ברוסט קענסער
און די היימישע
ארטאדאקסישע פרוי

שרשרת
די ארגאניזאציע וואס ברענגט צוזאם יונגע
פרויען אין זייער קאמף קעגן ברוסט קענסער

שרשרת
די ארגאניזאציע וואס ברענגט צוזאם יונגע
פרויען אין זייער קאמף קעגן ברוסט קענסער

PO Box 3245
Teaneck, NJ 07666
www.sharsheret.org
פאר אינפארמאציע וועגן דעם ביכל און אנדערע שרשרת אויסגאבעס,
אי-מעיל: info@sharsheret.org
רופט אומזיסט: (866) 474-2774

דאס דריקן פונעם ביכל איז ערמעגליכט געווארן דורך א ברייטהארציגע באשענקונג פון

The Greater New York City Affiliate of the Susan G. Komen Breast Cancer Foundation

דאס פארשפרייטונג פונעם ביכל איז ערמעגליכט געווארן דורך:

רופא חולים קענסער סאסייעטי (RCCS – Rofeh Cholim Cancer Society)

ביקור חולים ד'בארא פארק – Guardians of the Sick

© דרוקרעכט: שרשרת אינק. 2005. אלע רעכטן רעזערווירט.
1/05 1000

אנערקענונגען

שרשרת איז דאנקבאר פאר די הילף פון אלע פרויען וועלכע האבן בייגעשטייערט זייערע געדאנקען און ערפארונגען און פאר די אנווייזונג פון די פאלגענדע פערזאנען, ארגאניזאציעס און געזונטהייט פראפעסיאנאלן ביים צוגרייטן דאס ביכל.

טאוני קאבאט, DSW
ביקור חולים און בארא פארק
מרת דבורה פראממער
מרת אסתר העני יארעסלאוויטש
ריווי כ"ץ, LSW
דר. ראבערט קלינגער
מרת רונית לייבאוויטש
מרת שרה פרייז
ראקלענד קאונטי ביקור חולים
רופא חולים קענסער סאסייעטי
סאטמאר ביקור חולים
דר. פרעיא שנעבל
הרב שמואל שטיינהארטער
באסי טאובעס, RN
רביצין טאשע טייטלבוים

וועגן שרשרת

פרויען וואס זענען געטראפן געווארן פון ברוסט קענסער קענען נוצן אסאך חיזוק און שטיצע. מ׳קען באקומען שטיצע פון משפחה מיטגלידער און גוטע פריינט, רבנים, רביים וכדו׳, און מיטגלידער פון קהלה אדער קרייז. פאר אידישע פרויען וועלכע זענען באזארגט וועגן פריוואטקייט קען די שטיצע אויך קומען פון ברוסט קענסער ארגאניזאציעס און אידישע ארגאניזאציעס וועלכע שטעלן צו קאנפידענשל קאונסלינג און סערוויסעס.

שרשרת איז א נאציאנעלע ארגאניזאציע פאר אידישע איבערלעבער פון ברוסט קענסער. דאסווארט שרשרת מיינט א קייט, און שרשרת פ ארט צוזאם פרויען וואס האבן ברוסט קענסער מיט וואלונטירן וואס קענען מיטטיילן זייערע איבערלעבענישן און ערפארונג. זינט די ארגאניזאציע האט זיך געגרינדעט אין תשס״א, האט שרשרת שוין ערהאלטן טויזנטער טעלעפאן קאלס פון פרויען מיט ברוסט קענסער, געזונטהייט פראפעסיאנאלן, פרויען ארגאניזאציעס, אידישע ארגאניזאציעס און אנדערע וואס זענען אינטערעסירט זיך צו לערנען מער וועגן די וויכטיגע סערוויסעס וועלכע מיר שטעלן צו איבער׳ן לאנד.

די פראגראמען פון שרשרת ענטפערן די געברויכן פון די פרויען וועמען מיר באדינען און ענטהאלטן:

דער לינק פראגראם, א שטיצע נעטווארק וואס פארבינדט יונגע פרויען וואס זענען נארוואס דיאגנאזירט געווארן מיט ברוסט קענסער אדער וואס האבן א הויכע ריזיקע פון אנטוויקלען ברוסט קענסער מיט אנדערע וואס טיילן ענליכע דיאגנאזן און איבערלעבענישן.

עדיוקעישן און אוטריטש פראגראם, דערין איז אויך אריינגערעכנט געזונטהייט קאנפערענצן וועלכע אדרעסירן די זארגן פון יונגע פרויען מיט ברוסט קענסער. די טעמעס וועלכע זענען לעצטנס אדרעסירט געווארן ביי די צוזאמענקונפטן זענען געווען ברוסט קענסער ש קינדער האבן און ערציען קינדער בשעת קענסער באהאנדלונג. טראנסקריפטן פון אלע קאנפערענצן זענען דא צו באקומען אויפ׳ן וועבסייט פון שרשרת ביי www.sharsheret.org.

קוואלישי און לייף פראגראמען, דארונטער אויך די ״ביזי באקס״ פאר יונגע עלטערן וועלכע ספראווען זיך מיט ברוסט קענסער און ״בעסט פעיס פארווערד״ צו אדרעסירן די קאסמעטישע זייטן ווירקונגען פון באהאנדלונגען.

