

了解赋能护理的关键术语

- 健康素养：了解疾病和治疗方案有助于你做出明智的决定。
- 共同决策：你与医疗团队基于你的目标和价值观共同做出治疗决定的过程。
- 患者赋能：这不是一次性事件，而是一个持续学习、提问和参与护理的过程。

了解风险以赋能家庭与社区

- 幽门螺杆菌感染是胃癌的重要危险因素，并且是可治疗的。若家族中有幽门螺杆菌感染或胃癌病史，应鼓励家人接受检测。
- 高危人群包括亚裔美国人、西裔/拉丁裔、非裔美国人、来自东亚、拉丁美洲、东欧及原住民群体的移民。在社区中分享相关信息，以提高意识并减少污名。
- 家族史与出生地是应告知医生的重要信息。请医疗团队说明家人如何在尊重文化价值的前提下支持治疗。

接受检测与治疗

- 持续症状（如食欲不振、不明原因体重下降、腹痛）不应被忽视——早期检测可改善治疗效果。
- 检测方式包括呼气试验、粪便检测或内镜活检。
- 治疗通常需要1-2周的多种抗生素联合疗法，之后应复查以确认细菌是否根除。

“如果你的家人中有人患有胃癌或幽门螺杆菌感染，请告诉你的医生。你可以接受检测、接受治疗，从而降低自己发生胃肠道症状甚至胃癌的风险”- **Dr. Shria Kumar**

来源(Source)

了解精准医学与临床试验

- 向你的肿瘤科医生咨询，是否已对肿瘤进行生物标志物或基因组学检测。
- 询问是否有基于肿瘤基因特征的临床试验。试验是获得前沿治疗的关键途径。
- 生物标志物检测可指导个性化治疗并帮助确定临床试验资格。
- 美国国家癌症研究所（NCI）指定的癌症中心提供第二诊疗意见与远程会诊服务，帮助缩小治疗决策范围，包括靶向治疗、免疫治疗与临床试验等。

寻求支持与资源

- 联邦认证的健康中心与免费诊所提供低价或免费的护理与导航支持。
- 向医院咨询患者导航员、经济援助、交通及语言服务。
- 患者倡导组织（如Debbie's Dream、Hope for Stomach Cancer、Gastric Cancer Foundation、No Stomach for Cancer）可提供帮助。
- 探索看护与社区支持资源。

来源(Source)