



Po diagnozie raka pęcherzyka żółciowego



Rak pęcherzyka żółciowego jest rodzajem raka, który zaczyna się w pęcherzyku żółciowym. Pęcherzyk żółciowy to niewielki woreczek położony pod wątrobą. Przechowuje on żółć produkowaną przez wątrobę. Jeżeli powiedziano ci, że masz raka pęcherzyka żółciowego, to prawdopodobnie zrobiono już badania krwi, USG i skany, laparoskopię oraz biopsję (badanie, w którym pobiera się małą ilość tkanki, aby sprawdzić ją na obecność raka). Mogły też być wykonane inne badania na komórkach nowotworowych w celu przetestowania ich na obecność niektórych białek i zmiany w genach. Są to biomarkery. Może byćś(-aś) również poddany(-a) innym procedurom w celu sprawdzenia, czy rak się rozprzestrzenił. Te badania pomogą twojemu lekarzowi poznać rodzaj twojego raka pęcherzyka żółciowego, jakie jest jego stadium i jakie leczenie może ci pomóc.

Leczenie raka pęcherzyka żółciowego

Leczenie będzie zależać od typu i stadium zaawansowania twojego raka pęcherzyka żółciowego. Wybór sposobu leczenia będzie zależał również od wyników badań na komórkach rakowych, twojego stanu zdrowia i twojego osobistego wyboru.

Jeśli możliwe jest przeprowadzenie operacji, jest to często najlepsza metoda leczenia raka pęcherzyka żółciowego. Operacja może polegać na usunięciu pęcherzyka żółciowego wraz z całym nowotworem. Może być również zastosowana w celu złagodzenia problemów powodowanych przez nowotwór, takich jak zatory.

Inne metody leczenia raka pęcherzyka żółciowego to radioterapia, chemioterapia (chemia), terapia celowana oraz immunoterapia. W wielu przypadkach potrzebny jest więcej niż jeden rodzaj leczenia. Twój lekarz pomoże ci zdecydować, które metody leczenia są dla ciebie najlepsze.

Nie zapomnij o pytaniach:

- Jaki jest rodzaj mojego raka pęcherzyka żółciowego?
- Gdzie jest nowotwór umiejscowiony w moim pęcherzyku żółciowym?
- Jakie jest stadium mojego raka pęcherzyka żółciowego i co to oznacza?
- Czy będę potrzebować więcej badań?
- Jaka metoda leczenia, twoim zdaniem, jest dla mnie najlepsza?
- Jaki jest cel leczenia?
- Czy leczenie będzie obejmowało operację? Czy może być usunięty cały nowotwór?
- Czy będę potrzebować również innych rodzajów leczenia?

Czego się spodziewać przed i w trakcie leczenia

Twój zespół opieki onkologicznej wyjaśni ci plan leczenia. Ten zespół może składać się z różnych lekarzy, pielęgniarek i innych pracowników służby zdrowia, w zależności od typu terapii, jaka będzie potrzebna. Na przykład jeżeli potrzebna będzie operacja, będziesz współpracować z chirurgiem. Oni powiedzą ci, czego oczekiwać przed, podczas i po leczeniu. Jeżeli będą potrzebne inne rodzaje leczenia, twój zespół onkologiczny wyjaśni ci, jak jest ono podawane, pomoże ci przygotować się do niego, będzie sprawdzać, jak się czujesz i pomoże ci ze skutkami ubocznymi. Może będą również wykonywane badania krwi, skany lub inne badania w określonych odstępach czasu w celu sprawdzenia, jak twoje leczenie działa.

Nie każdy, kto przechodzi leczenie raka pęcherzyka żółciowego, będzie miał te same skutki uboczne. Na przykład skutki uboczne operacji chirurgicznej są inne niż skutki uboczne radioterapii, chemii, terapii celowanej i immunoterapii. Osoby przechodzące ten sam rodzaj terapii mogą mieć różne skutki uboczne.

Nie zapomnij o pytaniach:

- Jakie skutki uboczne mogą u mnie wystąpić i jak mogę sobie z nimi radzić?
- Jak dowiemy się, czy leczenie działa?
- Jak często będę przechodzić zabiegi leczenia? Jak długo one potrwać?
- Gdzie będzie się leczenie odbywało? Czy mogę sam(-a) pojechać samochodem na leczenie?
- Czy leczenie wpłynie na moje codzienne życie?
- Czy są jakieś badania kliniczne, które mogą być dla mnie odpowiednie?