אסאך פרויען באקומען ווערטפולע חיזוק און שטיצע ווען זיי רעדן צו אנדערע היימישע אידישע פרויען ווי זיי וועלכע האבן אויך מיטגעמאכט ברוסט קענסער. פרויען וועלכע נעמען אנטייל אין שרשרת׳ס לינק פראגראם קענען דורכשמועסן אסאך געפילן און זארגן וואס זיי וואלטן געווען אומבאקוועם דורכצושמועסן מיט משפחה אדער פריינט.

אויב איר ווילט מער אינפארמאציע וועגן אנטייל נעמען אין שרשרת׳ס לינק פראגראם ביטע רופט אומזיסט 474-2774 (866).

הקדמה

א דיאגנאז פון ברוסט קענסער קען זיין שאקירענד פאר סיי וועלכע פרוי. פאר אידישע פרויען קען עס אויך ווירקן פיל ווייטער אויף משפחה, קהלה, שידוכים, קינדער האבן, חתונה האבן, חינוך און רעליגיעזער לעבן. כאטש איר ספראוועט זיך מעגליך מיט די זעלבע שוועריגקייטן ווי אנדערע אידישע פרויען וועלכע האבן ברוסט קענסער, קען די זארג פאר פריוואטקייט און געהיימניס אין ארטאדאקסישע קרייזן – איבערהויפט ווען עס האנדעלט זיך וועגן קראנקהייטן – אייך מאכן שפירן איינזאם אין אייער וועג.

איר זענט נישט אליין. טויזענטער אידישע פרויען לעבן היינט מיט ברוסט קענסער. זיי שטופן אריין מעדיצינישע אפוינטמענטס צווישן אנגרייטן לכבוד שבת אדער העלפן זייערע קינדער מיט זייער היימארבעט. זייערע איבערלעבענישן שפיגלען זיך אפ אין די פאלגענדע בלעטער.

דאס ביכל איז געמאכט געווארן צו העלפן מענטשן ווערן אויפמערקזאם וועגן די פראבלעמען וואס שטייען פאר פיל אידישע פרויען אין זייער קאמף קעגן ברוסט קענסער און די מיטלען (ריסאורסעס) וואס זענען פארהאן צו אדרעסירן די פראבלעמען. דאס ביכל ברענגט ארויס עטליכע פון די גאנגבארע זארגן פון פרויען וועלכע האבן גערופן צו שרשרת פאר אינפארמאציע און חיזוק. איר וועט מעגליך אידענטיפיצירן מיט טייל פון די פראבלעמען וועלכע ווערן אדרעסירט אינעם ביכל און טייל וועלן נישט זיין שייך פאר אייך.

אפגעזען פון וואס אייערע זארגן זענען, וועט די דירעקטארי ביים סוף פונעם ביכל אייך העלפן געפינען פיל אידישע ארגאניזאציעס און קענסער ארגאניזאציעס וועלכע זענען דא פאר אייך, ווי אויך פאר אייערע פאמיליע און פריינט. די כוונה פונעם ביכל איז נישט צוצושטעלן גרינטליכע מעדיצינישע אינפארמאציע. פילע פון די ברוסט קענסער ארגאניזאציעס אין דירעקטארי קענען אייך העלפן געפינען די אינפארמאציע וואס איר וועט מעגליך דארפן מיט די צייט. די דירעקטארי איז איינגעטיילט לויט טעמעס אז איר זאלט קענען גרינג טרעפן די ארגאניזאציעס וועלכע וועלן זיין די מערסטע נוצליך צו אדרעסירן אייערע באזונדערע געברויכן.

לאקאלע ברוסט קענסער ארגאניזאציעס

(פאר א פולקאמע נאציאנעלע ליסטע ביטע זעט זייטן 12–13 פון די רעסאורס דירעקטארי.)

Adelphi NY Statewide Breast Cancer Hotline and Support Program
(800) 877-8077
www.adelphi.edu/nysbreastcancer

The Greater NYC Affiliate of the Susan G. Komen Breast Cancer Foundation
(212) 560-9590
www.komennyc.org

SHARE (Self-Help for Women with Breast or Ovarian Cancer)
(866) 891-2392
www.sharecancersupport.org

סקרינינג און מעמאגרעפי

American Cancer Society
Breast Health Partnership
(718) 237-7851
Women's Health Partnership
(845) 368-1252

Nachas Healthnet
(718) 436-7373

Partners In Health/Bikur Cholim
(845) 425-7877
www.bikurcholim.org

די כוונה פון די אינפארמאציע וואס געפינט זיך אין דעם דירעקטארי איז צוצושטעלן א ברייטע וויסנשאפט פון ברוסט קענסער ריסאורסעס און זאל נישט אנגענומען ווערן אלס שטיצע פון סיי וועלכע מעדעצינישע פראפעסיאנאל, ארגאניזאציע אדער פראגראם וואס ווערט דערמאנט אין דירעקטארי. אלע מעדיצינישע אינפארמאציע דארף ווערן איבערגעשמועסט מיט א געזונטהייט באהאנדלונג פראפעסיאנאל.

