menanggung sebahagian kos rawatan.

9. Kemudahan untuk Pesakit

- Sekiranya anda tidak mampu membeli peralatan seperti katil, kerusi roda atau tongkat, dapatkan kemudahan tersebut melalui hospis yang terdekat atau dengan bantuan kumpulan sokongan.
- Jika anda menjaga pesakit yang berlainan jantina, sebaiknya wujudkan satu pasukan penjagaan pesakit (lelaki dan perempuan) dalam kalangan ahli keluarga.

10. Perbezaan Pendapat

- Anda dan ahli keluarga yang lain mungkin mempunyai pendapat yang berbeza untuk membuat sesuatu keputusan untuk pesakit.
- Anda sekeluarga perlu bertolak ansur dan mencapai kata sepakat demi kebaikan pesakit.

11. Pujukan Jurujual

- Anda atau pesakit mungkin pernah didatangi individu yang mempromosi produk mereka yang dikatakan mampu merawat kanser.
- Anda perlu terlebih dahulu mendapatkan nasihat daripada doktor sebelum mendapatkan sebarang ubat/suplemen tambahan.
- Berterus-terang dan berkomunikasi dengan cara yang baik sekiranya tidak mahu membeli produk tersebut.

12. Ragam Pelawat

- Kebiasaannya, pesakit akan dilawati oleh saudara-mara, rakan atau jiran sama ada di hospital atau di rumah.
- Ada antara pelawat ini yang bertindak memberi maklumat kanser yang kurang tepat atau mengelirukan pesakit.
- Sebaiknya pelawat perlu bertanya khabar tentang perkembangan semasa pesakit dan mendoakan pesakit agar dipermudahkan urusannya. Sekiranya tidak diminta, pelawat tidak perlu memberikan nasihat kepada pesakit.

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

- Sekiranya pesakit tidak selesa dengan kehadiran pelawat, elakkannya daripada berjumpa dengan sesiapa dalam satu tempoh tertentu sehingga keadaan pesakit kembali stabil.

PETUA UNTUK PENJAGA PESAKIT KANSER

Maklumat ini boleh dijadikan panduan kepada mereka yang baharu mengambil peranan sebagai penjaga pesakit kanser. Tidak dinafikan bahawa anda sentiasa ingin menjadi yang terbaik untuk pesakit dan melakukan apa sahaja perkara yang bermanfaat kepada pesakit. Walau bagaimanapun, terdapat beberapa perkara yang mungkin anda terlepas pandang. Dengan petua ini, diharapkan anda dapat menjalankan peranan dengan lebih baik di sisi pesakit. Antara petua yang dikongsikan adalah:

- Anda perlu lebih bersedia dari segi fizikal dan mental untuk menghadapi cabaran sebagai penjaga pesakit kanser.
- Anda perlu belajar untuk redha dalam setiap perkara yang berlaku.

Penjaga Pesakit Kanser

- Tingkatkan pengetahuan tentang penyakit kanser seperti rawatan, kesan sampingan, kesan jangka panjang dan lain-lain.
- Dengan keupayaan yang maksimum, anda sentiasa ingin memenuhi kehendak dan keperluan pesakit.
- Anda perlu tahu cara untuk menangani perkara yang boleh mendatangkan kesan negatif kepada pesakit.
- Anda juga memerlukan ruang untuk diri sendiri.
- Untuk hasilyang lebih baik, perlu diwujudkan satu pasukan penjaga yang mungkin terdiri daripada ahli keluarga dan rakan-rakan terdekat.
- Elakkan perkara atau persekitaran yang boleh meningkatkan risiko kanser kepada pesakit mahupun anda.
- Anda perlu bijak mengimbangi emosi pesakit dengan individu lain di sekelilingnya.

2

Maklumat Asas Kanser

Nur Aishah Mohd Taib

STATISTIK KANSER DI MALAYSIA

Berdasarkan laporan Pendaftaran Kanser Kebangsaan (NCR) yang telah diterbitkan pada tahun 2015, sejumlah 103,507 kes kanser baharu direkodkan dari 2007-2011. Daripada rekod ini, 54.8% adalah wanita dan 45.2% adalah lelaki.

Rumusan statistik adalah seperti berikut:

STATISTIK	JENIS KANSER
10 jenis kanser yang mencatatkan rekod tertinggi	i. Payudara ii. Usus iii. Paru-paru iv. Limfoma v. Nasofarinks vi. Leukimia vii. Serviks uteri viii. Hati ix. Ovari x. Perut
5 jenis kanser tertinggi dalam kalangan wanita	i. Payudara ii. Usus iii. Serviks uteri iv. Ovari v. Paru-paru

Maklumat Asas Kanser

5 jenis kanser tertinggi dalam kalangan lelaki	i. Usus
	ii. Paru-paru
	iii. Nasofarinks
	iv. Limfoma
	v. Prostat

APAKAH ITU KANSER?

- Kanser berlaku apabila sel menjadi tidak normal dan membahagi tanpa kawalan.
- Apabila sel kanser tidak dapat dimatikan, ketumbuhan atau tumor akan terhasil.
- Kanser di organ asal atau dipanggil kanser primer (primary) boleh terbit di mana-mana sel di badan manusia. Contohnya di payudara, usus, paru-paru, pangkal rahim, atau darah.
- Kanser adalah tumor yang mempunyai sel yang terus membahagi dan berupaya untuk menceroboh ke kawasan sekelilingnya dan merebak ke organ lain di dalam badan.
- Kanser juga dipanggil 'malignant tumour'. Kanser merebak ke bahagian tubuh badan yang lain melalui saluran darah, limfa atau lapikan kaviti badan.

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

- Rebakan kanser di organ lain ini dipanggil 'metastasis' atau kanser sekunder (secondary). Kanser primer boleh merebak ke organ tulang, paru-paru, hati, otak dan sebagainya.
- Bukan semua ketumbuhan yang dipanggil tumor adalah kanser. Ketumbuhan yang tidak berpotensi untuk merebak dan mencerooboh kawasan sekelilingnya dipanggil 'benign tumour'.

JENIS KANSER

- Jenis kanser bergantung pada organ atau sel yang mula terjadi kanser. Jenis kanser yang berlaku di sel-sel lapisan organ dipanggil karsinoma sebagai contoh *breast carcinoma*.
- Jenis daripada sel sokongan dipanggil sarkoma sebagai contoh kanser tulang primer yang dipanggil *osteosarcoma*.
- Kanser darah selalunya dipanggil leukemia.
- Kanser organ kelenjar imun dipanggil limfoma.

SARINGAN AWAL KANSER

- Tidak semua kanser boleh dikesan dan dirawat pada peringkat awal. Kanser yang boleh dikesan awal melalui pemeriksaan saringan adalah kanser hati, payudara, usus dan serviks.

Kanser Hati

- Pembawa hepatitis B dan C boleh melakukan saringan berkala menggunakan ultrasound hati dan ujian darah untuk mengesan kanser hati diperingkat awal.

Kanser Payudara

- Kanser payudara boleh dikesan awal melalui pemeriksaan mamogram bermula umur 40 tahun ke atas.
- Sekiranya terdapat faktor-faktor yang meningkatkan risiko yang tinggi seperti pembawa gen atau sejarah keluarga yang sangat tinggi, pemeriksaan MRI payudara boleh digunapakai.
- Buat masa ini, pemeriksaan ultrasound payudara tidak disyorkan kerana ia mungkin membawa lebih

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

banyak keburukan kerana banyak mengesan *tumour benign* dan membuatkan lebih banyak biopsi yang perlu dilakukan. Ini menambah stres pesakit dan perbelanjaan rawatan.

Kanser Usus

- Kanser usus boleh dikesan awal dengan pemeriksaan darah di dalam najis yang dipanggil FOBT (*fecal occult blood test*).

Kanser Serviks

Kanser serviks boleh dikesan awal dengan pemeriksaan PAP smear dan pemeriksaan virus HPV.

Saringan Ujian Darah

- Ujian darah seperti *tumour marker* juga tidak berguna. Kecuali pembawa hepatitis B atau C, *tumour marker* alphafetoprotein boleh digunakan.
- Selalunya *tumour marker* akan hanya meningkat apabila kanser sudahpun ke peringkat yang tinggi. Dengan itu, ia tidak berkesan sebagai ujian saringan.
- Maka kanser peringkat awal tidak meningkatkan *tumour marker* dan boleh membuatkan pesakit keliru.

Maklumat Asas Kanser

- Kadang-kala *tumour marker* meningkat tetapi kanser tidak dapat dikesan dan berkemungkinan tiada.

Pencegahan Kanser

- Kanser yang boleh dicegah menggunakan imunisasi adalah kanser yang terjadi akibat jangkitan virus seperti kanser serviks dari virus human papilloma virus (HPV) dan kanser hati (hepatocellular carcinoma) dari virus hepatitis B.
- Strategi terbaik adalah untuk mengetahui faktor risiko dan tanda awal kanser untuk mengesan kanser di peringkat awal.

