



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

# Руководство для подростков и молодых людей (AYAs): поддержка студентов колледжей и аспирантов с раком

Эта информация позволит вам узнать, как можно получить поддержку, будучи студентом колледжа или аспирантом с раком. Здесь также предоставлен перечень полезных материалов касательно поддержки, предлагаемой центром MSK и другими организациями.

Рак может вызывать широкий спектр физических, эмоциональных и психических побочных эффектов. Справляться с такими побочными эффектами и при этом посещать занятия, выполнять задания и готовиться к экзаменам весьма трудно. Решение продолжать учиться или взять академический отпуск остается за вами. Обсуждение со своей медицинской бригадой, чего стоит ожидать от лечения, может помочь принять решение.

Если вы решите продолжить обучение, существует множество услуг, которые помогут вам совместить лечение с учебой.

## Права студентов с онкологическими заболеваниями

У вас, как у студента с раком, есть права в соответствии с законодательством. Этот закон называется законом [«Об американцах с ограниченными возможностями» \(American with Disabilities Act, ADA\)](#).

Возможно, вы не считаете свой онкологический диагноз или лечение инвалидностью. Но согласно ADA, если вы обратитесь, то учебное учреждение обязано предоставить вам дополнительную помощь и услуги.

Среди прочего вам могут:

- дать больше времени на выполнение заданий;
- оказать помощь с конспектированием, например, кто-то может делать за вас заметки во время занятий;
- создать специальные условия для прохождения тестирования и дать дополнительное время при сдаче экзаменов;
- предоставить транспортные услуги на территории кампуса;
- составить гибкое расписание занятий;
- при необходимости разрешить учиться удаленно из дома.

## **Защита себя и получение помощи**

Далее приведено несколько примеров, как можно совмещать учебу и лечение рака.

### **Поговорите с персоналом учебного заведения**

Беседа с сотрудниками учебного заведения поможет вам узнать о том, какие услуги они предлагают. Вы можете обратиться в:

- Службу поддержки кампуса (вашем учебном учреждении эта служба может называться иначе). Там вам расскажут о полезных ресурсах, которые могут помочь в процессе обучения. Уточните у сотрудников, какие документы от вас им нужны, чтобы вы могли воспользоваться этими полезными материалами и ресурсами.
- Координатор ADA. В большинстве государственных и частных образовательных учреждений, получающих федеральное финансирование, должен быть сотрудник, который координирует услуги, требуемые законом ADA. Среди прочего координатор

оказывает услуги для учащихся с онкологическими заболеваниями.

## **Подайте запрос на получение льгот**

В большинстве учебных учреждений для начала необходимо подать запрос на получение льгот, если вы хотите пользоваться специальными услугами. Это позволит вам объяснить, какие услуги вам необходимы для успешного обучения. Вам нужно будет подать этот запрос до установленного школой учреждением срока, поэтому постарайтесь сделать это как можно раньше.

## **Подайте документы**

Вместе с запросом на получение льгот вам нужно будет представить определенные документы. Вам может понадобиться официальное медицинское заключение или письмо от вашей медицинской бригады MSK. Обратитесь за ним к любому специалисту своей медицинской бригады. Возможно, вам придется обновлять эту информацию каждый семестр в зависимости от ваших симптомов и необходимых вам услуг.

## **Выберите подходящие для себя занятия**

Возможно, вы также захотите подумать о том, в какой среде или в каких классах вам будет комфортнее всего. Вот некоторые аспекты, которые следует учесть, составляя расписание и выбирая занятия:

- количество учащихся в группе;
- расписание;
- количество и продолжительность занятий;
- удобство места проведения занятий;
- возможность онлайн-обучения.

## **Академический отпуск**

Иногда побочные эффекты рака или его лечения могут затруднить посещение занятий. В таком случае, возможно, вам лучше всего будет сделать перерыв в учебе.

Если вы решили взять академический отпуск, обсудите это со своим куратором и с финансовым отделом учреждения. Без разрешения занятия пропускать нельзя. В каждом учебном заведении есть свои правила. Чтобы вернуться к занятиям, когда будете готовы, изначально надо все сделать правильно.

## **Будьте терпеливы к себе и другим людям**

Не забывайте проявлять терпение, формируя свой распорядок дня, связанный с обучением и лечением рака. Побочные эффекты могут помешать вам сосредоточиться на учебе. Вам также может быть трудно найти общий язык с однокурсниками или друзьями. Обсудите со своими друзьями и родственниками, чем они могут лучше всего помочь и поддержать вас в этот период.

Вы также можете обратиться за поддержкой в службы кампуса, которые предлагают большинство учебных учреждений, такие как:

- консультационные центры и службы психического здоровья;
- центры помощи людям с ограниченными возможностями;
- обучающие центры.