ניו יארק ריסאורסעס

ביקור חולים ארגאניזאציעס

Bobov Pesha Elias Bikur Cholim
(718) 871-8606

Bikur Choilim of Boro Park
(718) 438-2020

Chesed of New Square and Greater Rockland
(845) 354-2627

Crown Heights – Rebbetzin Chaya Mushka Bikur Cholim
(718) 756-0451

Flatbush Bikur Cholim
(718) 252-4868

Pupa Bikur Cholim
(718) 387-1916

Rivka Laufer Bikur Cholim
(718) 851-6920

Sephardic Bikur Cholim
(718) 787-1100

Satmar Bikur Cholim
(718) 851-9329 – Boro Park
(845) 783-8469 – Monroe
(718) 387-7749 – Williamsburg
(718) 387-0546 – Willamsburg (Bus to NYC hospitals)
(718) 252-4878 – Flatbush
(718) 253-3119 – Flatbush (Bus to NYC hospitals)

Viener Bikur Cholim
(718) 387-8729

Rockland County Bikur Cholim
(845) 425-7877

Washington Heights Bikur Cholim
(212) 927-0110

אינהאלט

וועגן שרשרת i
הקדמה ii
פריוואטקייט און געהיימניס 2
קאמיונישי שטיצע 3
איינצלנע אידישע פרויען 4
שלום בית 5
מקוה 6
קינדער האבן 7
קינדער ערציאונג 8
פאמיליע היסטאריע 9
הלכה 10
רעסאורס דירעקטארי 12
ניו יארק רעסאורסעס 17

פינאנציעלע הילף

CancerCare
(800) 813-HOPE
www.cancercare.org

Corporate Angel Network (travel)
(866) 328-1313
www.corpangelnetwork.org

Zichron Shlome Refuah Fund
(718) 438-9355
www.zsrf.org

אינשורענס הילף

Patient Advocate Foundation
(800) 532-5274
www.patientadvocate.org

Rofeh Cholim Cancer Society
(718) 722-2002
www.rccscancersociety.org

פריוואטקייט און געהיימניס

"מיינע אינסטינקטן האבן מיר געזאגט אז איך זאל עס האלטן פריוואט. קענסער קען זיין שרעקעדיג, און איך בין געווען באזארגט אז מ'וועט מיר אנקוקן ווי א מצורע. איך פלעג אריינקוקן אין פענסטער פון דאקטאר'ס אפיס אײדער איך בין אריינגעגאנגען, צו זען אויב איך קען איימיצן אינעווייניג. איך האב נישט געוואלט מ'זאל רחמנות האבן אויף מיר און איך האב נישט געוואלט מ'זאל רעדן וועגן מיר. דער דרוק פון אנהאלטן די געהיימניס איז במעט געווען ערגער ווי די קראנקהייט. איך האב זיך אזוי שטארק קאנצענטרירט אויף די שרעק אז מ'וועט געוואויר ווערן, אז איך גלייב אז ס'האט מיך געשטערט פון פונקציאנירן. איך האב קיינמאל נישט ריכטיג אפגעשאצט מענטשן און דעם כח פון זיך פארבינדן מיט אנדערע. בלויז צו האבן מענטשן ארום זיך, איז שוין א געוואלדיגע רפואה."

צו לעבן אין א נאנטע היימישע ארטאדאקסישע קאמיוניטי קען זיין א וואונדערבארער מקור פון חיזוק פאר מענטשן וואס זענען נישט געזונט. אבער פאר טייל פרויען, איז ברוסט קענסער אן איבערלעבעניש וואס זיי ווילן פריוואט מיטמאכן און האלטן אין געהיים. אנדערע זענען באזארגט וועגן די ווירקונג פון א קענסער דיאגנאז אויף זייער שטאנד אין די קאמיוניטי – זייערע אייגענע אויסזיכטן פאר א שידוך אדער שידוכים פאר זייערע קינדער. פאר אייך קען פריוואטקייט און געהיימניס זיין א קריטישע טייל פון חיזוק. גלייכצייטיג קענט איר אנערקענען די בענעפיטן פון זיך פארבינדן מיט משפחה מיטגלידער, פריינט און אנדערע וואס האבן מיטגעמאכט אן ענליכע איבערלעבעניש.

ס'זענען דא ברוסט קענסער ארגאניזאציעס און אידישע ארגאניזאציעס וועלכע קענען צושטעלן ריסאורסעס און שטיצע מיט די מאס פריוואטקייט וואס איר דארפט. אויב איר זענט באזארגט וועגן געהיימניס פרובירט צו בעטן די ארגאניזאציעס מיט וועלכע איר פארבינדט זיך צו ערקלערן אויף וועלכע אופנים זיי קענען זיך צושטעלן צו אייערע פריוואטקייט געברויכן. טייל ארגאניזאציעס וועלן זיך אנטראגן צו שיקן אייערע מאטריאלן אויף די פאסט אין איינפאכע ווייסע קאנווערטן. אנדערע וועלן אייך ערלויבן צו נוצן אייער ערשטער נאמען אדער א נאמען וואס איר וועלט זיך אויס און וועלן נישט אידענטיפיצירן אייער נאמען מיט "קאלער איי. די.". א ליסטע פון שטיצע ארגאניזאציעס געפינט זיך אויף זייט 12–13 פון די דירעקטארי ביים סוף פון דעם ביכל.

שרשרת איז עמפינדליך צו די זארגן פון די וואס רופן אריין פאר שטיצע אדער פארצושלאגן זייער שטיצע און מיר שטעלן זיך זייער שטארק צו פאר פריוואטקייט פארלאנגען. פאר די וואס ווילן נישט ערהאלטן שרשרת קאנווערטן אויף די פאסט, ערלעדיגן מיר צו שיקן מאטריאלן אין איינפאכע ווייסע קאנווערטן. מיר וועלן זיך אויך צושטעלן צו די פארלאנגען פון אזעלכע וואס ווילן נישט מיטטיילן זייערע נעמען אדער רעדן מיט אנדערע אין זייער אייגענע קאמיוניטי.