FAKTOR RISIKO KANSER

- Setiap kanser mempunyai faktor risiko yang berbeza. Faktor-faktor berikut boleh meningkatkan risiko seseorang untuk mendapat kanser tersebut.
- Berikut disenaraikan faktor risiko bagi lima jenis kanser yang paling kerap berlaku di Malaysia:

**JENIS
KANSER**

FAKTOR RISIKO

Payudara

Faktor risiko yang tak dapat diubah:

- Wanita yang berusia lebih 50 tahun
- Mempunyai sejarah kanser payudara dalam keluarga
- Pembawa gen BRCA 1 dan 2
- Telah mendapat kanser atau penyakit payudara bukan kanser pada salah satu payudara
- Mempunyai payudara yang padat (dense)
- Tidak pernah melahirkan anak
- Mendapat anak selepas berumur 30 tahun
- Putus haid pada usia yang lewat
- Datang haid pada usia yang awal
- Pernah mendapat rawatan radioterapi di dada untuk penyakit lain seperti limfoma sebelum umur 30 tahun

Faktor risiko yang boleh diubah:

- Mengambil alkohol
 - Kurang aktiviti fizikal
 - Berlebihan berat badan selepas menopause
 - Mengambil hormon gantian selepas menopause
-

Maklumat Asas Kanser

Usus

- Pesakit yang pernah menghidap polip
- Wanita yang mempunyai kanser ovari, rahim atau payudara
- Mempunyai sejarah kanser usus dalam keluarga
- Pernah menghidap radang usus lebih daripada 8 tahun
- Mengamalkan diet yang tinggi lemak dan rendah serat
- Merokok

Paru-paru

- Merokok
- Terdedah kepada asap rokok
- Mempunyai sejarah kanser paru-paru dalam keluarga
- Terdedah kepada pencemaran udara

Darah

- Mempunyai sejarah kanser darah dalam keluarga
 - Terdedah kepada radiasi dan bahan kimia
 - Sistem imun badan yang rendah
 - Berlebihan berat badan
 - Jangkitan virus
-

-
- Nasofarinks**
- Jangkitan virus Epstein-Barr (EBV)
 - Mempunyai sejarah kanser nasofarinks (hidung) dalam keluarga
 - Mengamalkan diet tinggi garam
 - Pengambilan alkohol yang berlebihan
 - Banyak terdedah kepada asap, habuk dan bahan kimia seperti formaldehid
-

TANDA/GEJALA KANSER

- Setiap jenis kanser menunjukkan satu atau lebih daripada tanda-tanda seperti berikut:

JENIS KANSER	TANDA/SIMPTOM
Payudara	<ul style="list-style-type: none">• Terdapat benjolan pada payudara, ketiak atau leher• Puting payudara tertarik ke dalam• Perubahan pada saiz dan rupa bentuk payudara• Perubahan warna/kulit pada aerola• Kulit payudara kelihatan seperti kulit oren• Keluar cecair/darah daripada puting

Maklumat Asas Kanser

Usus

- Abdomen rasa tidak selesa kerana kembung, sebu dan kejang
- Perubahan ketara pada tabiat membuang air besar
- Keluar darah dari dubur selepas membuang air besar
- Kurang selera makan dan penurunan berat badan tanpa sebab

Paru-paru

- Batuk yang berpanjangan
- Berat badan menurun dan hilang selera makan
- Nafas tercungap dan berdehit
- Suara garau
- Bengkak leher dan muka

Darah

- Batuk yang tidak berhenti dan sukar bernafas
- Keletihan
- Demam yang berulang
- Berpeluh pada waktu malam

Nasofarinks

- Hidung berdarah atau tersumbat
 - Kurang pendengaran biasanya pada sebelah telinga sahaja
 - Telinga tersumbat
 - Bunyi dengung di dalam telinga
 - Jangkitan telinga berulang
-

3

Rawatan Kanser

Mastura Md Yusof

RAWATAN KANSER

- Diagnosis kanser membuka lembaran baharu kepada kehidupan pesakit kanser.
- Sebaik sahaja penyakitnya disahkan oleh doktor, pesakit disarankan menjalani rawatan. Setiap pesakit melalui rawatan yang berbeza mengikut keadaan kanser masing-masing.
- Rawatan diberikan berdasarkan jenis, tahap kanser, keadaan kesihatan pesakit, indikasi dan sasaran rawatan mengikut prinsip pelbagai disiplin oleh sepasukan pakar dan staf kesihatan yang terlibat.
- Secara amnya, rawatan kanser melibatkan beberapa kaedah utama iaitu pembedahan, radioterapi dan ubat-ubatan seperti kemoterapi, terapi hormon dan terapi sasaran.

PEMBEDAHAN

- Pembedahan merupakan prosedur mengeluarkan ketumbuhan kanser termasuk akar-akar kanser di sekeliling kawasan kanser utama yang dilakukan oleh pakar bedah.
- Ia adalah antara rawatan utama kanser di mana lebih kurang 2/3 daripada pesakit kanser mungkin menjalani pembedahan bagi kanser mereka.
- Pembedahan mungkin dilakukan pada fasa yang berlainan untuk tujuan yang berbeza iaitu sama ada untuk:
 - a. Sembuh
 - b. Rekonstruktif
 - c. Pembedahan paliatif iaitu bagi mengurangkan atau mengawal simptom kanser.
- Pembedahan akan bergantung pada jenis, tahap dan lokasi kanser pada badan serta keadaan kesihatan pesakit dan juga akses pada kumpulan pembedahan yang cekap dan berpengalaman. Contohnya kanser darah seperti leukemia atau limfoma tidak perlu dirawat dengan sebarang prosedur pembedahan dan pembedahan tidak wajib dilakukan pada kanser yang telah merebak ke pelbagai organ badan.

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

- Pembedahan melibatkan potongan dan luka pada tisu badan yang menyebabkan rasa sakit ketika pesakit melalui fasa penyembuhan.
- Pembedahan juga mendedahkan pesakit kepada risiko pendarahan dan jangkitan kuman di samping gangguan pada fungsi organ atau kecacatan atau kehilangan anggota secara kekal.
- Maklumat lanjut yang diperoleh sewaktu proses pembedahan berguna untuk memahami biologi kanser, mendalami jenis, tahap dan prognosis kanser dan seterusnya dijadikan panduan bagi perancangan rawatan yang diperlukan oleh pesakit.
- Persediaan sebelum pembedahan adalah seperti berikut:
 - a. Memastikan tahap pemakanan yang baik.
 - b. Mengawal paras gula dan tekanan darah.
 - c. Mengelakkan mendapat jangkitan kuman.
 - d. Tidur dengan cukup.
 - e. Makan ubat yang dibenarkan seperti biasa kecuali yang dilarang seperti ubat cair darah, lebih kurang seminggu sebelum pembedahan.

Rawatan Kanser

- Persediaan selepas pembedahan:
 - a. Menjaga luka.
 - b. Memastikan tahap pemakanan yang baik.
 - c. Mengawal paras gula dan tekanan darah.
 - d. Mengelakkan mendapat jangkitan kuman.
 - e. Tidur dengan cukup.

RADIOTERAPI

- Radioterapi (RT) adalah rawatan setempat menggunakan tenaga tinggi yang ditujukan ke bahagian yang mengandungi kanser bagi mematikan sel kanser.
- Tenaga yang tinggi dari pancaran radioterapi apabila menembusi tisu badan akan menghasilkan radikal bebas yang bertindak balas dengan molekul air pada badan lalu merosakkan DNA sel kanser dan menyebabkan ia mati.
- Radioterapi boleh diberikan melalui dua cara iaitu:
 - a. Radiasi luaran (*external beam RT*).
 - a. Radiasi dalaman (*internal RT*) seperti brakiterapi atau terapi radioiodin.

- Radioterapi boleh digunakan sebagai:
 - a. Rawatan utama atau tambahan (*adjuvant*) bagi tujuan penyembuhan.
 - b. Rawatan paliatif bagi mengawal simptom penyakit yang membebankan pesakit seperti sakit, patah atau pendarahan.

- Ia boleh juga diberikan bersama kemoterapi secara serentak (*concurrent chemoradiotherapy*) seperti pada kanser nasofarinks, kanser glioblastoma (GBM), kanser serviks atau sebagai rawatan tambahan selepas pembedahan atau selepas kemoterapi.

KEMOTERAPI

- Kemoterapi adalah rawatan yang menggunakan ubat untuk memusnahkan sel kanser.

- Lebih kurang 50% pesakit kanser akan menerima kemoterapi. Kemoterapi boleh diberikan sebagai:
 - a. Rawatan utama kanser (seperti leukemia, limfoma, *germ cell tumour*).
 - b. Gabungan dengan radioterapi atau pembedahan bertujuan untuk menyembuhkan kanser.
 - c. Rawatan paliatif untuk mengawal kanser tahap 4.

Rawatan Kanser

- Ubat kemoterapi boleh diberikan secara tersendiri atau gabungan lebih daripada satu ubat bersama ubat kemoterapi yang lain atau bersama terapi sasaran (*targeted therapy*) atau imunoterapi.

- Kemoterapi biasanya diberikan secara:
 - a. Intravena melalui salur darah
 - b. Port kemo
 - c. PICC melalui tiub
 - d. Oral iaitu ubat yang dimakan dalam bentuk pil atau cecair
 - e. Suntikan intramuscular iaitu terus ke otot
 - f. Suntikan subkutanes iaitu di bawah kulit
 - g. Suntikan intrathecal iaitu terus kepada cecair di dalam tulang belakang

- Kemoterapi secara am adalah rawatan sistemik dan berbeza daripada pembedahan atau radioterapi. Ubat kemoterapi diedarkan ke seluruh badan oleh sistem darah secara menyeluruh. Jadi ia mampu untuk sampai ke bahagian kanser yang telah merebak ke tempat lain.

- Antara kesan sampingan kemoterapi yang melibatkan pemakanan adalah ulser mulut, loya dan muntah, gastrik dan senak, sembelit, cirit, kurang

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

selera makan, keletihan dan risiko demam, jangkitan kuman, pendarahan, dehidrasi, dan penurunan berat badan.

- Selain itu, ia boleh menyebabkan keguguran rambut, kulit kering, demam dan kemandulan.
- Oleh sebab kemoterapi bertindak mematinakan sel kanser dan sel badan yang sentiasa mengalami pertumbuhan seperti sel darah, kulit, mukosa dan rambut maka kerana itu biasanya ia diberi secara kitaran.