## **Ресурсы MSK**

Программа для подростков и молодых людей (AYA)

[Программа AYA](#) в центре MSK помогает молодым людям решать их индивидуальные проблемы, с которыми они сталкиваются во время лечения рака. Участвующие в этой программе специалисты вашей медицинской бригады и специальных служб оказывают поддержку по следующим направлениям:

- жизнь вне лечения рака;
- сексуальное здоровье и детородная функция;
- ресурсы для представителей ЛГБТК-сообщества;
- работа и посещение занятий во время лечения рака;

- помощь при решении финансовых и страховых вопросов;
- ресурсы и консультации по вопросам психического здоровья;
- советы по контролю побочных эффектов лечения.

Для получения дополнительной информации о программе АYA отправьте электронное письмо по адресу [ayaprogram@mskcc.org](mailto:ayaprogram@mskcc.org) или позвоните по номеру 646-608-8336.

### Группа поддержки молодых людей (Young Adult Support Group)

[www.mskcc.org/event/young-adult-support-group](http://www.mskcc.org/event/young-adult-support-group)

Наша **группа поддержки молодых людей** — это онлайн-группа поддержки для молодых людей в возрасте от 21 до 39 лет, которые получают лечение в центре MSK. Социальный работник поднимает темы об уникальном опыте молодых людей с раком. Для получения дополнительной информации или регистрации посетите страницу [www.mskcc.org/event/young-adult-support-group](http://www.mskcc.org/event/young-adult-support-group).

### Программа «Ресурсы для жизни после рака» (Resources for Life After Cancer [RLAC] Program)

[www.mskcc.org/experience/living-beyond-cancer/services-survivors](http://www.mskcc.org/experience/living-beyond-cancer/services-survivors)

Наша программа **RLAC** предлагает консультации, группы поддержки, образовательные материалы и услуги по защите прав для пациентов, перенесших рак, и их семей. Для получения дополнительной информации позвоните по номеру 646-888-8106 или отправьте электронное письмо по адресу [RLAC@mskcc.org](mailto:RLAC@mskcc.org).

Подробнее о других наших программах и службах поддержки читайте в *Ресурсы поддержки для подростков и молодых людей* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/adolescent-and-young-adult-support-resources](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/adolescent-and-young-adult-support-resources)).

## Стипендии для студентов с раком и перенесших рак

The SAM Fund

[www.thesamfund.org](http://www.thesamfund.org)

The SAM Fund — это программа получения финансовой помощи для молодых людей, перенесших рак. Средства могут быть использованы для многих целей, в том числе профессиональной подготовки, обучения и расходов на медицинское обслуживание (например, на дополнительные платы и лечение детородной функции). Для получения дополнительной информации позвоните по номеру 866-439-9365 или 617-938-3484.

Национальный студенческий фонд борьбы с раком (National Collegiate Cancer Foundation, NCCF)

[www.collegiatecancer.org](http://www.collegiatecancer.org)

Фонд NCCF предоставляет финансовую поддержку на основании потребностей молодым людям, перенесшим рак, которые проходят обучение во время лечения.

Фонд защиты интересов пациентов (Patient Advocate Foundation)

[www.patientadvocate.org](http://www.patientadvocate.org)

800-532-5274

Фонд PAF предлагает программу «Стипендия для перенесших рак». По этой программе студенты с раком или хроническими заболеваниями могут получить стипендии для обучения.

## Другие полезные материалы для студентов с раком

Краткое руководство Triage Cancer по правам на получение образования и финансовой помощи

[trriagecancer.org/QuickGuide-Education](http://trriagecancer.org/QuickGuide-Education)

В этом материале содержится полезная информация о ваших правах как студента с раком.

Серия выступлений Общества по борьбе с раком Cactus Cancer Society: создание реалистичного академического плана

[cactuscancer.org/speaker-series-talk-creating-a-realistic-academic-plan/](http://cactuscancer.org/speaker-series-talk-creating-a-realistic-academic-plan/)

В этом видеоролике содержатся полезные советы для студентов с

онкологическими заболеваниями.

**Американское общество по борьбе с раком: центр по защите интересов людей в кампусах**

[www.fightcancer.org/campus-advocacy](http://www.fightcancer.org/campus-advocacy)

Американское общество по борьбе с раком (American Cancer Society, ACS) предлагает материалы, которые помогут вам защитить свои интересы в кампусе.

Если у вас есть вопросы или опасения, позвоните своему медицинскому сотруднику. Специалист вашей лечащей команды ответит на звонок с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00. В другое время вы можете оставить сообщение или поговорить с другим врачом центра MSK. Вы всегда можете связаться с дежурным врачом или медсестрой/медбратом. Если вы не знаете, как связаться со своим медицинским сотрудником, позвоните по номеру 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe).

A Guide for Adolescents and Young Adults (AYAs): Support for College and Graduate Students with Cancer - Last updated on March 14, 2023

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center