



Коли у вас діагностовано рак легень

Якщо вам сказали, що у вас рак легень, то ви, ймовірно, вже пройшли рентген, сканування та біопсію (тест, при якому проводиться забір зразків тканин для перевірки на рак). Можливо, проводилися інші аналізи ракових клітин на наявність певних білків та генних змін. Можливо, ви пройшли інші сканування або процедури, щоб з'ясувати, чи не поширився рак. Ці тести допомагають лікарю встановити який у вас тип раку легень, його стадію та лікування, яке може вам допомогти.

Існує багато методів лікування раку легень, включаючи хірургічне втручання, опромінення та лікарські засоби, такі як хіміотерапія, таргетна медикаментозна терапія або імунотерапія. Часто потрібно декілька видів лікування. Лікування здебільшого залежить від типу та стадії раку легень. Вибір лікування також залежить від результатів тестування ракових клітин, проблем зі здоров'ям, які у вас можуть бути, і вашого особистого вибору. Ваш лікар допоможе вам вирішити, які методи лікування підходять вам краще за все.

Обов'язково запитайте:

- Який у мене тип раку легень?
- Яка в мене стадія раку легень і що вона означає?
- Про що ще ви дізналися щодо мого раку легень з результатів тестів?
- Чи знадобляться мені додаткові аналізи?
- Які методи лікування, на вашу думку, найкраще підходять для лікування мого раку легень?
- Які є ймовірні побічні ефекти лікування?

Чого очікувати під час лікування

Бригада онкологічної допомоги пояснить вам план лікування. До цієї бригади можуть входити різні лікарі, медсестри та інші медичні працівники, залежно від потрібного вам типу лікування. Наприклад, якщо вам потрібна променева терапія, ви працюватимете з онкологом-радіологом, щоб дізнатися, чого чекати до, під час і після променевої терапії. Якщо вам потрібні інші види лікування, ваш лікар або бригада онкологічної допомоги пояснить, як воно проводиться, допоможе вам

підготуватися до нього, відстежуватиме ваше самопочуття, і допоможе вам впоратися з будь-якими побічними ефектами. Вам також може знадобитися здавати аналіз крові, проходити рентген або сканування у певний час, щоб перевірити ефективність лікування.

Не у всіх, хто проходить лікування раку легень, будуть однакові побічні ефекти. Наприклад, побічні ефекти хірургічного втручання відрізняються від побічних ефектів хіміотерапії, таргетної медикаментозної терапії, імунотерапії або променевої терапії. Люди, які отримують однакове лікування, можуть мати різні побічні ефекти.

Обов'язково запитайте:

- Які в мене є варіанти лікування? Який, на вашу думку, для мене кращий і чому?
- У чому полягає мета лікування?
- Які у мене можуть бути побічні ефекти і що я можу зробити у цьому відношенні?
- Як ми дізнаємося, чи ефективне лікування?
- Як часто я проходитиму лікування і як довго воно триватиме?
- Куди я їздитиму на лікування, і чи зможу я їздити туди машиною самостійно?
- Чи можу я продовжувати займатися своєю звичайною діяльністю, такою як робота та фізичні вправи?

Чого очікувати після лікування

Після лікування ваш лікар допоможе вам впоратися з будь-якими побічними ефектами, які у вас все ще можуть бути. Вам також проводитимуть регулярні тести, щоб перевірити, чи немає у вас рецидиву раку, або чи не виник у вас новий рак в іншій частині тіла.

У деяких людей рак може пройти не повністю. Їх лікування може продовжуватися, і все одно їм знадобляться тести для перевірки ефективності лікування.

Обов'язково повідомте свого лікаря або когось із бригади онкологічної допомоги про побічні ефекти, які не проходять після лікування, або про будь-які нові симптоми.

Вам також може бути важко впоратися зі змінами в організмі після лікування. Наприклад, ваші легені можуть працювати гірше, ніж раніше. Якщо проблеми з диханням обмежують ваші дії, запитайте бригаду онкологічної допомоги, чи може вам допомогти легенева реабілітація чи легенева терапія.

Навіть якщо ваше лікування закінчилося, і ви почуваєтеся добре, важливо запитати бригаду онкологічної допомоги про регулярний графік наступних тестів, щоб перевірити, чи немає у вас рецидиву раку легень.

Обов'язково запитайте:

- Як часто мені потрібно відвідувати бригаду онкологічної допомоги?
- Чи знадобляться мені тести, щоб перевірити чи немає в мене рецидиву раку, або обстежити на наявність проблем, спричинених лікуванням?
- Чи потрібні мені скринінгові тести, такі як мамографія чи колоноскопія, щоб встановити інші поширені види раку на ранній стадії?
- Чи потрібен мені подальший план після лікування?
- Чи є пізні або довгострокові побічні ефекти лікування, які я маю відслідковувати?
- Чи вважаєте ви, що мені може допомогти легенева реабілітація чи легенева терапія?
- Коли і як я маю зв'язуватися з бригадою онкологічної допомоги?
- Де я можу знайти свою медичну документацію після лікування?

Підтримання здоров'я

Ви можете багато чого зробити для підтримки здоров'я під час та після лікування раку легень. Відмова від куріння може допомогти подовжити життя деяким людям із раком легень. Правильне харчування, активність, підтримання здорової

ваги, відмова від вживання алкоголю можуть принести користь. Також важливо уникати впливу пасивного куріння та радону вдома та на робочому місці. Це може допомогти вам знизити ризик виникнення нового раку легень або інших видів раку.

Не забувайте проходити обстеження на інші види раку та продовжуйте перевірятися на наявність інших проблем зі здоров'ям. Поговоріть зі своїм лікарем про план скринінгу та тестування, який підходить саме вам.

Як впоратися зі своїми почуттями

Рак легень може викликати у вас страх, сум або нервозність. Незалежно від того, курили ви чи ні, у вас може виникнути почуття провини або вам може здаватися, що вас засуджують за те, що у вас рак легень. Це нормальні почуття і є способи допомогти вам впоратися з ними.

- Не намагайтеся впоратися з цими почуттями самостійно. Говоріть про свої почуття, якими б вони не були.
- Іноді почуття смутку чи пригніченості – це нормально, але якщо ці почуття не минають через декілька днів, повідомте про це бригаду онкологічної допомоги.
- Робіть те, що вам подобається, наприклад, ходіть у кіно, на вечерю в ресторан, проводьте час на свіжому повітрі або відвідайте спортивні заходи, з дозволу лікаря.
- Звертайтеся за допомогою при виконанні таких завдань, як приготування їжі та прибирання.

Ви можете звернутися до друзів, родини або релігійних лідерів чи груп. Деяким людям буває корисно поговорити з тими, хто пережив те саме. Це може запропонувати група підтримки. Іншим може допомогти консультація. Розкажіть бригаді онкологічної допомоги про свої почуття. Вони можуть допомогти вам знайти потрібну підтримку.

Для отримання інформації про рак, повсякденну допомогу та підтримку, зателефонуйте до Американського онкологічного товариства за телефоном **1-800-227-2345** або відвідайте наш сайт в Інтернеті за адресою **cancer.org/lungcancer**. Ми тут, коли ви потребуєте нас.



cancer.org | 1.800.227.2345

UKRAINIAN
©2022, American Cancer Society, Inc.
No. 080815-Rev. 8/22