TERAPI HORMON

- Terapi hormon adalah rawatan sistemik yang berperanan untuk menghalang sel kanser daripada mendapat akses pada hormon lalu pertumbuhannya disekat atau terkawal.
- Hormon adalah protein yang penting bagi menggerakkan atau menampung fungsi tisu atau organ tertentu pada tubuh kita. Contohnya hormon testosteron merangsang kelenjar prostat pada lelaki manakala hormon estrogen merangsang pertumbuhan dan fungsi payudara serta organ reproduktif wanita.

Rawatan Kanser

- Kanser yang terhasil daripada organ prostat atau payudara mungkin memerlukan hormon sama seperti sel normal di organ tersebut. Jadi pertumbuhannya boleh dihalang dengan menggunakan ubat yang dapat memberhentikan sel kanser tersebut.
- Rawatan ini biasanya dalam bentuk pil atau suntikan.
- Pil hormon biasanya diambil sekali sehari manakala suntikan sebulan sekali.
- Ia boleh juga diberi bersama terapi sasaran.
- Rawatan mungkin memakan masa yang lama iaitu 2, 5 atau 10 tahun dan lebih.
- Kesan sampingan:
 - a. Kesan sampingan berbeza mengikut umur, rawatan yang sebelumnya atau jika ubat diambil bersama ubat anti kanser yang lain.
 - b. Kesan sampingan adalah seperti sakit kepala, hangat memerah (hot flushes), berpeluh (bahang pada badan), ruam, sakit sendi, rasa letih, rasa seperti tulang tidak kuat dan kurang nafsu seksual.

- c. Osteopenia (penurunan kepadatan tulang) dan osteoporosis (masalah kerapuhan tulang) adalah antara risiko kesan sampingan pada yang telah berusia dan mengambil ubat hormon.

TERAPI SASARAN

- Terapi sasaran adalah terapi yang khusus untuk mutasi pada sel kanser yang terlibat. Ini adalah rawatan untuk kanser yang mengandungi sasaran (target) iaitu mutasi yang bertanggungjawab menyebabkan kanser berlaku.
- Oleh sebab ia mensasarkan sel kanser secara khusus, maka kegunaannya dapat mengurangkan risiko kesan sampingan atau kerosakan pada sel normal. Ia juga boleh disasarkan hanya kepada pesakit yang mempunyai sasaran tersebut yang boleh di kesan pada tumor pesakit.
- Contohnya mutasi yang dikesan pada sasaran iaitu molekul EGFR pada sel kanser paru-paru jenis adenocarcinoma boleh dirawat dengan ubat anti-EGFR seperti afatinib, erlotinib dan gefitinib.

Rawatan Kanser

- Sasaran HER2 pada kanser payudara jenis HER2 positif boleh dirawat dengan ubat anti-HER2 trastuzumab. Jadi terapi sasaran ini adalah terapi yang dapat membezakan sel kanser dari sel normal.
- Kebiasaannya terapi sasaran mempunyai kesan sampingan seperti ruam, letih, dan yang melibatkan pemakanan adalah ulser mulut, cirit dan senak.

4

Panduan Pemakanan Pesakit Kanser

PEMAKANAN PESAKIT KANSER

- Pemakanan yang sihat amat penting bagi pesakit kanser. Ia memainkan peranan utama dalam menjamin tahap kesihatan semasa melawan kanser.
- Makan secara sihat bermaksud mengambil kepelbagaian jenis makanan yang membekalkan nutrien yang diperlukan. Keperluan nutrien terdiri daripada protein, karbohidrat, lemak, air, vitamin dan mineral.
- Protein diperlukan untuk penyembuhan tisu dan membantu mencegah sebarang jangkitan.
- Sumber protein yang baik terdiri daripada:
 - a. ikan
 - b. ayam
 - c. daging tanpa lemak

Panduan Pemakanan Pesakit Kanser

- d. telur
- e. susu dan produk tenusu
- f. kacang dan makanan daripada kacang soya
- Karbohidrat dan lemak membekalkan sebahagian besar kalori yang diperlukan oleh tubuh. Walau bagaimanapun, keperluan kalori berbeza bagi setiap individu bergantung pada umur, saiz badan, dan tahap aktiviti fizikal.
- Sumber karbohidrat terdiri daripada:
 - a. nasi
 - b. mee
 - c. pasta
 - d. roti
 - e. produk bijirin
 - f. kekacang kering
 - g. buah-buahan
- Sumber lemak adalah:
 - a. minyak
 - b. mentega
 - c. marjerin
 - d. bijian
 - e. lemak dalam daging, ikan, ayam dan itik

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

- Vitamin dan mineral diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang sihat. Sumber vitamin dan mineral dapat diperoleh daripada pengambilan diet yang seimbang dengan kalori dan protein yang mencukupi.
- Air amat penting bagi mengelak pesakit mengalami dehidrasi. Sebanyak enam hingga lapan gelas air disarankan diambil setiap hari.
- Panduan pemakanan dapat membantu anda memilih diet yang sihat dan berkhasiat. Pemilihan makanan digalakkan daripada sumber bijirin penuh berbanding bijirin atau gula terproses.
- Banyakkan pengambilan sayuran, buah-buahan dan kekacang.
- Kurangkan pengambilan daging merah terutama yang berproses dan tinggi kandungan lemak.
- Pastikan pengambilan makanan dapat membantu mengekalkan berat badan yang sihat.

PEMAKANAN SEMASA RAWATAN

- Rawatan kanser yang diberikan melibatkan pembedahan, kemoterapi, radioterapi, terapi hormon, terapi biologi (imunoterapi), atau gabungan beberapa rawatan.

Panduan Pemakanan Pesakit Kanser

- Fungsi rawatan ini adalah untuk membunuh sel kanser. Namun, dalam masa yang sama, sesetengah sel sihat turut rosak.
- Ini menimbulkan kesan sampingan semasa rawatan kanser. Kesan sampingan ini menjejaskan kemampuan untuk pengambilan makanan yang mencukupi.
- Berikut adalah kesan sampingan yang sering dialami oleh pesakit kanser:
 - a. Hilang selera makan
 - b. Sakit mulut atau sakit tekak
 - c. Mulut kering
 - d. Masalah gusi atau gigi
 - e. Loya
 - f. Muntah-muntah
 - g. Cirit-birit
 - h. Sembelit
 - i. Deria rasa dan deria bau berubah
 - j. Lesu
- Setiap kesan sampingan berbeza bagi setiap pesakit kanser. Kesan sampingan ini juga sama ada pesakit mengalaminya atau tidak mengalaminya bergantung pada jenis kanser, bahagian tubuh yang terlibat, jenis dan tempoh rawatan, serta dos rawatan yang digunakan.

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

- Oleh itu, semasa rawatan kanser, pengambilan makanan perlu diubah untuk membantu menguatkan tubuh dan dapat bertahan dengan kesan sampingan kanser dan rawatannya.
- Biasanya makanan yang dicadangkan diambil semasa rawatan menitikberatkan makanan yang tinggi kalori, tinggi protein, dilengkapi dengan snek dan minuman komersial yang berkhasiat.
- Oleh sebab kesan sampingan rawatan kanser menyukarkan pesakit untuk memakan makanan yang diperlukan, maka dicadangkan supaya pesakit memakan snek berkhasiat dalam jumlah yang kecil sepanjang hari.
- Pastikan snek yang dimakan itu pelbagai dan kaya dengan protein mudah dan sedia dimakan seperti yogurt, bijirin dan susu, minuman *shake*, aiskrim, biskut bersama keju, bubur nasi yang dilengkapi dengan carikan ayam, ikan dan sayur-sayuran dan sup berkrim.
- Pastikan makanan diambil sebaik-baiknya ketika ada selera makan. Sajian utama dan snek perlulah dimakan pada waktu yang tetap. Jangan terlalu memaksa diri untuk menghabiskan makanan sekiranya kesan sampingan menyukarkan pengambilan makanan.

- Cuba makan dalam jumlah yang kecil tetapi kerap, setiap satu atau dua jam.

PEMAKANAN MENEGAH KANSER BERULANG

- Pelan pemakanan bagi mencegah kanser berulang adalah sama dengan pelan pemakanan sebelum mendapat kanser.
- Amalan makan yang sihat amatlah diutamakan bagi membantu membina semula tisu serta memulihkan kekuatan dan kesihatan tubuh secara keseluruhan.
- Cadangan amalan makan sihat:
 - a. Pastikan berat badan anda berada dalam tahap yang optimum.
 - b. Lakukan senaman dan kekal menjadi aktif.
 - c. Pilih pelbagai makanan daripada semua kumpulan makanan.
 - d. Lebihkan pengambilan makanan tinggi serat dalam jumlah yang banyak seperti nasi beras perang, roti bijirin penuh dan bijirin tinggi serat.
 - e. Tingkatkan pengambilan sayur-sayuran, buah-buahan dan kekacang.

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

- f. Kurangkan pengambilan makanan segera dan makanan proses yang tinggi kandungan lemak, gula dan garam.
- g. Hadkan pengambilan daging merah dan berproses seperti nuget dan sosej.
- h. Hadkan pengambilan minuman bergula.
- i. Hadkan pengambilan makanan tinggi kandungan garam.
- j. Elak pengambilan alkohol.

