



## Что такое рак? Рекомендации для пациентов и их родственников

## What is cancer? A guide for patients and families

### Что такое рак?

Раковая опухоль может образоваться в любой части вашего тела. Она образуется когда рост клеток выходит из-под контроля и раковые клетки вытесняют нормальные клетки. Это осложняет возможность организма функционировать так, как он должен.

У многих людей рак можно успешно лечить. Кроме того, все больше и больше людей живут полной жизнью после лечения онкологических заболеваний.

В этой статье мы расскажем что такое рак и как его лечат.

В конце этой статьи вы найдете список терминов, связанных с раком, а также их определения.

### ОСНОВЫ ОНКОЛОГИИ

Рак - это не просто заболевание.

Существует много типов рака. Это не просто одно заболевание. Рак может начаться в легких, в молочной железе, в толстом кишечнике и даже в крови. Разные виды рака в чем-то похожи, но они отличаются в том, как они растут и

распространяются.

## **Чем похожи онкологические заболевания?**

Все клетки нашего организма выполняют определенные функции. Нормальные клетки делятся в определенном порядке. Они отмирают когда стареют или если они повреждены. Их место занимают новые клетки. Рак начинается тогда, когда клетки начинают делиться бесконтрольно. Раковые клетки продолжают расти и размножаться. Они вытесняют нормальные клетки. Это вызывает проблемы в той части организма, где начался рак.

Раковые клетки могут также распространяться в другие части тела. Например, раковые клетки в легких могут распространиться в костные ткани и продолжать расти там. Когда раковые клетки распространяются в другие органы - это называется метастазами. Если рак легких распространился в костную ткань, он все равно называется раком легких. Врачи видят раковые клетки в костной ткани абсолютно такими же как те, которые были обнаружены в легких. Заболевание будет называться раком костной ткани только, если оно началось в костях.

## **Чем отличаются онкологические заболевания?**

Некоторые виды рака растут и распространяются быстро. Некоторые растут медленно. Они также реагируют на лечение по-разному. Некоторые виды рака лучше всего лечить при помощи хирургических операций. Другие лучше реагируют на лекарства, это называется химиотерапией. Часто применяются 2 типа лечения или больше чтобы добиться лучших результатов.

Если у человека обнаружили рак, врачи хотят выяснить какого типа этот рак. Больным раком требуется лечение, которое подойдет для того типа рака, который имеется у них.

## **Что такое опухоли?**

Во время большинства онкологических заболеваний формируется новообразование, которое называется опухолью. Но, не все опухоли являются раковыми. Врачи берут пробу ткани из опухоли и анализируют ее чтобы узнать рак ли это. Опухоли, которые не являются раковыми называются не злокачественными. Опухоли, которые являются раковыми называются злокачественными.

Существуют некоторые виды рака, например, лейкемия (рак крови), во время

которых не формируются опухоли. Он растет в клетках крови или в других клетках организма человека.

“Чувство страха пронизывает вас когда вам говорят что у вас рак. Сначала бывает трудно думать о чем-либо еще, кроме своего диагноза. Эта мысль посещает вас первой каждое утро. Я хочу чтобы те, у кого рак, знали: вам станет лучше. Если вы будете говорить о своем раке, это поможет вам справиться со всеми новыми эмоциями, которые вы испытываете. Пожалуйста помните: расстраиваться - это нормально.”  
– Делорес, женщина перенесшая рак

## **На какой стадии рак?**

Ваш врач также должен знать распространился ли рак из того органа где он начался и насколько сильно. Это называется стадией рака. Возможно, вы слышали как другие люди говорили, что их рак на первой или на второй стадии. Знание того, на какой стадии находится рак, помогает врачу решить какой тип лечения лучше назначить.

Для каждого типа рака существуют анализы, которые помогают определить стадию рака. Как правило, более низкая стадия (первая или вторая) означает что рак не очень сильно распространился. Более высокая стадия (третья или четвертая) означает что он распространился сильнее. Стадия 4 - самая высокая.

Попросите своего врача объяснить вам на какой стадии находится ваш рак и что это означает для вас.

## **Как лечатся онкологические заболевания?**

Самые часто применяемые методы лечения рака - это хирургическая операция, химиотерапия и радиация.