קאמיוניטי שטיצע

„ס'איז געווען זייער שווער אנצונעמען הילף פון פריינט און משפחה. ס'איז געווען זייער אומבאקוועם אבער דאך זייער וויכטיג. איך האב געהאט די געלעגנהייט צו שפירן די ליבשאפט און שטיצע וואס קומט פון די קאמיוניטי. און איך האב געוואוסט אז אפגעזען פון וויאזוי איך שפיר זיך, וועט אייביג זיין עמיצער וואס וועט זיך אפגעבן מיט מיר און מיין משפחה. איך בין נישט געווען אליין, און די ידיעה האט מיר געגעבן א מאכטפולע געפיל."

אלס א טייל פון א קאמיוניטי וואס שעצט חסד און ארויסהעלפן יעגעם קען אמאל זיין שווער פאר א אידישע פרוי וואס ליידט פון ברוסט קענסער, צו בעטן הילף אדער אננעמען חסד פון אנדערע. טייל פרויען וואס רופן צו שרשרת שילדערן ווי אומבאקוועם זיי זענען, צו דארפן זיין די נעמערס פון אנדערע מענטשנ'ס גוטע מעשים און טובות. אנדערע אידישע פרויען זענען באקוועם צו זיין א חלק פון א נאנטע קאמיוניטי וואס טראגט אן צוצוגרייטן מאלצייטן, אפגעבן מיט די קינדער און העלפן מיט די שטוב ווירטשאפט און איינקויפן. ווען מ'פארשטייט אז גוטע פריינד און משפחה פילן ווי זיי קענען עפעס אויפטון ווען זיי העלפן ארויס און קומען צונוץ פאר'ן פאציענט קען עס אפטמאל פארגרינגערן אנצונעמען הילף פארשלאגן.

אויב איר דארפט קאמיוניטי הילף ווען איר גייט דורך ברוסט קענסער באהאנדלונגען קענט איר זיך פארבינדן מיט די ביקור חולים און אנדערע ארגאניזאציעס אין אייער געגנט. אסאך פון די ארגאניזאציעס קענען העלפן מיט מאלצייטן, טראנספארטאציע, שפיטאל באזוכן, אכטונג געבן אויף די קינדער, קאונסלינג און היים באהאנדלונג. א ליסטע פון ביקור חולים ארגאניזאציעס געפינט זיך אין דירעקטארי אויף זייט 17 פון דעם ביכל.

פאר פאמיליע און פריינט

Association of Jewish Family & Children's Agencies
(800) 634-7346
www.ajfca.org

Busy Box (A Sharsheret Program)
(866) 474-2774
www.sharsheret.org

Gilda's Club
1-888-GILDA-4-U
www.gildasclub.org

Kids Konnected
(800) 899-2866
www.kidskonnected.org

Men Against Breast Cancer
(866) 547-6222
www.menagainstbreastcancer.org

Mothers Supporting Daughters with Breast Cancer
(410) 778-1982
www.mothersdaughters.org

ארגאניזאציעס וועלכע אדרעסירן משפחה היסטאריעס

Chicago Center for Jewish Genetic Disorders
(312) 357-4718
www.jewishgeneticscenter.org

FORCE: Facing Our Risk of Cancer Empowered
(866) 824-7475
www.facingourrisk.org

National Society of Genetic Couselors
(610) 872-7608
www.nsgc.org

אידישע מיידלעך אדער איינצלנע פרויען

"ווען מ'האט מיך דיאגנאזירט בין איך אריין אין א פאניק: ווער וועט חתונה האבן מיט מיר? ווער וועל איך אמאל קענען האבן קינדער? איך האב זיך געשפירט איבערגעוועלטיגט פון דארפן מיטמאכן די ברוסט קענסער איבערלעבעניש אן קיין שותף. ווען מ'האט א מאן האט מען א שותף: עמיצן מיט וועם איבערצושמועסן באהאנדלונג, באשלוסן און אפעראציע אויסוואלן, עמיצער וואס זאל זיך אפגעבן ווען מ'קען זיך נישט אליין אפגעבן מיט זיך. דער דיאגנאז איז געווען זייער שווער אויך פאר מיינע עלטערן און מיין משפחה און איך האב געפילט אז איך מוז זיי אויך באשיצן. ס'האט מיר אזוי ארויסגעהאלפן צו וויסן אז ס'זענען דא נאך יונגע פרויען וואס לעבן מיט ברוסט קענסער, מענטשן מיט וועם איך קען רעדן אויפ'ן טעלעפאן, וועלכע האבן מיר געקענט העלפן פארשטיין וואס צו ערווארטן."