5

Mengurus Emosi Penjaga dan Pesakit Kanser

Asmah Ismail

- Mengurus pesakit kanser memerlukan komitmen dan kesabaran yang tinggi daripada seseorang penjaga.
- Bukan sahaja penjaga perlu bersedia dari segi emosi dan fizikal untuk memikul tanggungjawab yang diberikan tetapi dia juga perlu mempunyai pengetahuan yang mencukupi untuk memahami situasi pesakit seperti tekanan emosi yang dialami dan juga tentang penyakit dan proses rawatan yang akan, sedang atau telah dilalui.
- Mengurus pesakit adalah suatu kemahiran yang dapat dipelajari dan sambil masa berlalu, penjaga akan menjadi semakin mahir dan peka dalam memahami keperluan pesakit.
- Dalam proses memenuhi keperluan pesakit, penjaga juga harus memberi perhatian kepada keperluan diri sendiri. Bab ini membincangkan tentang cabaran

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

yang dilalui oleh penjaga dan pesakit kanser dalam mengurus emosi dan cabaran dalam menjaga kebajikan masing-masing.

CABARAN EMOSI PENJAGA

- Sedih melihat penderitaan pesakit.
- Sedih dengan tingkah laku dan perkataan pesakit yang menyakitkan.
- Marah kerana kebebasan diri menjadi terhad atau hampir tiada.
- Marah kerana terpaksa berhenti kerja untuk menjaga pesakit.
- Marah kerana pesakit tidak bekerjasama, contohnya pesakit menolak makan ubat.
- Marah kerana terpaksa berkorban wang untuk rawatan perubatan demi memberi keselesaan kepada pesakit.
- Rasa bersalah kerana terpaksa berkorban masa dengan keluarga sendiri, isteri/suami dan anak-anak untuk mengurus pesakit.
- Takut kalau melakukan sesuatu yang tidak betul.

Mengurus Emosi Penjaga dan Pesakit Kanser

- Penat mengurus keperluan pesakit dan melayan tetamu.
- Terpaksa berhati-hati apabila bercakap untuk menjaga hati pesakit supaya tidak tersinggung.

MENGURUS EMOSI PENJAGA

- Berfikiran positif, “dengan menolong kita juga membantu diri sendiri; memberi kebaikan pada diri sendiri; menjadi lebih berpengetahuan dan berkemahiran”.
- Jangan berfikir terlalu jauh, setiap ujian akan berlalu.
- Memandangnya sebagai peluang untuk memperbaiki diri.
- Memandangnya sebagai peluang untuk merapatkan diri dengan pesakit.
- Menyediakan rutin mengurus pesakit, membuat jadual makan, pengurusan diri, rehat dan tidur. Mengingatn diri bahawa pesakit pun memerlukan masa untuk diri sendiri.
- Menyediakan masa untuk diri sendiri dengan meminta bantuan dari saudara, kawan atau pembantu khas untuk tempoh beberapa jam, sesuai dengan keperluan.

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

- Membuat jadual penjagaan bersama ahli keluarga lain dan beri ruang kepada semua ahli keluarga untuk membantu.
- Menjadi ahli kepada kumpulan sokongan.
- Pastikan diri mendapat rehat yang mencukupi.

SIMPTOM TEKANAN

- Sentiasa letih
- Tidak ceria
- Kerap risau/ bimbang
- Rasa bersalah
- Cepat marah
- Sensitif kepada hal-hal yang kecil
- Menyisihkan diri daripada kawan-kawan atau saudara
- Perubahan corak tidur: sukar/ terlebih tidur
- Perubahan berat badan: turun/naik
- Perubahan selera makan: berkurang/ bertambah

Mengurus Emosi Penjaga dan Pesakit Kanser

- Hilang keseronokan melakukan aktiviti yang pernah mengembirakan dahulu

PERHATIAN: Anda boleh mendapatkan perkhidmatan kaunseling di:

- Unit kaunseling/psikologi/psikiatri/di hospital kerajaan
- CaRE, UPM
- Befrienders KL

MENANGANI TEKANAN

- Memperuntukkan masa untuk diri sendiri berehat atau mengurus keperluan diri.
- Mencari masa untuk bersukan/beriadah.
- Meminta kawan berkunjung atau melawat.
- Berhubung dengan kawan-kawan yang boleh memberi semangat.
- Mendekatkan diri dengan tuhan.
- Menjaga kesihatan diri dengan mengambil makanan yang berkhasiat.

PESAKIT KANSER

- Kalau pesakit adalah saudara terdekat atau kawan yang sudah lama dikenali, mungkin mudah untuk penjaga mengenal emosi yang dialami pesakit.
- Namun begitu, penjaga memerlukan masa untuk betul-betul mengenali emosi pesakit dengan tepat.
- Berikut adalah antara panduan untuk mengenali emosi pesakit. Namun perlu diingati bahawa setiap pesakit mempamerkan emosi mereka secara berbeza.

MENGENALPASTI EMOSI PESAKIT

Marah/ Benci	<ul style="list-style-type: none">• mendiamkan diri; tidak menjawab bila ditanya• tidak mahu bekerjasama; menolak makanan bila disuap• pura-pura tidur/tidak mendengar• mengelak daripada berbual dengan penjaga tetapi berbual dengan orang lain• bertindak bertentangan daripada apa yang diminta/diarah
-----------------	--

Mengurus Emosi Penjaga dan Pesakit Kanser

Sedih	<ul style="list-style-type: none">• menangis; mengalirkan air mata• mendiamkan diri• tidak mahu makan/minum
Takut/ Bimbang/ Risau	<ul style="list-style-type: none">• bercerita tentang kematian, kesakitan• bercakap tentang nasib individu lain (anak/ suami/ isteri/ ibu bapa) yang akan ditinggalkan• bercerita tentang balasan selepas kematian
Bersalah/ Menyesal/ Kecewa	<ul style="list-style-type: none">• banyak bercerita tentang kekesalan/ perbuatan tidak baik/kesalahan/dosa yang telah dilakukan• bercakap tentang perkara yang sepatutnya dilakukan tapi belum sempat dilakukan• bercakap yang dia menyusahkan orang lain seperti terpaksa membelanjakan duit yang banyak untuk rawatan dan penjagaan

MENGURUS EMOSI PESAKIT

Marah/
Benci

- biarkan dia seketika; kalau ditanya akan membuatnya bertambah marah
 - teruskan dengan aktiviti rutin semampu boleh; beri makanan dan ubat pada waktu yang sama setiap hari
 - bantu pesakit untuk memaafkan diri dan orang lain atas kekurangan atau kelemahan masing-masing
 - merenung kebaikan orang lain dan mengingati kesalahan diri sendiri
 - membuang perkataan “sepatutnya,” “seharusnya,” “semestinya,”
-

Sedih

- dampingi pesakit; hiburkan pesakit dengan membawanya berjalan-jalan; berjumpa kawan atau ke tempat yang boleh menceriakan pesakit seperti pusat membeli belah/taman-taman
 - mendengar lagu kesukaan
 - beli sesuatu yang baharu seperti pakaian, buku, tudung, atau kasut
-

Mengurus Emosi Penjaga dan Pesakit Kanser

- menukar warna bilik ke warna lebih ceria
 - melakukan aktiviti baharu seperti melukis, menjahit, menulis atau memasak
 - cuba elak dari membiarkan pesakit keseorangan dengan memasang radio atau tv sebagai peneman supaya pesakit tidak rasa kesunyian
-

Takut/
Bimbang/
Risau

- berada di samping pesakit
 - ingatkan pesakit “setiap hari dipanjangkan usia adalah peluang untuk melakukan kebaikan”
 - galakkan pesakit untuk tingkatkan pengetahuan dengan melayari internet; mengenal pasti tempat rujukan yang boleh dipercayai
 - bantu pesakit membuat persediaan untuk menghadapi rawatan seperti kemoterapi atau pembedahan
-

- mengurangkan perasaan menghadapi kematian dengan mendengar ceramah agama, berkunjung ke tempat ibadah, mendengar ayat suci Al-Quran, zikir, berdoa
 - memberi kata-kata motivasi; mengingatkan diri yang sakit adalah ujian dan Allah kasihkan pesakit
 - waraskan fikiran pesakit, “kanser bukan satu bentuk hukuman, bayi pun dapat kanser. Adakah bayi berdosa?”
 - berdoa yang baik-baik, minta Allah mudahkan urusan; tawakal kepada Allah
 - mengalihkan perhatian pesakit dengan bercerita tentang hal lain
 - bawa pesakit bersiar-siar atau melakukan senaman ringan
-

Mengurus Emosi Penjaga dan Pesakit Kanser

Bersalah/
Menyesal/
Kecewa

- syukur kerana ada peluang untuk memohon maaf
 - menyesal atas perbuatan lampau
 - memberitahu pesakit, anda rasa bersyukur dapat menjaganya dan berpeluang merapatkan hubungan
 - melayan pesakit seperti dia seorang yang istimewa
 - beritahu pesakit yang duit boleh dicari, apa yang hilang akan diganti dengan sesuatu yang lebih baik sekiranya seseorang itu bersyukur
 - mengajak pesakit untuk berusaha mencari peluang untuk melakukan kebaikan seperti berdoa untuk orang lain, bersedekah, bercucuk tanam, mengajar atau berkongsi ilmu bermanfaat dengan orang lain
 - membuang perkataan “kalaulah” daripada diari hidup
-

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

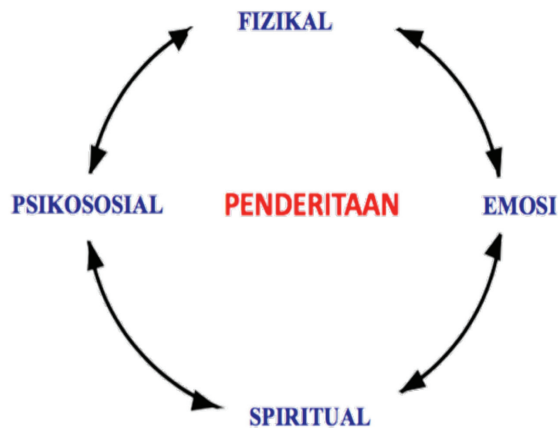
Galakkan pesakit fokus kepada peluang yang dia masih ada untuk memperbaiki keadaan, melakukan kebaikan, dan melakukan apa yang diimpikan. Cuba elakkan pesakit daripada meratapi kehilangan atau masa lepas kerana ia hanya akan menyebabkan emosi pesakit terganggu.