Хирургическая операция делается для того, чтобы удалить раковую опухоль. Врач также может удалить орган, полностью или частично, который был поражен раком. В случае рака молочной железы, молочная железа может быть удалена, частично или полностью. В случае рака предстательной железы, предстательная железа может быть удалена. Хирургическая операция делается не при всех видах рака. Например, рак крови, как лейкемия лучше лечить при помощи лекарств.

Химия (укороченное название химиотерапии) - это применение лекарственных

препаратов для того, чтобы убить раковые клетки или замедлить их рост. В некоторых случаях, лекарственные препараты во время химиотерапии можно вводить внутривенно (подаются в вену через капельницу), а в других случаях вы можете принимать таблетки. В связи с тем, что лекарственные препараты, принимаемые во время химиотерапии достигают практически всех органов, этот метод лечения хорошо действует тогда, когда рак распространился.

Радиация тоже используется для того, чтобы убить или замедлить рост раковых клеток. Ее могут назначить автономно или вместе с операцией или химиотерапией. Радиационная терапия похожа на рентген. Иногда она делается посредством имплантации источника излучения (“радиоактивного зерна”) внутрь раковой опухоли для излучения радиации.

“Для меня было полезно не спеша разобраться и увидеть полную картину. Когда я получил ответы на свои вопросы, это помогло мне принять правильное решение. Я сделал то, что я хотел и должен был сделать. Я делал то, что позволяло мне чувствовать себя комфортно, а не то, что другие считали я должен делать чтобы чувствовать себя комфортно.

– Кевин, пациент перенесший рак

## **Какое лечение больше всего подходит мне?**

Ваше лечение от рака будет зависеть от того, что лучше всего подойдет вам. Для некоторых видов рака самой эффективной является хирургическая операция; на другие более эффективно действует химиотерапия или радиация. Знание того, какой у вас тип рака - это первый шаг к определению методов лечения, которые лучше подойдут вам.

Знание того, на какой стадии ваш рак также важно чтобы определить методы лечения, которые лучше всего подойдут вам. Для рака на стадии 3 или 4 скорее всего более эффективными будут методы, которые лечат весь организм, как химиотерапия.

Состояние вашего здоровья и методы лечения, которые вы предпочитаете тоже повлияют на принятие решения о методах лечения вашего рака. Не все типы лечения могут быть эффективными для вашего рака, поэтому спросите какие варианты есть у вас. У лечебных процедур есть побочные эффекты, поэтому спросите что можно ожидать при каждой процедуре.

Не бойтесь задавать вопросы. Это ваше право - знать какие методы лечения

вероятнее всего вам помогут и какие могут быть при этом побочные эффекты.

## **Почему это случилось со мной?**

Люди, у которых обнаружили рак, часто спрашивают, “Что я делал не так?” или “Почему я?” Врачи точно не знают что является причиной рака. Когда врачи не могут назвать причину, люди начинают придумывать свои собственные объяснения тому, почему это произошло.

Некоторые люди считают, что их наказывают за что-то, что они делали или не делали в прошлом. Многие люди хотят знать сделали ли они что-то, что вызвало рак.

Если вы испытываете такие чувства, вы не одиноки. Мысли и убеждения такого рода свойственны людям у которых рак. Вы должны знать, что рак - это не наказание за ваши действия в прошлом. Постарайтесь не винить себя и не анализировать шаги, которые могли предотвратить рак. Рак - это не ваша вина и почти никогда невозможно определить что явилось его причиной. Вместо этого, уделите внимание тому, как лучше заботиться о себе сейчас.

Ваше Американское онкологическое общество может рассказать вам более подробно о раке и его лечении. Звоните по телефону 1-800-227-2345 в любое время, днем или ночью.

## **Как говорить со своими близкими о раке?**

Говорить о раке может быть тяжело, даже с людьми, которых вы любите. Известие о том, что у вас рак может привести к появлению многих чувств, таких как, грусть, злора и страх. Иногда вообще сложно определить какие чувства вы испытываете и, тем более, говорить об этом с другими.

Вашим близким тоже может быть тяжело говорить о раке. Им сложно понять что они могут сказать чтобы помочь вам или чтобы вы лучше себя чувствовали.