Czego się spodziewać po zakończeniu leczenia

Po zakończeniu leczenia poproś lekarza o swoją kartę pacjenta (podsumowanie leczenia) i plan na działania po leczeniu. Nazywa się to plan opieki dla osób po leczeniu nowotworu. Onkolog będzie współpracował z twoją rodziną lub lekarzem pierwszego kontaktu, aby pomóc w radzeniu sobie ze skutkami ubocznymi po leczeniu i sprawdzać stan twojego zdrowia. Będziesz mieć regularne badania aby sprawdzić, czy rak powrócił, lub czy nowy rak pojawił się w innej części ciała. Być może staniesz w obliczu zmian swojego ciała po leczeniu. Pamiętaj, aby zapytać lekarza, czego się spodziewać i poinformować go, jeżeli masz jakiegokolwiek problemy.

U osób, które miały raka pęcherzyka żółciowego istnieje ryzyko, że wystąpi on ponownie lub zachorują one na niektóre inne rodzaje raka. Nawet jeżeli czujesz się dobrze po zakończeniu leczenia, jest ważne, aby zapytać swój zespół opieki onkologicznej o planowanie regularnych badań kontrolnych w celu sprawdzenia, czy rak pęcherzyka żółciowego nie powrócił.

U niektórych osób rak może nie zniknąć kompletnie. Być może będą one kontynuowały leczenie i badania będą nadal potrzebne w celu sprawdzenia, jak leczenie działa.

Nie zapomnij o pytaniach:

- Gdzie dostanę kopię mojej karty pacjenta (podsumowanie leczenia) i plan na dalsze wizyty kontrolne?
- Jak często powinienem(-am) się spotykać się ze swoim zespołem opieki onkologicznej?
- Kiedy i jak powinienem(-am) kontaktować się z jego członkami?
- Czy będą potrzebne badania, żeby sprawdzić czy mój rak wrócił, lub czy istnieją problemy wynikające z leczenia?
- Czy będą potrzebne jakieś badania przesiewowe, jak np. mammografia czy kolonoskopia, aby wykryć wcześniej inne typy raka?
- Czy mogę się spodziewać jakichś późnych lub długotrwałych skutków ubocznych leczenia, co do których powinienem(-am) być czujny(-a)?
- Gdzie mogę znaleźć swoją dokumentację medyczną po leczeniu?



Aby otrzymać więcej informacji i wsparcie, wejdź na stronę *American Cancer Society* cancer.org/polish lub dzwoni pod numer **1-800-227-2345**. Jesteśmy tutaj, kiedy nas potrzebujesz.

Zachowanie zdrowia

Nie zapomnij dać znać lekarzowi lub komuś z zespołu onkologicznego o skutkach ubocznych, które po leczeniu w dalszym ciągu trwają albo gdy zauważysz nowe objawy.

Są pewne rzeczy, które możesz robić w zakresie dbania o zdrowie podczas i po leczeniu. Niepalenie może pomóc obniżyć szanse na zachorowanie na raka pęcherzyka żółciowego. Osiągnięcie zdrowej wagi i pozostanie przy niej, dobra dieta, aktywność fizyczna i unikanie picia alkoholu mogą również pomóc ci pozostać w dobrym zdrowiu i obniżyć ryzyko zachorowania na nowy rak pęcherzyka żółciowego lub inne rodzaje raka.

Radzenie sobie ze swoimi uczuciami

Chorowanie na raka pęcherzyka żółciowego może spowodować, że będziesz przerażony(-a), smutny(-a) lub podenerwowany(-a). Takie uczucia są normalne i są sposoby, aby sobie z nimi radzić.

- Nie próbuj samemu(-ej) radzić sobie z tymi uczuciami. Mów o nich bez względu na to, jakie one są.
- To normalne od czasu do czasu czuć smutek lub przygnębienie, ale daj znać swojemu zespołowi opieki onkologicznej, kiedy takie uczucia pozostają dłużej niż kilka dni.
- Jeżeli lekarz nie ma nic przeciwko temu, kontynuuj wykonywanie czynności, które lubisz, jak np. spędzanie czasu na zewnątrz, chodzenie do kina lub na wydarzenia sportowe czy też na obiad do restauracji.
- Uzyskaj pomoc, jeżeli chodzi o aktywności takie jak gotowanie czy sprząatanie.

Możesz również poprosić o pomoc przyjaciół, rodzinę czy liderów lub grupy religijne. Porady psychologa mogą również pomóc. Niektórzy uważają, że pomocna jest rozmowa z innymi, którzy mieli te same przeżycia. Grupy wsparcia mogą to zaoferować. Powiedz swojemu zespołowi opieki onkologicznej, jak się czujesz. Oni mogą pomóc ci znaleźć odpowiednie wsparcie.