6

Penjagaan Paliatif

Sheriza Izwa Zainuddin

APAKAH PENJAGAAN PALIATIF?



- Berdasarkan definisi daripada Pertubuhan Kesihatan Sedunia (*WHO*), penjagaan paliatif adalah suatu bidang kepakaran yang bertujuan untuk meningkatkan kualiti hidup pesakit, keluarga dan penjaga mereka. Khususnya dalam kalangan pesakit yang menghadapi penyakit yang sukar atau tidak dapat diubati.

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

- Pendekatan penjagaan paliatif adalah melalui pencegahan dan kelegaan daripada penderitaan dengan membuat pemeriksaan awal yang menyeluruh dan penilaian yang lengkap.
- Ia mengambil kira semua aspek seperti fizikal, emosi, psikosial dan spiritual kerana ia saling berkaitan dan memberi kesan kepada diri seseorang individu.
- Antara penyakit yang boleh dirujuk kepada penjagaan paliatif adalah:
 - a. Kanser
 - b. Kegagalan fungsi organ-jantung, buah pinggang dan paru-paru
 - c. Penyakit neurologi seperti *motor neuron disease*
 - d. AIDS
 - e. Geriatrik-demensia, alzheimer
 - f. Pesakit di ICU (Unit Jagaan Rapi)
- Pesakit yang boleh dirujuk kepada penjagaan paliatif tiada had umur, tidak tertumpu kepada penyakit tertentu atau tahap penyakit tersebut.
- Walaupun pesakit dirujuk kepada penjagaan paliatif, rawatan aktif masih boleh diberikan kerana penjagaan paliatif akan memberikan sokongan dan

Penjagaan Paliatif

bantuan moral, fizikal, psikososial dan spiritual bagi meringankan bebanan atau tekanan kepada pesakit, keluarga dan penjaga mereka.

- Fokus utama penjagaan paliatif adalah kawalan simptom yang mungkin banyak dalam kalangan pesakit paliatif dan meringankan beban pesakit serta seterusnya meningkatkan kualiti hidup pesakit.

MEMBANTU PESAKIT DENGAN PENJAGAAN PALIATIF

- Penjagaan paliatif sering disalahertikan sebagai rawatan penamat atau terakhir kepada pesakit kanser terutamanya setelah semua jenis rawatan seperti pembedahan, terapi radiasi, imunoterapi dan kemoterapi tidak memberikan tindak balas positif dan sel-sel kanser semakin merebak ke bahagian organ yang lain.
- Seperti kita sedia maklum, kanser merupakan penyakit yang masih belum mempunyai penawar yang sah, namun ia juga bukanlah penamat kepada kehidupan pesakit kanser, keluarga dan orang terdekat.

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

- Pesakit perlu kuat untuk mengharungi penyakit dihadapi dan juga rawatan yang disarankan oleh pakar bedah atau onkologi mereka.
- Proses rawatan seperti pembedahan, terapi radiasi, imunoterapi dan kemoterapi merupakan suatu proses yang sangat mencabar dan memberi kesan bukan sahaja kepada pesakit tetapi juga memberi kesan kepada keluarga dan orang terdekat.
- Justeru, penjagaan paliatif merupakan rawatan yang perlu ada seiring dengan rawatan-rawatan lain kerana penjagaan paliatif mampu membantu mengawal simptom diterima daripada penyakit dan proses rawatan.
- Pada kebiasaannya, simptom yang sering dialami oleh pesakit kanser adalah seperti rasa sakit, mual, muntah, keletihan, kebimbangan, kemurungan, perubahan rupa bentuk fizikal, sembelit, cirit-birit, kekeliruan atau sesak nafas.
- Simptom yang paling kerap dialami oleh pesakit kanser adalah kesakitan.

Penjagaan Paliatif

- Biasanya pendekatan rawatan dalam paliatif bukan hanya merawat dengan ubat-ubatan tahan sakit yang kuat seperti morfin atau *fentanyl*, ia juga akan merangkumi aspek emosi seperti impak sakit kepada pesakit, penjaga dan keluarga serta aspek spiritual.
- Perubahan emosi, kemurungan dan berputus asa sangat memberi kesan kepada pesakit kanser bahkan kepada keluarga dan orang terdekat mereka.
- Penjagaan paliatif merangkumi bersikap peka atas kehendak pesakit, sentiasa memeriksa dan memastikan keselesaan pesakit, mendengar rungutan dan memberi cadangan atau nasihat bagaimana untuk mengatasi atau menghadapi keadaan pesakit.
- Oleh itu, penjagaan paliatif akan membantu pesakit untuk mengurangkan simptom dan kesan akibat rawatan yang diterima.
- Di samping itu, penjagaan paliatif juga membantu meringankan bebanan yang dihadapi melalui perbincangan dan penerangan kepada semua yang terlibat supaya persoalan, permasalahan, kekeliruan serta proses membuat keputusan yang penting berkenaan pilihan rawatan mendapat penjelasan secara terperinci.

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

- Sokongan secara spiritual penting agar mereka tidak berputus asa dan terus berjuang kerana semangat juang yang tinggi juga berperanan menyembuhkan dan mengurangkan beban penyakit.
- Mereka perlu lebih positif serta menjalani kehidupan yang lebih berkualiti.

PERBEZAAN PENJAGAAN PALIATIF DAN HOSPIS

- Kebanyakan orang keliru antara penjagaan paliatif dan hospis.
- Hal ini kerana hospis juga memberikan perkhidmatan yang sama seperti penjagaan paliatif tetapi hanya terhad kepada sesetengah perkhidmatan dan tertumpu pada pesakit kanser yang mempunyai jangka hayat kurang daripada enam bulan.
- Penjagaan paliatif berbeza dari segi ia tidak hanya tertumpu pada satu jenis penyakit, peringkat penyakit sama ada peringkat awal atau akhir, umur pesakit serta rawatan dan sistem sokongan meliputi aspek fizikal, emosi, psikososial dan spiritual pesakit, keluarga dan penjaga.

Penjagaan Paliatif

- Namun, penjagaan paliatif dan hospis membawa matlamat yang sama iaitu bertujuan meningkatkan kualiti hidup pesakit, keluarga dan penjaga mereka.

Penjagaan Paliatif	Hospis
Penjagaan paliatif untuk semua jenis tahap penyakit.	Penjagaan hospis biasanya untuk pesakit di akhir hayat sahaja.
Sokongan diberikan bermula penyakit dikesan dan berterusan sehingga akhir hayat pesakit.	Sokongan dan bantuan diberikan kepada pesakit yang tempoh jangka hayat kurang daripada enam bulan.
Dilaksanakan di hospital.	Dilaksanakan di komuniti seperti di rumah pesakit. Pihak hospis akan membuat lawatan di rumah pesakit untuk memantau keadaan pesakit.
Menawarkan sokongan kepada ahli keluarga bagi menyesuaikan diri dengan keadaan pesakit sehingga tempoh kematian pesakit.	Penjagaan hospis dilaksanakan untuk memberi keselesaan semaksimum yang mungkin kepada pesakit dan akan bermula apabila tiada rawatan penyembuhan yang dapat dilaksanakan.

Membantu pesakit untuk memanfaatkan setiap tempoh hayat yang mereka ada dan memperbaiki kualiti hidup.

Menawarkan pengurusan simptom dan kesan sampingan akibat rawatan kepada pesakit bukan kronik.

Membantu mengurangkan kesakitan dan simptom yang dialami semasa tempoh rawatan dilaksanakan.

Membantu pesakit, keluarga dan penjaga berkenaan rawatan, ubat-ubatan serta sokongan moral, jika terdapat sebarang kekeliruan tentang rawatan yang diterima.

WAKTU SESUAI MENGGUNAKAN PENJAGAAN HOSPIS

- Secara umumnya, hospis memberi penjagaan bagi pesakit-pesakit kanser yang berada pada peringkat akhir hayat dengan tujuan untuk memberikan keselesaan kepada pesakit dan memberikan sokongan moral kepada keluarga dan penjaga sehingga pesakit meninggal dunia.
- Pesakit akan dirujuk kepada hospis oleh doktor untuk memberi rawatan di komuniti. Rujukan hospis bergantung pada lokasi rumah pesakit dan pesakit yang mempunyai penjaga sahaja boleh dirujuk.

7

Spiritual

Abdullah Yasin

NASIHAT UNTUK PENJAGA

1. Allah SWT sangat menggalakkan **manusia agar saling menolong dalam kebaikan** dan jangan memberi pertolongan dalam perkara dosa dan permusuhan. Anjuran ini tertera di dalam al-Quran, antaranya:

Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. Dan bertakwalah kamu kepada Allah, sesungguhnya Allah amat berat seksa-Nya.

(Al-Maidah/5 : 2)

2. **Allah SWT berjanji akan menolong manusia yang gemar menolong makhluk lain**, lebih-lebih lagi jika yang ditolong itu manusia yang sedang dalam kesusahan. Rasulullah SAW bersabda:

Spiritual

Allah pasti akan menolong hamba-Nya selama
hamba-Nya itu suka menolong orang lain.

(HR Muslim)

Malahan dalam riwayat yang sahih Rasulullah SAW mengisahkan fadhilat membantu anjing yang sedang kehausan.