ברוסט קענסער קען זיין שאקירענד פאר יעדע פרוי אין יעדע תקופה פון איר לעבן. זיך ספראווען מיט קענסער אלס אידישע מיידל אדער איינצלנע פרוי קען אויפברענגען א רייע איינגארטיגע פראבלעמען. טייל פון די מיידלעך\איינצלנע פרויען וועלכע האבן גערופן שרשרת האבן געוואלט דורכשמועסן:

- גריינדן א שטאנדהאפטיגע חיזוק סיסטעם פון פריינד און משפחה מיטגלידער.
- די שוועריגקייט פון די מעגליכקייט פון דארפן צוריק גיין וואוינען אינדערהיים צו באקומען די באהאנדלונג פון געליבטע משפחה.
- ווען און וויאזוי צו דערציילן פאר א שדכן אדער פארגעשלאגענעם שידוך אז מ'האט אדער מ'האט געהאט קענסער.
- זארגן וועגן די ווירקונג פון ברוסט קענסער באהאנדלונג אויף זייער מעגליכקייט צו האבן קינדער און מעגליכקייט צו זיין א ביאלאגישע מאמע פון א קינד. (זעט אויך זייט 7)
- טראגן א שייטל אדער הוט דורכאויס קימעטעראפיע, וואס איז געווענטליך א צייכן פון א חתונה געהאטע פרוי אין ארטאדאקסישע קאמיוניטיס.
- טרעפן א חיזוק גרופע וואס איז עמפינדליך צו די איינגארטיגע געברויכן פון איינצלנע פרויען.
- באלערנדע אוטריטש פראגראמען אין ארטאדאקסישע קאמיוניטיס וועלכע קאנצענטרירן זיך אויף די געברויכן פון איינצלנע פרויען.

שרשרת קען אייך פארבינדן מיט אנדערע איינצלנע אידישע פרויען וועלכע האבן דורכגעלעבט ברוסט קענסער אדער וועלכע זענען באזארגט וועגן א משפחה היסטאריע וואס קען פארמערן זייער ריזיקע פון אנטוויקלען ברוסט קענסער. אויב איר שפירט אז איר וואלט געהאט נוצן פון רעדן מיט אנדערע וועלכע האבן געהאט די זעלבע זארגן ווי אייך, קענט איר פרובירן אנטייל צו נעמען אין שרשרת'ס "לינק פראגראם".

ריסאורסעס צו באהאנדלען קאסמעטישע זייטיגע ווירקונגען

Best Face Forward (A Sharsheret Program)
(866) 474-2774
www.sharsheret.org

Lashes for Life
(800) 452-9802

Look Good Feel Better
(800) 395- LOOK
www.lookgoodfeelbetter.org

Shop Well with You
(212) 226-0466
www.shopwellwithyou.org

"TLC" (American Cancer Society Catalog)
(800) 850-9445
www.tlccatalog.org

Facing the Mirror with Cancer
(312) 214-3545
www.facingthemirror.org

קינדער האבן און שוואנגערשאפט

A T.I.M.E. (Torah Infertility Medium of Exchange)
(718) 437-7110
www.atime.org

Fertile Hope
(888) 994-HOPE
www.fertilehope.org

Pregnant with Cancer Network
(800) 743-4471
www.pregnantwithcancer.org

שלום בית

”מיין אפעראציע האט געהאט אן ערנסטע ווירקונג אויף מיין קערפערליבע איסוען. איך האב געשפירט א געפיל פון פארלוסט, און ס'איז מיר געווען א בושה און ווייטאג. מיין מאן און איך האבן זיך געדארפט צושטעלן צו דעם באדייטעדן שויש אין אונזערע באציאונגען. קענסער באהאנדלונג האט אויך צושטערט דעם סדר פון נדה און האט צוגעברענגט נאך א שויש אין אונזער פארהייראט לעבן. ס'איז מיר געווען זייער ביהילפיג אז מיר האבן ביידע געקענט אפן אויסשמועסן אונזערע געפילן.“

פאר אידישע פרויען קען ברוסט קענסער באווירקן די באציאונגען אינדערהיים. אסאך פרויען האבן מער נישט קיין כח אדער צייט זיך אפצוגעבן מיט זייערע מענער אזוי ווי זיי זענען געווען געוואוינט ביז דעמאלטס אין די צייט וואס זיי זענען אויסגעמוטשעט פון די באהאנדלונגען און פארנומען מיט דאקטאר אפוינטמענטס. מענער דארפן צומאל אננעמען נאך ארבעט אין די שטוב ווירטשאפט אדער זיך אפגעבן מיט די קינדער. אנדערע פרויען דריקן אויס זארג אז זייערע מענער דארפן אויך חיזוק אבער זיי האבן נישט קיין אנדערע מענטשן מיט וועם זיי זענען באקוועם זיך דורכצורעדן וועגן ברוסט קענסער. נוצן די מקוה נאך אן אפעראציע אדער בשעת קימאטעראפיע קען זיין אן עמאציאנעלע איבערלעבעניש און ענדערונגען אין פיזישן אויסזען אין די צייט, קענען זיין שווער אויסצושמועסן.

ס'זענען פארהאן ברוסט קענסער ארגאניזאציעס און אידישע ארגאניזאציעס וועלכע קענען אדרעסירן אייערע זארגן וועגן די ווירקונג פון ברוסט קענסער אויפ'ן לעבן מיט אייער מאן. אסאך ארגאניזאציעס קענען געבן דירעקטע שטיצע פאר אייער מאן אדער אייך צושטעלן אנדערע ריסאורסעס וואס זענען בייהילפיג מיטצוטיילן. אנדערע קענען צושטעלן הילף אין די שטוב ווירטשאפט אדער מיט די קינדער. איר קענט טרעפן א ליסטע פון די ארגאניזאציעס אויף זייט 17 פון דירעקטארי ביים סוף פון דעם ביכל. שרשרת קען אייך אויך פארבינדען מיט אנדערע פרויען וואס האבן מיטגעמאכט די ווירקונג פון ברוסט קענסער אויף זייערע באציאונגען אין שטוב.

