



Po diagnozie nowotworu mózgu lub rdzenia kręgowego



Nowotwór mózgu lub rdzenia kręgowego to masy nieprawidłowych komórek wewnątrz mózgu lub kręgosłupa. Mogą one utrudniać prawidłową pracę nerwów mózgu i rdzenia kręgowego w kontrolowaniu funkcjonowania reszty organizmu. Jeżeli powiedziano ci, że masz nowotwór mózgu lub rdzenia kręgowego, to prawdopodobnie wykonano już skany i 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 na obecność niektórych białek i zmiany w genach. Są to biomarkery. Możesz być również poddany(-a) innym zabiegom w celu sprawdzenia, czy rak się nie rozprzestrzenił. Te badania pomogą twojemu lekarzowi dowiedzieć się, jaki jest rodzaj twojego guza mózgu lub rdzenia kręgowego, jakie jest jego stadium i jakie leczenie może ci pomóc.

Rodzaje nowotworów mózgu lub rdzenia kręgowego

Nazwa tego typu nowotworów pochodzi od części mózgu lub rdzenia kręgowego, w której się rozwinął. Nie wszystkie nowotwory są rakiem; niektóre są łagodnym nowotworem lub nie są rakiem. Inne są rodzajami mieszanymi. Typowe rodzaje to:

- Gwiaździak (astrocytoma)
- Skąpodrzewiak (oligodendroglioma)
- Wyściółczak (ependymoma)
- Oponiak (meningioma)
- Rdzeniak zarodkowy (medulloblastoma)
- Nerwiak osłonkowy (schwannoma lub neurilemmoma)

Leczenie nowotworów mózgu lub rdzenia kręgowego

Nowotwory mózgu i rdzenia kręgowego często bywają trudne do leczenia. Twoje leczenie będzie zależało od rodzaju nowotworu, jego lokalizacji, wielkości i stopnia zaawansowania (szybkości wzrostu i rozprzestrzeniania się). Wybór sposobu leczenia będzie zależeć również od wyników badań na komórkach rakowych, twojego stanu zdrowia i twojego osobistego wyboru.

Dla większości pacjentów zabieg chirurgiczny jest pierwszą metodą leczenia nowotworu mózgu lub rdzenia kręgowego. Rodzaj zabiegu chirurgicznego zależy od rodzaju nowotworu, jego umiejscowienia i rozmiarów.

Jeżeli nowotwór jest łagodny, jedynym koniecznym leczeniem może być zabieg chirurgiczny. Jeśli konieczne jest inne leczenie, może ono obejmować radioterapię, chemioterapię, terapię celowaną, a także leczenie nowotworu metodą zmiennego pola elektrycznego TTFIELDS lub terapię polem elektrycznym. Może będzie potrzebne zastosowanie więcej niż jednego rodzaju leczenia. Aby zapobiegać rakowi mózgu lub rdzenia kręgowego albo łagodzić jego objawy, można zastosować kilka metod leczenia. Czasami są one stosowane równolegle. Twój lekarz pomoże ci zdecydować, która metoda leczenia jest dla ciebie najlepsza.

Nie zapomnij o pytaniach:

- Jaki jest rodzaj mojego guza?
- Gdzie jest guz umiejscowiony?
- Jak duży jest guz? Jak szybko mój guz może rosnąć?
- Jaka metoda leczenia, twoim zdaniem, jest dla mnie najlepsza?
- Jaki jest cel leczenia?
- Czy leczenie będzie obejmowało operację?
- Czy cały guz może być usunięty? Jeżeli nie, to dlaczego?
- Czy będę potrzebne także inne rodzaje leczenia?
- Czy muszę ogolić głowę?

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 stosowana.

Na przykład, jeżeli potrzebna będzie radioterapia, będziesz współpracować z onkologiem-radiologiem, by dowiedzieć się czego oczekiwać przed, w czasie i po tej terapii. Jeżeli inne rodzaje terapii będą potrzebne, twój zespół onkologiczny wyjaśni ci, jak są one podawane, pomoże ci przygotować się do niej, będzie sprawdzać, jak się czujesz i pomoże radzić sobie 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 przez leczenie raka mózgu lub rdzenia kręgowego, będzie mieć te same skutki uboczne. Na przykład jeśli operacja nie jest możliwa, pacjent może otrzymać wyłącznie radioterapię. Skutki uboczne tego leczenia są inne niż skutki uboczne operacji, chemii czy terapii celowanej. Osoby przechodzące ten sam rodzaj leczenia mogą mieć różne skutki uboczne.

Nie zapomnij o pytaniach:

- Jakie skutki uboczne mogą wystąpić i jak mogę sobie z nimi radzić?
- Jak dowiemy się, czy leczenie działa?
- Jak często będę otrzymywać zabiegi lecznicze? Jak długo one potrwać?
- Gdzie będą się zabiegi lecznicze odbywały? Czy mogę sam(-a) pojechać samochodem na zabieg?
- Czy będę w stanie kontynuować swoje zwykłe zajęcia takie jak praca i ćwiczenia fizyczne?
- 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. Twój 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 też regularne badania, aby sprawdzić czy rak nie powrócił albo czy nowy rak nie pojawił się w innych częściach ciała.

Być może staniesz w obliczu zmian swojego ciała po leczeniu. Jeśli przeszedłeś(-aś) operację, mogą pozostać blizny. Możliwe jest również wypadanie włosów. Niektóre metody leczenia mogą powodować zaburzenia pracy mózgu. Koniecznie zapytaj lekarza, czego się spodziewać i powiedz mu, jeżeli masz jakiegokolwiek problemy.

U osób, które miały nowotwór mózgu lub rdzenia kręgowego 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 nie powrócił.

U niektórych osób rak może nie zniknąć kompletnie. Być może będą one kontynuowały leczenie i badania będą jeszcze potrzebne aby sprawdzać, 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) spotykać się ze swoim zespołem opieki onkologicznej?
- Kiedy i jak powinienam się z nim kontaktować?
- Czy będą potrzebne badania, żeby sprawdzić czy mój nowotwór wrócił, albo 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?

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 papierosów może pomóc obniżyć twoje ryzyko zachorowania na innego raka. Osiągnięcie zdrowej wagi i pozostanie przy niej, dobre odżywianie, aktywność fizyczna i unikanie picia alkoholu mogą również pomóc ci pozostać w dobrym zdrowiu i obniżyć ryzyko zachorowania na inne rodzaje raka.

Niektóre schorzenia zwiększające ryzyko zachorowania na raka mózgu i rdzenia kręgowego mogą być dziedziczne. Czasami robi się badania genetyczne aby wiedzieć, czy twój rak mógłby być odziedziczony. Porozmawiaj ze swoim zespołem onkologicznym aby dowiedzieć się, czy w twoim przypadku wskazane są badania genetyczne.

Radzenie sobie ze swoimi uczuciami

Chorowanie na raka mózgu i rdzenia kręgowego może spowodować, że czujesz się przygnębiony(-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, że czasami czujesz się smutny(-a) lub przygnębiony(-a), 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 sprzątanie.

Możesz też zwrócić się o pomoc do przyjaciół, rodziny czy liderów lub grup religijnych. Pomocne mogą się okazać porady psychologa. Niektórzy wolą rozmawiać z osobami, które przeszły przez to samo. Grupy wsparcia mogą to zaoferować. Powiedz swojemu zespołowi opieki onkologicznej, jak się czujesz. Oni mogą pomóc ci znaleźć odpowiednie wsparcie.



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