Dari Abu Hurairah r.a yang mengatakan bahawa Rasulullah SAW pernah bercerita: Dahulu ada seorang yang tengah melakukan perjalanan, di tengah jalan dia berasa sangat haus sekali, kemudian dia menjumpai sumur, lalu cepat cepat dia turun lantas meminum airnya. Kemudian setelah dahaganya hilang, dia keluar. Ternyata dia mendapati ada seekor anjing yang sedang menjilat-jilat, memakan rumput di sekitar sumur kerana kehausan, orang itu pun berkata, “anjing ini telah kehausan sama seperti ketika tadi aku merasa dahaga sekali.”

Kemudian orang tersebut turun kembali ke sumur itu lagi, lalu mengambil air dengan sepatunya. Lantas keluar sambil menggigit sepatu tadi dengan mulutnya. Setelah keluar kemudian air itu diberi minum kepada anjing tadi. Maka Allah SWT berterima kasih kepadanya, dengan mengampuni dosa-dosanya.

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

Para sahabat bertanya, “Ya Rasulullah SAW, apakah dengan mengurus binatang kami bisa memperoleh ganjaran?”

Beliau menjawab, “Setiap bibir yang basah ada pahalanya.”

(Hadis Riwayat Bukhari dan Muslim)

3. Pertolongan tidak semestinya dalam bentuk harta. Tapi tolonglah sesuai dengan kemampuan. Kadangkala dalam bentuk nasihat, ilmu pengetahuan, meringankan bebanan pemikiran seseorang, termasuk pesakit. Malahan bantuan seperti ini lebih berharga daripada bantuan material. Allah SWT berfirman:

Dan belanjakanlah sebahagian daripada apa yang telah Kami berikan kepadamu sebelum datang kematian kepada salah seorang di antara kamu; lalu ia berkata: Wahai Tuhan-ku, mengapa Engkau tidak menangguhkan (kematian) ku sampai waktu yang dekat, yang menyebabkan Aku dapat bersedekah dan aku termasuk orang-orang yang soleh?

(Al-Munafiqun/63 : 10)

Spiritual

Rasulullah SAW bersabda: Siapa yang memiliki harta, hendaklah dia bersedekah dengan hartanya. Siapa yang memiliki ilmu, hendaklah dia bersedekah dengan ilmunya. Siapa yang memiliki tenaga, bersedekahlah dengan tenaganya. (Hadis daripada Abu Abdullah Al-Qattan)

4. Sungguh banyak fadhilat membantu sesiapa yang susah, lebih-lebih lagi terhadap mereka yang sakit. Allah bersama dengan orang yang sakit.

Dalam sebuah hadis dari Abu Hurairah bahawa Nabi bersabda: Sesungguhnya Allah SWT berkata pada hari kiamat, Wahai anak Adam, Aku sakit dan kalian tidak menjengukku. Anak Adam itu bertanya, Wahai Tuhan, bagaimana aku menjenguk-Mu, padahal Engkau adalah Tuhan Semesta Alam? Dia berkata, apakah kamu tidak tahu bahawa hamba-Ku si Fulan sakit dan kamu tidak menjenguknya? Tidakkah kamu tahu andaikan kamu menjenguknya nescaya kamu akan dapatkan Aku di sana? (HR Muslim)

5. **Layan pesakit dengan kasih sayang.** Sabar menghadapi kerenah mereka. Bantulah semampunya untuk meringankan bebanan mereka. Jangan mereka dimarahi.

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

Sabar sangat besar ganjaran pahalanya. Allah SWT berjanji akan bersama dan menolong orang-orang yang sabar. Allah SWT berfirman:

Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan solat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.

(Al-Baqarah/2 : 153)

Sesungguhnya hanya orang-orang yang bersabarlah yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas.

(Al-Zumar/39 : 10)

6. Nasihati pesakit agar **sentiasa berbaik sangka kepada Allah**, bukan sebaliknya berburuk sangka kepada Allah. Segala sesuatu sudah termaktub dalam takdir Allah sejak azali. Kita tidak mampu menentang ketetapan Allah. Hadapilah dengan redha dan tawakal.

Allah berfirman:

Aku akan memperlakukan hamba-Ku sesuai dengan sangkaannya kepada-Ku. Aku bersamanya jika dia ingat kepada-Ku.

(Hadis Qudsiy - Imam Bukhari)

- 7. Bantulah mereka agar mendapat husnul khatimah** (akhir dalam keadaan baik). Setiap mukmin mengharapkan agar mendapat husnul khatimah, iaitu berakhir hayatnya dalam keadaan baik, akhir dalam iman dan beramal soleh.

Rasulullah SAW bersabda:

Tuntunlah seseorang yang akan meninggal dunia untuk mengucapkan kalimat: Laa ilaaha illa Allah.

(HR Muslim)

Barangsiapa yang ucapan terakhirnya adalah “Laa ilaaha illa Allah” maka akan masuk syurga”

(HR Abu Daud - Sahih)

NASIHAT UNTUK PESAKIT

1. Kita beriman bahawa setelah mati, **kita akan dibangkitkan atau dihidupkan lagi setelah kiamat** untuk mempertanggungjawabkan segala kegiatan kita ketika di dunia.

Dalam pandangan Islam: Kematian bukanlah akhir segala-galanya, tetapi ia hanya perpindahan dari alam amal kepada alam pembalasan. Allah SWT menegur

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

sikap orang kafir yang tidak percaya akan adanya hari kebangkitan dalam firman-Nya :

Hai orang-orang kafir, janganlah kamu
mengemukakan uzur pada hari ini. Sesungguhnya
kamu hanya diberi balasan menurut apa yang kamu
kerjakan.

(Al-Tahrim/66 : 7)

Itu sebabnya mengapa kita ucapkan istirjaa' (Inna Lillaahi Wa Innaa Ilaihi Raji'uun) - jika ada kematian. Apakah maknanya: Kita semua milik Allah dan hanya kepada Allah kita semua akan kembali.

2. Orang yang bijak dan pintar mesti memiliki kedua-dua tanda, iaitu **banyak mengingat kematian dan sentiasa memperbanyak bekal** untuk hari akhirat.

Rasulullah SAW bertanya kepada para sahabat: Siapakah orang beriman yang paling bijak? Mereka adalah orang yang paling banyak ingat kepada kematian, dan orang yang paling baik membuat perbekalan untuk kehidupannya sesudah dia mati. Merekalah orang-orang yang bijaksana. (HR Ibnu Majah - Sahih menurut Syaikh Nasiruddin Al-Albaniy).

Spiritual

3. Orang beriman jika ditimpa musibah atau sakit, mereka tidak lekas panik dan juga tidak akan marah, tetapi **mengucapkan syukur alhamdulillah** sebanyak empat kali jika ditimpa musibah. Demikian amalan para Sahabat Nabi SAW. Mengapa demikian? Jawabannya:

- Kerana tanda Allah sayang kepadanya. Rasulullah SAW bersabda:

Sesungguhnya Allah, jika Dia menyayangi seseorang, maka Dia timpakan ujian kepadanya.

(HR Tarmidzi)

Dosa-dosa kecil akan diampuni Allah. Rasulullah SAW bersabda:

Tidak seorang pun yang ditimpa musibah kecuali Allah hapuskan dosa-dosanya walaupun musibah itu hanya sekadar tertusuk selumbar di kulit arinya.

(HR Muslim)

- Ia hanya musibah dunia, bukan musibah akhirat. Musibah terbahagi kepada dua jenis, iaitu musibah dunia seperti sakit, miskin, cacat anggota dan lain-lain, dan musibah agama

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

seperti mencuri, berzina, minum arak dan lain-lain. Semua musibah dunia tidak dikenakan dosa sedangkan musibah agama pula akan diberi dosa dan selanjutnya akan diseksa di akhirat nanti jika dia tidak bertaubat.

- Berpeluang untuk sabar. Sabar sangat besar pahalanya. Allah berfirman:

Sesungguhnya hanya orang-orang yang bersabarlah yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas.

(Al-Zumar/39 : 10)

- 4. Taubat sebelum ibadat.** Peranan taubat adalah membersihkan, sedangkan peranan ibadat pula menghias diri. Mengapa taubat mesti didahulukan? Jawabannya: Sebab ada beberapa jenis dosa yang dapat menghapuskan semua amal kebajikan, termasuk ibadat seseorang.

Itu sebabnya Allah SWT menyebut taubat dahulu daripada ibadat.

Spiritual

Mereka itu adalah orang-orang yang bertaubat, yang beribadat, yang memuji, yang melawat, yang ruku', yang sujud, yang menyuruh berbuat ma'ruf dan mencegah berbuat mungkar dan yang memelihara hukum-hukum Allah. Dan gembirakanlah orang-orang mukmin itu.

(Al-Taubah/9 : 112)

Jika kamu berbuat syirik (mempersekutukan Tuhan), nescaya akan hapuslah amalmu dan tentulah kamu termasuk orang-orang yang merugikan.

(Al-Zumar/39 : 65)

5. Nasib seseorang setelah dia mati sangat tergantung kepada **amalannya pada akhir hayatnya**, bukan amalannya yang serba kekurangan di masa mudanya.

Rasulullah SAW bersabda:

Sesungguhnya amalan yang paling menentukan (nasibmu setelah kamu mati) adalah amalan kamu yang terakhir.

(HR Bukhari)

Kaedah Ilmu Ushul:

(الْعِبْرَةُ بِكَمَالِ النَّهَائِيَّةِ ، لَا بِنَقْصِ الْبِدَائِيَّةِ)

(Al-'Ibrah Bi Kamaalin Nihayah, Laa Binaqshil Bidayah)

Maknanya: Yang menjadi ukuran di sisi Allah ialah kesempurnaan pada akhir hayatmu, bukan serba kekurangan pada zaman mudamu.