Мы перечислим несколько подсказок, которые помогут вам и вашим близким преодолеть рак:

- Расскажите своим родственникам и друзьям о том, что у вас рак как только вы почувствуете что можете это сделать. Рано или поздно, они все узнают что у вас рак. Они могут почувствовать обиду или невнимание если вы сами им об этом не скажете.

- Расскажите какой у вас рак и как его будут лечить. Сообщите что вы никого не можете этим заразить.
- Разрешите родственникам и друзьям вам помочь и скажите им какая именно помощь вам нужна. Если вас нужно отвезти к врачу или в больницу, скажите им об этом. Если вам нужна помощь по дому, тоже скажите им об этом тоже. Может быть, вы пока не знаете что именно вам нужно. Ничего страшного. Просто скажите им что вы пока не уверены, но сообщите им когда будете это знать.
- Расскажите самым близким людям как вы себя чувствуете. Это может быть непросто, но это очень важный способ для вас получить поддержку когда она вам больше всего нужна. Если вам трудно говорить о чувствах, попробуйте найти группу поддержки или психолога, которые могут вам помочь.
- Если среди ваших родственников или друзей есть люди, которые говорят вам “не вешать нос” когда вы плохо себя чувствуете, это будет нормально если вы их попросите просто выслушать вас и не говорить вам что вы должны делать. Иногда вам нужно поговорить о том что происходит не слушая советы.
- Если некоторым людям не нравится что вы говорите о своих чувствах - не расстраивайтесь. Попробуйте поговорить с другими, которые выслушают вас.
- Может быть, вы не сможете делать то, что делали до того, как заболели раком. Если это так, расскажите об этом своим родственникам и друзьям.
- Будет лучше если ваши родственники и друзья будут заниматься теми вещами, которыми они занимались до того, как вы заболели раком. Они не должны из-за этого испытывать чувство вины.
- Если вам грустно или у вас депрессивное состояние, поговорите со своим врачом, медсестрой или священником. Вы можете также позвонить в Американское онкологическое общество по телефону: 1-800-227-2345.  
 “Труднее всего в первый раз громко сказать “У меня рак”. Чем больше вы это говорите, тем проще становится произносить эти слова. Чем больше я говорила о своем раке груди, тем проще мне было принять то, через что я прохожу. Мне показалось удивительным, что иногда мне приходилось успокаивать тех, кому я рассказывала о своем раке”.

– Хелен, женщина, перенесшая рак

## **Медицинские термины, связанные с раком, которые вы можете услышать**

Эти слова вы можете услышать от медицинских работников.

**Незлокачественная:** не раковая опухоль

**Биопсия:** анализ образца ткани чтобы определить есть ли в ткани раковые клетки

**Рак:** слово, которое используется для описания более чем 100 заболеваний, во время которых клетки начинают бесконтрольно делиться; либо опухоль, в которой имеются раковые клетки

**Химиотерапия:** использование лекарственных препаратов для лечения заболевания. Это слово чаще всего касается лекарств, которые используются для лечения рака. Иногда ее просто называют “химией”.

**Злокачественная:** в ней есть раковые клетки

**Метастаза/метастазирующий:** распространение раковых клеток в отдаленные участки тела через лимфатическую систему или кровь

**Онколог:** врач, который лечит людей у которых рак

**Радиационная терапия:** применение лучей высокой мощности, таких как рентгеновские, для лечения рака

**Ремиссия:** когда признаки или симптомы рака полностью или частично исчезли

**Стадия:** слово, которое описывает распространился ли рак и насколько широко

## **Где я могу узнать дополнительную информацию о моем онкологическом заболевании?**

Если у вас есть вопросы по поводу рака или вам нужна помощь чтобы найти организации по оказанию помощи в той местности где вы живете, пожалуйста звоните в Американское онкологическое общество по телефону 1-800-227-2345 в любое время, днем или ночью. Вы можете также посетить наш сайт, [www.cancer.org](http://www.cancer.org), чтобы найти дополнительную информацию.

Language: Russian

Last Medical Review: 12/08/2015

Last Revised: 12/08/2015

**2016 Copyright American Cancer Society**