ברוסט קענסער ארגאניזאציעס

Living Beyond Breast Cancer
(888) 753-5222
www.lbbc.org

National Breast Cancer Coalition
(800)622-2838
www.natlbcc.org

The Susan G. Komen Breast Cancer Foundation
1.800 I'M AWARE®
www.komen.org

Y-ME National Breast Cancer Organization
(800)221-2141
www.y-me.org

פאר יונגע פרויען מיט ברוסט קענסער

Sharsheret
(866) 474-2774
www.sharsheret.org

The Big Bam
(212) 595-6525
www.bigbam.com

Ulman Cancer Fund for Young Adults
(888) 393- FUND
www.ulmanfund.org

Young Survival Coalition
(212) 206-6610
www.youngsurvival.org

Young Survivors in Action
(Program of the Delaware Breast Cancer Coalition)
(302) 778-1102
www.debreastcancer.org

מקוה

”נוצן די מקוה דאס ערשטע מאל נאך די אפעראציע איז מיר געווען אן עמאציאנעלע איבערלעבעניש. שטייענדיג אליין אין באשפיגלטן, גוט באלויכטענעם צוגרייטונג צימער, בין איך געווען זייער באזארגט וועגן די מקוה פרוי'ס רעאקציע צו זען מיינע אפעראציע צייכנס. איך האב איר פארזיכטיג געווארענט, באשט ס'איז מיר דעמאלטס געווען שווער צו שמועסן וועגן מיין דיאגנאז. איך האב זיך געשפירט אזויפיל מער שלימות'דיג נאך יעדע מקוה באזוך ווען די איידעלע מקוה פרויען האבן מיר באהאנדעלט פונקט ווי אייביג.“

דער געדאנק פון גיין אין מקוה צום ערשטן מאל נאך אן אפעראציע אדער בשעת קימאטעראפיע באהאנדלונג קען זיין באגלייט מיט זארג און שרעק. טייל פרויען זענען באזארגט און שעמען זיך פון די מקוה פרויען'ס רעאקציע נאכ'ן זען זייערע אפעראציע צייכנס אדער ביים באמערקן אז זיי האבן פארלוירן די האר דורך קימאטעראפיע. פאר אנדערע פרויען קען דאס נוצן די מקוה צום ערשטן מאל נאך זייער דיאגנאז, פארצייכענען דער אנהויב פון היילונג.

פאר פיל פרויען איז געווען זייער בייהילפיג צו רופן צו די מקוה פון פאראויס און רעדן צו די מקוה פרוי, אדער צו ערלעדיגן א פריוואטע אפוינטמענט. ס'קען אויך זיין א בארואיגונג איינצוזען אז מקוה פרויען זענען געווענטליך עמפינדליך צו די געברויכן פון אלע פרויען וועלכע לעבן מיט קראנקהייטן. די לינק פראגראם פון שרשרת קען אייך פארבינדן מיט אנדערע פרויען וועלכע האבן דורכגעמאכט ענליכע איבערלעבענישן.

ריסאורסעס דירעקטארי

ארגאניזאציעס וועלכע אדרעסירן ברוסט קענסער אין אידישע פרויען

Sharsheret
PO Box 3245
Teaneck, NJ 07666
www.sharsheret.org
E-mail: info@sharsheret.org
Toll-Free: (866) 474-2774

Chai Lifeline
(800) 343-2527
www.chailifeline.org

Partners in Health/ Bikur Cholim
(845) 425-7877
www.bikurcholim.org

Reach: A support Group for Orthodox Women in New York
(718) 435-5700

קענסער ארגאניזאציעס

American Cancer Society
(800) ACS-2345
www.cancer.org

CancerCare
(800) 813-HOPE
www.cancercare.org

Cancer Hope Network
(877) HOPE-NET
www.cancehopenetwork.org

National Cancer Institute
(800) 4-CANCER
www.nci.nih.gov

The Wellness Community
(888) 793-WELL
www.thewellnesscommunity.org

ברוסט קענסער און הלכה

”איך האב געהאט אסאך שאלות אין הלכה בשעת איך האב זיך געגרייט פאר די אפעראציע און רעקאנסטרוקציע, און וועגן די ווירקונג פון ברוסט קענסער אויף מיין מעגליכקייט צו האבן קינדער. דער רב איז געווען זייער עמפינדליך צו אלע מיינע זארגן.“

אלס אידישע פרוי וואס לעבט מיט ברוסט קענסער קענט איר באגעגענען פארשידענע שאלות אין הלכה דורכאויס אייער באהאנדלונג. די שאלות קענען זיין:

- וואס טו איך ווען איך דארף זיין אין שפיטאל אדער מאכן אן אפוינטמענט אויף שבת אדער יום טוב?
- וואס איז די הלכה וועגן ”טאטוּאינג“ ווען מ׳טוט עס אלץ טייל פון ברוסט איבערארבעטונג?
- וויאזוי קען איך פארזיכערן די פאסיגע מאס צניעות בנוגע קאפ צודעק און שפיטאל באלאטן בשעת איך בין אין שפיטאל?
- וויאזוי גרייט איך זיך צוריקצוגיין אין מקוה נאך אן אפעראציע אדער קימאטעראפיע?
- ווען זאל איך לאזן ארויפלייגן אדער אראפנעמען מיין נאמען פון א ליסטע פון מענטשן פאר וועמען מ׳זאגט תהלים?