6. Dosa terbahagi dua: dosa besar dan dosa kecil. Dosa besar hanya akan terhapus jika diikuti dengan taubat nasuha. Syarat taubat nasuha ada tiga: **tinggalkan dosa, menyesal, dan berazam tidak akan mengulangnya lagi.** Sedangkan dosa kecil akan terhapus dengan banyak melakukan amal kebaikan, seperti semua jenis ibadat, seperti solat, puasa, zakat, sedekah, membaca Al-Quran, ihsan kepada ibu bapa dan lain-lain.

Spiritual

Rasulullah SAW bersabda:

Solat lima waktu, Jumaat ke Jumaat sesudahnya,
Ramadhan ke Ramadhan berikutnya adalah
penghapus dosa di antara keduanya, selagi itu
bukan dosa besar.

(HR Imam Muslim)

7. Di antara panduan dari Rasulullah SAW jika kita merasa sakit pada mana-mana bahagian badan ialah: Letakkan tanganmu pada tempat yang kamu rasakan sakit dari badanmu. Lalu, bacalah sebanyak tiga kali.

بِسْمِ اللَّهِ

(Bismillah)

Maknanya: Dengan nama Allah

Kemudian lanjutkan dengan doa ini sebanyak tujuh kali:

أَعُوذُ بِعِزَّةِ اللَّهِ وَ قُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَ
أَحَاطِرُ

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

(A'udzu bi-'izzatillahi wa qudratihi min syarri ma ajidu wa uhadziru)

Maknanya: Aku berlindung dengan keagungan dan kekuasaan Allah dari segala keburukan yang aku akan dapatkan dan aku takutkan. (HR Muslim).

Doa ini pernah diajarkan oleh Rasulullah SAW kepada sahabatnya Abu Abdillah Othman bin Ibnu Abi Al-'Ash.

8

Pengurusan Kewangan

Sukarelawan KanWork

PENGURUSAN KEWANGAN

- Apabila diberi ujian kesakitan, tentu sekali ia berkait rapat dengan kewangan. Kanser merupakan salah satu penyakit kronik yang bukan sahaja memerlukan tempoh rawatan yang panjang akan tetapi memerlukan kos yang tinggi untuk dirawat. Selain wang simpanan, kita mungkin berdepan dengan situasi kekurangan wang untuk menampung kos rawatan yang diperlukan.
- Bab ini membincangkan tentang keperluan, sumber dan pengurusan kewangan pesakit kanser yang boleh membantu pesakit meringankan beban kewangan yang dihadapi. Ada beberapa cara untuk memperoleh sumber kewangan bagi tujuan menampung kos rawatan kanser seperti berikut:

1. Perlindungan Insurans/Takaful Perubatan dan Kesihatan Swasta (Secara Individu atau Melalui Majikan)

- Terdapat sesetengah individu yang tidak ambil berat tentang keperluan perlindungan insurans/takaful ini. Walau apa pun alasan yang diberikan untuk mengelak daripada mengambil perlindungan insurans/takaful, ia sangat diperlukan sebagai persediaan untuk menghadapi situasi yang berisiko seperti kemalangan, kebakaran, kecurian dan dalam konteks ini adalah risiko kesihatan. Bak kata pepatah, malang tidak berbau. Oleh itu, kita perlu bersedia untuk menghadapi keadaan sukar tersebut dengan mengambil perlindungan insurans/takaful.
- Insurans/takaful perubatan menawarkan perlindungan untuk menanggung kos perubatan dan pembedahan. Jenis kecederaan, penyakit, dan rawatan yang diliputi oleh insurans/takaful perubatan adalah berbeza, bergantung pada jenis insuran/takaful perubatan yang diambil. Semakin luas perlindungan perubatan yang diberikan, semakin mahal jumlah premium untuk polisi insurans/takaful perubatan tersebut.

Pengurusan Kewangan

- Polisi ini melindungi perkara-perkara berikut:
 - a. Penginapan hospital & kos rawatan
 - b. Kos pembedahan (fi pakar bedah & kos yang berkaitan dengan pembedahan)
 - c. Kos doktor perubatan
 - d. Ujian untuk pesakit yang masuk wad

Perhatian: Kebanyakan insurans perubatan memiliki syarat pra-wujud. Dengan syarat ini, jika anda menghidap penyakit sebelum mengambil insurans (contohnya tekanan darah tinggi atau kanser), anda tidak layak untuk memohon perlindungan untuk membayar kos rawatan untuk penyakit sedia ada tersebut.

Pastikan anda mendapatkan maklumat yang sepenuhnya sama ada daripada agen atau syarikat insurans/takaful berkaitan sebelum menyertai mana-mana produk ini.

Tatacara Membuat Tuntutan Insurans/Takaful

- a. Notis secara bertulis atau lisan kepada syarikat insurans/takaful dalam jangka masa munasabah
- b. Bukti-bukti pemegang polisi telah dimasukkan ke hospital hendaklah diserahkan kepada syarikat insurans/takaful dalam tempoh 30 hari selepas dibenarkan keluar dari hospital

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

- c. Pemegang polisi hendaklah melengkapkan borang tuntutan
- d. Laporan hospital hendaklah diserahkan oleh doktor beserta kosnya
- e. Pemegang polisi hendaklah menyertakan resit and bil asal untuk menuntut bayaran balik.

Kad Perubatan

- Kad perubatan adalah kad yang dikeluarkan oleh syarikat insurans/takaful anda yang membolehkan anda mendapatkan perkhidmatan perubatan tertentu di hospital-hospital yang telah ditetapkan oleh pelan insurans/takaful anda.
- Jenis perkhidmatan perubatan yang diterima adalah tertakluk kepada jenis liputan perlindungan polisi dipilih. Perkhidmatan juga didapati tanpa perlu membuat bayaran tunai, selagi premium bagi pelan anda berterusan.

Untuk maklumat lanjut, sila layari www.insuranceinfo.com.my

2. Perlindungan Insurans Mysalam

- Ini adalah skim insurans kesihatan sosial yang disediakan oleh kerajaan Malaysia bagi kategori golongan isi rumah berpendapatan rendah (B40) ketika mereka menghadapi penyakit kritikal. Skim ini adalah satu perlindungan insurans dan takaful percuma meliputi kalangan yang umur mereka bermula 18 tahun hingga 55 tahun.
- Skim ini menyediakan perlindungan berikut:
 - a. Jika anda disahkan menghidapi salah satu daripada 36 penyakit kritikal yang tersenarai termasuk sakit kanser, anda terus akan menerima bayaran ‘dihadkan sekali sahaja’ sebanyak RM8,000.
 - b. Jika anda tinggal di wad hospital kerajaan, anda juga akan diberikan pembayaran RM50 sehari (maksimum tuntutan 14 hari setahun bersamaan dengan nilai RM700 setahun). Ia bagi meringankan beban kerana kehilangan pendapatan sepanjang menerima rawatan di wad hospital kerajaan Malaysia.

Untuk maklumat lanjut, sila layari www.mysalam.com.my atau hubungi 1 300 888 938.

3. Caruman Kumpulan Wang Simpanan Pekerja (KWSP) dan Pertubuhan Keselamatan Sosial (PERKESO)

Sekiranya anda atau pesakit bekerja, wang caruman daripada gaji dan majikan dapat membantu menampung kos rawatan pesakit. Biasanya pesakit atau penjaga lupa bahawa mereka mempunyai caruman yang telah dibuat pada setiap bulan. Di Malaysia, pekerja boleh merujuk kepada 2 institusi yang menjaga kebajikan sosial iaitu KWSP dan PERKESO.

Maklumat tuntutan:

- Untuk tuntutan rawatan perubatan, ahli dibenar mengeluarkan simpanan daripada akaun 2 untuk rawatan penyakit kritikal seperti kanser.
- Ahli juga boleh membuat pengeluaran bagi merawat ahli keluarga yang kritikal berdasarkan terma dan syarat yang telah ditetapkan.
- Ahli boleh membuat pengeluaran bersama ahli keluarga yang lain untuk membiayai kos rawatan selagi masih mempunyai baki dalam Akaun 2 dan tidak melebihi jumlah keseluruhan kos rawatan tersebut.

Pengurusan Kewangan

- Semua pengeluaran adalah tertakluk kepada kesahihan laporan kesihatan, bil dan resit yang tidak melebihi tempoh satu tahun dari tarikh permohonan pengeluaran dibuat.
- Semua bil atau resit mestilah atas nama pesakit atau pemohon.
- Sama seperti KWSP, majikan juga wajib menguruskan caruman kepada PERKESO.
- Melalui akta dan peraturan, PERKESO memberi jaminan rawatan perubatan percuma, kemudahan pemulihan jasmani atau vokasional serta faedah kewangan kepada pekerja sekiranya mengalami hilang upaya akibat kemalangan ataupun menghidap penyakit yang menyebabkan mereka kekurangan upaya untuk bekerja ataupun tidak berupaya langsung untuk bekerja lagi.
- Sekiranya pekerja meninggal dunia, orang tanggungan mereka diberi jaminan kewangan dengan menerima pencen bulanan bagi meneruskan kehidupan.
- Jika gaji anda dicarum di KWSP atau PERKESO, jumlah potongan tersebut akan tertera di slip gaji. Sekiranya tidak pasti sama ada gaji anda dicarum atau tidak, tindakan dan semakan boleh dilakukan

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

di pejabat KWSP atau PERKESO yang berhampiran dengan tempat tinggal anda. Maklumat umum tentang kedua-dua institusi tersebut adalah seperti berikut:

1. Kumpulan Wang Simpanan Pekerja (KWSP)
No. telefon: 03-8922 6000
Laman web: www.kwsp.gov.my
2. Pertubuhan Keselamatan Sosial (PERKESO)
Talian khidmat pelanggan: 1-300-22-8000
Emel: perkeso@perkeso.gov.my
Laman web : www.perkeso.gov.my

4. Lembaga Zakat

Lembaga Zakat di setiap negeri mempunyai peruntukan bantuan perubatan kepada golongan asnaf, fakir dan miskin. Pihak yang memerlukan bantuan perubatan, termasuk kos rawatan kanser dinasihatkan agar menghubungi Lembaga Zakat negeri masing-masing untuk maklumat lanjut.

