



患者及照护者教育

# 青少年和年轻成人 (AYA) 指南：面向大学生和研究生癌症患者的支持

本信息介绍了作为大学生或研究生癌症患者如何获得相关支持。本文还列出了 MSK 和其他组织提供的支持资源。

癌症会对身体、情感和心理产生一系列副作用。在上课、完成作业和学习的同时控制这些副作用并非易事。患者可自行决定是继续上学还是暂时休学。与医护团队讨论治疗预期情况有助于做出决策。

如果您决定继续上学，现有许多服务可帮助您平衡治疗和学业。

## 学生癌症患者的权利

作为一名学生癌症患者，您享有法律赋予的权利。这项法律称为 [《美国残疾人法案》\(ADA\)](#)。您可能不认为癌症诊断或治疗是一种残疾。但 ADA 认为，如果您主要提出要求，您所在学校必须向您提供额外的帮助和服务。

部分服务示例包括：

- 增加完成作业的时间。
- 帮助记笔记，例如上课时请他人帮您记笔记。
- 特殊考试安排、延长考试时间。
- 校内交通服务。
- 灵活的课程表安排。
- 如有需要，可居家上课。

## 为自己发声并寻求帮助

下述内容向您介绍了作为一名学生如何平衡学业与癌症照护。

## 与学校工作人员沟通

与学校工作人员沟通可以帮助您了解他们提供的服务。您可以联系：

- 校园支持服务：办公室名称可能因学校而有所不同。工作人员会告诉您可使用哪些资源来帮助您完成学业。向他们咨询您需要提供哪些文件才可以使用这些资源。
- ADA 协调员：大多数获得联邦资助的公立和私立学校必须安排一名员工负责协调 ADA 所要求的服务。其中包括为患癌学生提供的服务。

## 提出住宿要求

如果您希望使用特殊服务，大多数学校会要求您提出住宿要求。即让您解释哪些服务有助于您完成学业。您需要在学校的截止日期之前提出相关要求，因此，请一定要尽早完成。

## 提交文件

提交住宿申请时，您也需要提交其他相关文件。例如正式的医疗报告或 MSK 医护团队提供的信件。详情请咨询医护团队成员。根据您的症状及所需服务，您可能需要每学期更新一次信息。

## 选择适合您的课程

您还可以考虑让您感觉最自在的环境类型或课程。以下是制定课程表和选择课程时需要考虑的事项：

- 班级规模
- 上课时间
- 课程数量和时长
- 上课地点是否合适
- 是否是在线课程

## 暂时休学

有时，癌症或治疗的副作用可能让您无法上学。如果出现这种情况，休学是最好的选择。

如果您决定暂时休学，请与导师沟通并咨询学校财务室。请勿直接不去上课。每所学校都有自己的规定。请确保您按照正确的步骤申请休学，以便您在准备好后重返学校。

## 耐心等待己、耐心等待人

请记住，围绕学业和癌症照护养成日常习惯时一定要耐心。副作用会使您很难集中精力学习。您可能也会感觉难以与同学或朋友沟通。与您的朋友和家人交谈，让他们了解如何在此期间更好地包容您、支持您。

您也可以通过大多数学校提供的服务获得校园支持，包括：

- 咨询和心理健康服务
- 残障中心
- 辅导中心

## MSK 斯隆资源

### 青少年和年轻成人 (AYA) 项目

MSK 的 [AYA 项目](#) 旨在帮助年轻成人更好地面对在癌症治疗过程中面临的独特挑战。该项目与您的医疗团队和专科服务合作，在以下方面提供支持：

- 癌症治疗以外的生活。
- 生育能力与性健康。
- LGBTQ+ 资源。
- 癌症治疗期间的工作、就学或两者皆有。
- 财务和保险支持。
- 心理健康资源和咨询。
- 管理治疗相关副作用的小贴士。

如需了解有关 AYA 项目的更多信息，请发送电子邮件至 [ayaprogram@mskcc.org](mailto:ayaprogram@mskcc.org) 或致电 646-608-8336。

### 年轻成人支持小组

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

MSK 的 [年轻成人支持小组](#) 是为正在接受 MSK 治疗的年轻成人（21 至 39 岁）设立的在线

支持小组。一位社工带领组员交流年轻成人癌症患者的独特经历。请访问 [www.mskcc.org/event/young-adult-support-group](http://www.mskcc.org/event/young-adult-support-group) 了解更多信息或进行注册。

### 癌症治疗后的生活资源 (RLAC) 项目

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

MSK RLAC 项目为癌症生存者及其家人提供咨询、支持小组、教育和宣传服务。如需了解更多信息，请致电 646-888-8106 或发送电子邮件至 [RLAC@mskcc.org](mailto:RLAC@mskcc.org)

有关我们其他计划及支持服务的更多信息，请阅读 *青少年和年轻成人 (AYA) 支持资源* ([www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/adolescent-and-young-adult-support-resources](http://www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/adolescent-and-young-adult-support-resources))。

## 为患癌学生和癌症幸存者设立的奖学金

### SAM 基金

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

SAM 基金是一项针对年轻成人癌症幸存者的赠款和奖学金项目。该基金可用于多种用途，包括职业培训、学费和医疗费用（例如共付额和生育治疗）。如需了解更多信息，请致电 866-439-9365 或 617-938-3484。

### 全美大学癌症基金会 (NCCF)

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

NCCF 为在治疗期间上学的年轻成年癌症幸存者提供按基于需求的经济支持。

### 病患权益基金会 (PAF)

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

800-532-5274

PAF 提供幸存者奖学金计划。该计划旨在向患癌学生或罹患慢性疾病的学生提供教育奖学金。

## 面向学生癌症患者的更多资源

### Triage Cancer 教育权利和经济援助快速指南

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

该资源介绍了您作为学生癌症患者的权利，并提供了实用信息。

### Cactus Cancer Society 演讲者系列讲座：制定切合实际的学术计划

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

该视频可为患癌学生提供有用建议。

美国癌症协会校园宣传

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

美国癌症协会提供多种资源帮助您开展校园宣传。

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

有关更多资源，请访问 [www.mskcc.org/pe](https://www.mskcc.org/pe)，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

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

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利