דער שרשרת לינק פראגראם קען אייך פארבינדן מיט אנדערע פרויען וואס האבן איבערגעלעבט טייל פון די זעלבע זארגן בשעת ברוסט קענסער באהאנדלונג. וועגן הלכה שאלות וועלכע האבן א שייכות מיט ברוסט קענסער באהאנדלונג איז דאס בעסטע זיך צו ווענדן צו א לאקאלן רב אדער רבי וואס וועט ענטפערן די פראגן מיט עמפינדליכקייט צו אייער אייגנארטיגע מעדיצינישע מצב.

קינדער האבן (פערטיליטי)

”ווען איך בין דיאגנאזירט געווארן האב איך מורא געהאט אז איך וועל ווערן אומפרוכטבאר. איבער אלעם בין איך געווען באזארגט אז איך וועל זיין קינדערלאז. בעפאר קימאטעראפיע, בין איך געגאנגען צו דאקטוירים און געפרעגט וויכטיגע פראגן וועגן די ווירקונג פון ברוסט קענסער באהאנדלונג אויף מיין פרוכטבארקייט. איך האב געמאכט באשלוסן וואס האבן מיר געלאזט מיט א גוטן געפיל. ס׳איז געווען זייער א שווערע צייט אבער איך ווייס אז איך האב געטון די בעסטע פארשונג, וואס איך האב געקענט. איך בין נישט געווען פאראליזירט.“

די ווירקונג פון ברוסט קענסער אויף די מעגליכקייט פון האבן קינדער איז א קריטישע זארג פאר אידישע פרויען, סיי די וואס זענען שוין חתונה געהאט און סיי די וואס זענען נישט. פיל פרויען הייבן אן זייער באהאנדלונג מיט פראגן וועגן זייער מעגליכקייט צו האבן קינדער נאך קענסער, איבערהויפט נאכדעם וואס זיי הערן אז קימאטעראפיע קען צוברענגען פריצייטיגע מענאפאז (אויפהערן צו באקומען די פעריאדע) פאר יונגע פרויען. אנדערע זענען באזארגט וועגן די ווירקונגען פון די קימאטעראפיע מאטריאל אויף שפעטערדיגע שוואנגערשאפטן. צולעצט זענען פרויען באזארגט וועגן די ווירקונגען פון ברוסט קענסער באהאנדלונג בשעת׳ן שוואנגערן אדער זייגן און וועגן די ווירקונג פון שוואנגערשאפט אויפ׳ן צוריקקער פון ברוסט קענסער.

ס׳זענען פארהאן קענסער ארגאניזאציעס און אידישע ארגאניזאציעס וועלכע קענען אייך העלפן פארשטיין די ווירקונג פון ברוסט קענסער באהאנדלונג אויף קינדער האבן און אייערע פערטיליטי מעגליכקייטן נאך ברוסט קענסער. פאר א ליסטע פון די ארגאניזאציעס ביטע זעט זייט 14 פון דירעקטארי ביים סוף פונעם ביכל. וועגן הלכה שאלות וועלכע האבן א שייכות מיט ברוסט קענסער באהאנדלונג איז דאס בעסטע זיך צו ווענדן צו א לאקאלן רב אדער רבי וואס וועט ענטפערן די פראגן מיט עמפינדליכקייט צו אייער אייגנארטיגע מעדיצינישע מצב. אין צוגאב קען אייך דער ”לינק פראגראם“ פון שרשרת פארבינדן מיט אנדערע אידישע פרויען וועלכע האבן מיטגעמאכט ענליכע זארגן וועגן האבן קינדער נאך ברוסט קענסער.

קינדער ערציאונג

”איך האב געהאט פינף יונגע טעכטער ווען איך בין געווארן דיאגנאזירט מיט ברוסט קענסער. איך האב געזען בילדער פון זיך אין שפיטאל ווי איך שטופ דעם איי. ווי. שטאנג, א קראנקער מענטש. מיין גרויסע זארג איז געווען פארצוזעצן מיין ענערגישע לעבנסשטייגער, זיין דארט צו קענען העלפן מאכן די היימארבעט, עסן נאכטמאל צוזאמען, זיי אפבאדן. איך האב נישט געוואוסט וואס צו זאגן פאר מיינע קינדער און איך האב זיך געזארגט וויאזוי מיין קראנקהייט און באהאנדלונג וועט ווירקן אויף זייער לעבן. איך האב ארייגעלייגט אסאך כוחות צו האלטן זייערע לעבנס נארמאל. כאטש ס'זענען געווען טעג וואס כ'האב זיך געפילט זייער אויסגעמוטשעט, האב איך זיכער געמאכט צו שפארן מיין ענערגיע פאר די ”מאמע מאמענטן“.

פרויען מיט קינדער זוכן אפטמאל אינפארמאציע וועגן זיך אפגעבן מיט די קינדער ווען מ'האט ברוסט קענסער. טייל פרויען, איבערהויפט אזעלכע מיט גרויסע משפחות, זוכן אנווייזונגען וועגן דורכשמועסן ברוסט קענסער מיט קינדער פון יעדן עלטער. אנדערע אידישע פרויען וועלכע ווילן האלטן זייער דיאגנאז אין געהיים זוכן אנווייזונגען וויאזוי צו אדרעסירן זייערע קינדער'ס געברויכן דורכאויס די קענסער באהאנדלונג און אויך שפעטער.