WASIAT DAN HIBAH

- Hibah dan wasiat merupakan dua perkara penting dalam pengurusan kewangan dan harta lain menurut undang-undang Islam.

Pengurusan Kewangan

- Pengurusan kewangan yang betul boleh mengelakkan berlakunya perebutan harta.
- Untuk membuat sebarang penulisan wasiat dan hibah, anda boleh merujuk kepada syarikat pemegang amanah yang anda pilih. Syarikat ini akan bertanggungjawab untuk mengurus harta tersebut kepada penerima waris.
- Perbezaan antara wasiat dan hibah adalah seperti berikut:

Wasiat

- Merupakan pemberian pemilikan harta alih atau tidak alih kepada orang lain secara sukarela selepas kematian pewasiat.
- Terdapat syarat-syarat tertentu yang perlu dipatuhi oleh pewasiat dan penerima wasiat.
- Wasiat ini boleh ditarik balik selagi pewasiat masih hidup.

Hibah

- Merupakan pemberian harta yang berlaku semasa hidup pemberi hibah kepada orang lain secara sukarela tanpa balasan dengan ijab dan kabul atau seumpamanya.

Untuk makluman lanjut, sila layari http://e-muamalat.islam.gov.my/images/pdf-bahan-ilmiah/instrumen_hibah_wasiat.pdf

Sumber

DIREKTORI ORGANISASI

1. Pusat Sumber dan Pendidikan Kanser (CaRE)
Tingkat 7, Blok Makmal A
Fakulti Perubatan dan Sains Kesihatan
Universiti Putra Malaysia
43400 UPM Serdang, Selangor
Tel: 03-9769 1011 Faks: 03-9769 2706
Emel: care.upm.edu@gmail.com
2. Pusat Sumber Kanser Hospital Putrajaya
Jalan P9, Presint 7, 62250 Putrajaya
Wilayah Persekutuan Putrajaya
Tel : 03-8312 4200
3. Pusat Sumber Kanser Payudara Pusat Perubatan
Universiti Malaya
Jalan Universiti
Lembah Pantai
50603 Kuala Lumpur
Tel: 03- 7949 3642 Emel: bccrad@gmail.com
4. Kuantan IIUM Breast Centre
Universiti Islam Antarabangsa
Jalan Hospital
25150 Kuantan, Pahang
Tel: 09-5163 799 / 09-513 2797 Faks: 09-517 8548

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

5. Unit Kesedaran & Penyelidikan Barah Payudara (BestARi)
Hospital Universiti Sains Malaysia
Jalan Raja Perempuan Zainab II
16150 Kubang Kerian, Kelantan
Tel: 09-7674056/4057
Faks: 09-7673020
Emel: breastcenter@usm.my
Laman Web: <http://hospital.usm.my/v4>
6. Persatuan Kebajikan Kanser Payudara (BCWA)
5th Floor Bangunan Sultan Salahuddin
Abdul Aziz Shah, 16 Jalan Utara
46200 Petaling Jaya, Selangor
Tel : 03-7954 0133 Faks : 03-7954 0122
Emel: info@breastcancer.org.my
7. Befrienders KL
95 Jalan Templer
46000 Petaling Jaya, Selangor
Tel: 603-79571306 Emel: admin@befrienders.org.my
8. Hospis Malaysia
No. 2 Jalan 4/96
Off Jalan Sekuci
Taman Sri Bahtera
56100 Kuala Lumpur
Tel: 03-9133 3936 Emel: info@hospismalaysia.org

Sumber

-
9. Persatuan Sokongan Kanser Payudara Negeri Sembilan
Lot 1410/18, 3 1/2 Mile,
Jalan Pantai
71050 Port Dickson, Negeri Sembilan
Tel: 06-647 1109 Emel: bcssns@yahoo.com
-
10. Majlis Kanser Nasional (MAKNA)
No. 26-3, Jalan 10/55A
Taman Setiawangsa
54200 Kuala Lumpur
Tel: 03 4256 9178 / 79 Faks: 03 4256 9203
Emel: makna@makna.org.my
-
11. Persatuan Kanser Kebangsaan Malaysia (NCSM)
66, Jalan Raja Muda Abdul Aziz
50300 Kuala Lumpur
Tel: 03-2698 7300 Faks: 03-2698 4300
Emel: contact@cancer.org.my
-
12. Persatuan Kumpulan Sokongan Kanser Hoshas
Temerloh Pahang
Hospital Sultan Haji Ahmad Shah
Jalan Maran
28000 Temerloh, Pahang
Tel: 09-2955333 Emel: hoshas@moh.gov.my
-
13. Breast Cancer Foundation
23 Lorong Tanjung 5/4D
46000 Petaling Jaya, Selangor
Tel: 03-7960 0366
-

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

14. Sarawak Breast Cancer Support Group
Lorong 2 Maxwell, 93400 Kuching, Sarawak
Tel: 082-411 137 Faks: 082-250 910
Emel: swakbreastca@gmail.com
Facebook: www.facebook.com/SarawakBreastCancerSupportGroup/
15. Sabah Family Planning Association
Breast Cancer Support Group
No. 613, Jalan Budaya off Jalan Kebajikan
88000 Kota Kinabalu, Sabah
Tel 088-245 209 / 088-222 703 Faks: 088-210813
Emel: sfpa@sabah.org.my
16. Segamat Breast Cancer Support Society
438A-438B, Jalan Chelliah
Segamat, Johor
Tel 07-932 5228 Emel: bcss_sgt@yahoo.com
17. Terengganu Rakan Cakna
Persatuan Perancangan Keluarga Terengganu
12-G, Jalan Engku Sar
20300 Kuala Terengganu, Terengganu
Tel: 09-622 1763
18. Max Family Society Malaysia
(kumpulan sokongan kanser darah)
Tel: 03-7726 9903 Emel: mymaxfamily@gmail.com
Facebook: www.facebook.com/maxfamilymalaysia
19. Prostate Cancer Society Malaysia (PCSM)
Emel: pccsm.secretariat88@gmail.com
Facebook: www.facebook.com/NPCSG

Sumber

20. Kumpulan Sokongan Kanser Wanita (Kawan)
Persatuan Kesihatan Reproduksi Kelantan (ReHAK)
4261-F, Jalan Kebun Sultan
15350 Kota Bharu, Kelantan
Tel/Faks: 09-748 3323 Emel: rehakelantan@gmail.com
 21. Kumpulan Ibu Bapa & Sokongan Anak-Anak Kanser (KIDS) , Hospital Kuala Lumpur
Tel: 019-324 2486
Facebook: www.facebook.com/KK3parentssupportgroup
 22. Persatuan Sokongan Kanser Kanak-Kanak PPUKM (CAKNE)
12, Jalan RK 4/6, Rasah Kemayan
70300 Seremban, Negeri Sembilan
Tel/Faks: 06-6012203 Emel: cakneppukm@gmail.com
www.cakne.org.my
 23. Society for Advocacy and Awareness Kuching (SCAN)
B228, 1st Floor, Block B, ICOM Square
Jalan Pending
93450 Kuching, Sarawak
Email : general@scan.org.my
www.scan.org.my
-

Panduan untuk Penjaga Pesakit Kanser

24. TEMAN
(Team Effort in Maintaining Awareness & Nurturing Breast Cancer Patients)
Hospital Canselor Tuanku Muhriz UKM
Jalan Yaacob Latif, Bandar Tun Razak,
56000 Cheras, Wilayah Persekutuan
Tel: 03-9145 7279
25. Cancerfly
<https://cancerfly.com/>
26. Pink Ribbon Wellness (L) Foundation
3-1, 3rd Floor, Wisma Life Care
No.5 Jalan Kerinchi, Bangsar South
59200 Kuala Lumpur
Tel: 03- 2242 3121 Faks: 03- 2242 3122
Emel: secretariat@pinkribbonwellnessfoundation.org.my
27. Oral Cancer Research & Coordinating Center
Tingkat 7, Dental Specialist & Research Building
Fakulti Pergigian
Universiti Malaya
50603 Kuala Lumpur
Tel: 03-7967 4896
Faks: 03-7954 7301
Emel: oralcancer2003@um.edu.my
28. Cancerlink Foundation
13, Jalan Utara, PJS 11
46200 Petaling Jaya, Selangor
Tel: 03-7957 9310
Emel: cancerlcf@gmail.com

Senarai Penulis

1. **Penjaga Pesakit Kanser**
Sukarelawan KanWork
2. **Maklumat Asas Kanser**
Prof. Dr. Nur Aishah Mohd Taib
Pusat Perubatan Universiti Malaya (PPUM)
3. **Rawatan Kanser**
Dr. Mastura Md Yusof
Hospital Pantai Kuala Lumpur
4. **Panduan Pemakanan Pesakit Kanser**
Dr. Zalina Abu Zaid
Universiti Putra Malaysia (UPM)
5. **Mengurus Emosi Penjaga dan Pesakit Kanser**
Dr. Asmah Ismail
Universiti Putra Malaysia (UPM)
6. **Penjagaan Paliatif**
Dr. Sheriza Izwa Zainuddin
Pusat Perubatan Universiti Malaya (PPUM)
7. **Spiritual**
Dr. Abdullah Yasin
8. **Pengurusan Kewangan**
Sukarelawan KanWork