ס'זענען דא קענסער ארגאניזאציעס וועלכע קענען אייך העלפן באשטימען די בעסטע אופנים דורכצושמועסן קענסער מיט אייער משפחה און אידישע ארגאניזאציעס וועלכע קענען צושטעלן פאמיליע קאונסלינג און אנווייזונגען. פאר א ליסטע פון די ארגאניזאציעס ביטע זעט זייט 15 פון דירעקטארי ביים סוף פון דעם ביכל.

אין צוגאב האט שרשרת א ”ביזי באקס“ פראגראם וואס איז אן אייגנארטיגער מיטל ארויסצוהעלפן עלטערן מיט ברוסט קענסער וועלבע האבן יונגע קינדער. יעדע ”ביזי באקס“ ענטהאלט באלערנדע מאטריאלן פאר עלטערן ווי אויך געימס און אקטיוויטעטן צו האלטן אייערע קינדער באשעפטיגט ווען איר רוט זיך אפ אדער זענט ביי אן אפוינטמענט. איר קענט אויך פארלאנגען א טרענסקריפט פונעם שרשרת סימפאזיום, ”וויאזוי קענען מיר זיך אפגעבן מיט אונזערע קינדער?“, וואס איז דא צובאקומען אנליין ביי www.sharsheret.org, אדער דורכ'ן טעלעפאן.

משפחה היסטאריע

”מיין באבע און מיין מומע זענען ביידע געווארן דיאגנאזירט מיט ברוסט קענסער. ווען איך בין דיאגנאזירט געווארן האב איך געוואלט פארשטיין מער וועגן ברוסט קענסער וואס גייט אריבער בירושה, אז איך זאל קענען באשטימען דעם בעסטן באהאנדלונג פלאן פאר זיך. דערנאך האב איך זיך אנגעהויבן צו זארגן וועגן מיינע שוועסטערס און טעכטער. מיט די אינפארמאציע וואס איך האב געזאמלט, קען איך אנהויבן צו מאכן וויכטיגע באשלוסן פאר מיין משפחה.“

פיל אידישע פרויען פארבינדן זיך מיט שרשרת צוליב זארגן וועגן א היסטאריע פון ברוסט קענסער אדער אווריען קענסער אין זייער פאמיליע. קיין שום שטודיע ביז היינט האט נישט אויפגעוויזן אז ברוסט קענסער איז מער פארשפרייט ביי אידישע פרויען ווי אין די אלגעמיינע באפעלקערונג. אבער מער אידישע פרויען טראגן גענעטישע ענדערונגען וואס קענען פארמערן די מעגליכקייט אז זיי וועלן אנטוויקלען ברוסט קענסער אדער אווריען קענסער דורכאויס זייער לעבן. די פונקטליכע איינצלהייטן: 1 פון יעדע 40 אידישע פרויען פון אשכנז'ישן אפשטאם טראגט אן ענדערונג אין די דשינס וועלכע מ'רופט בי.אר.סי.עי. 1 אדער בי.אר.סי.עי. 2 (BRCA1, BRCA2) אין פארגלייך צו 1 פון יעדע 345 פרויען אין די אלגעמיינע באפעלקערונג וועלכע טראגן אן ענדערונג אין יענע דשינס. די ענדערונגען קענען אריבערגיין פון דור צו דור, סיי פון מאמעס און סיי פון טאטעס. פארשערס הייבן שוין אויך אן צו שטודירן די ירושה אייגנשאפטן פון ברוסט קענסער אין משפחות פון ספרד'ישן אפשטאם. כאטש נישט אלע פרויען וועלכע טראגן א פארענדערטע דשין וועלן אנטוויקלען ברוסט קענסער, האבן שטודיעס וואס זענען לעצטנס דורכגעפירט געווארן פארגעשלאגן אז ס'קען זיין ביז 82% שאנס אז א פרוי וואס טראגט א פארענדערטע דשין וועט אנטוויקלען ברוסט קענסער ביז'ן עלטער פון 70 יאר.

גענעטישע קאונסלערס וועלבע זענען ספעציאליזירטע געזונטהייט פראפעסיאנאלן, קענען אייך העלפן פארשטיין אייער משפחה'ס היסטאריע און די ווירקונג, אויב בכלל, אויף אייער אפעראציע און באהאנדלונג באשלוסן. זיי קענען אייך אויך העלפן באשליסן אויב איר זענט א גוטער קאנדידאט פאר גענעטישע טעסטינג, וואס ווערט געמאכט דורך א שנעלע בלוט טעסט. איר קענט געפינען א ליסט פון ריסאורסעס וועגן די טעמע אין דירעקטארי אויף זייט 15 פון דעם ביכל.

דער לינק פראגראם פון שרשרת קען אייך אויך פארבינדן מיט אנדערע אידישע פרויען וואס האבן א משפחה היסטאריע פון ברוסט קענסער. איר קענט אויך פארלאנגען א קאפיע פונעם שרשרת ביכל, ”ברוסט קענסער גענעטיקס און די אידישע פרוי“, אנליין ביי www.sharsheret.org, אדער דורכ'ן טעלעפאן. וועגן הלכה'דיגע שאלות וועלכע האבן א שייכות צו אפעראציע און באהאנדלונג באשלוסן איז דאס בעסטע זיך צו ווענדן צו אייער לאקאלער רב אדער רבי וואס וועט ענטפערן די שאלות מיט עמפינדליכקייט צו אייער אייגנארטיגער מעדעצינישער צושטאנד.