



Po diagnozie raka wątroby



Rak wątroby jest typem raka, który zaczyna się w wątrobie. Wątroba to duży narząd umiejscowiony pod prawymi żebrami, który pomaga organizmowi trawić jedzenie. Usuwa również produkty przemiany materii i pomaga w krzepnięciu krwi. Nie można żyć bez wątroby. Jeżeli powiedziano ci, że masz raka wątroby, to prawdopodobnie wykonano już badania krwi, 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 rozprzestrzenił. Te badania pomogą twojemu lekarzowi dowiedzieć się, jaki jest rodzaj twojego raka wątroby, jakie jest jego stadium i jakie leczenie może ci pomóc.

Leczenie raka wątroby

Twoje leczenie będzie zależać od typu i stadium zaawansowania twojego raka wątroby. Wybór sposobu leczenia zależy też od wyników badań na komórkach rakowych, twojego stanu zdrowia i twojego osobistego wyboru.

W zależności od umiejscowienia nowotworu, przeprowadzenie zabiegu chirurgicznego może okazać się niemożliwe. W czasie zabiegu chirurgicznego usuwa się guz nowotworowy, a czasem także części wątroby znajdującej się w pobliżu niego. Zabieg ten nazywa się częściową hepatektomią. Czasami najlepszym rozwiązaniem jest usunięcie całej wątroby i jej przeszczep. Porozmawiaj ze swoim lekarzem o tym, jakiego rodzaju zabieg chirurgiczny może być ci potrzebny i czego możesz się spodziewać.

Inne metody leczenia raka wątroby obejmują ablację nowotworu, radioterapię, chemioterapię, terapię celowaną i immunoterapię. Często potrzebny jest więcej niż jeden rodzaj leczenia. Można zastosować kilka metod leczenia w celu zapobieżenia rakowi wątroby lub łagodzenia jego objawów. 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 raka wątroby?
- Jakiego jest stadium mojego raka wątroby i co to oznacza? Czy będzie potrzebna wykonania więcej badań?
- Jaka metoda leczenia, twoim zdaniem, jest dla mnie najlepsza?
- Jaki jest cel leczenia?
- Czy leczenie będzie obejmowało operację? Czy cały nowotwór może być usunięty?
- Czy będzie usunięta cała wątroba lub jej część? W razie potrzeby przeszczepu, jaki będzie mój następny krok?
- 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, jeśli konieczna będzie operacja, skutki uboczne, które mogą wystąpić, zależą od tego, ile wątroby zostanie usunięte. 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 wykonane badania w określonych odstępach czasu, aby zobaczyć, jak twoje leczenie działa.

Nie każdy, kto przechodzi przez leczenie raka wątroby będzie miał te same skutki uboczne. Na przykład pacjent może przejść operację polegającą na usunięciu części wątroby z nowotworem lub na przeszczepie wątroby. Skutki uboczne tych zabiegów są inne niż te po radioterapii, chemioterapii czy terapii celowanej. Osoby przechodzące ten sam rodzaj terapii 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 odbywały? Czy mogę sam(-a) pojechać samochodem na leczenie?
- Czy będę w stanie kontynuować swoje zwykłe zajęcia takie jak praca i ćwiczenia fizyczne.
- Czy potrzebna będzie zmiana diety na czas terapii?
- Co się stanie po powrocie do domu, jeśli będę potrzebował(-a) przeszczepu wątroby? Czy muszę przyjmować jakieś specjalne leki?
- 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 leczenia i sprawdzać stan twojego zdrowia. Będziesz mieć regularne badania aby sprawdzić, jak twoja wątroba funkcjonuje, czy rak nie powrócił albo czy nowy rak nie pojawił się w innej części ciała.

Być może staniesz w obliczu zmian swojego ciała po leczeniu. Operacja i inne metody leczenia mogą zmienić funkcjonowanie wątroby. Może to wpływać na twój organizm na różne sposoby. Możesz mieć problemy z trawieniem. Po przeszczepie wątroby często konieczne jest zastosowanie specjalnych leków zapobiegających infekcjom. Być może będziesz musiał(-a) zażywać leki, które pomogą twojemu organizmowi zapobiec odrzuceniu nowej wątroby. Miej pewność, że zapytasz lekarzy, czego się spodziewać i daj im znać, jeżeli pojawią się jakiegokolwiek problemy.

U osób, które miały raka wątroby 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 wątroby 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 powinnam się spotykać się ze swoim zespołem opieki onkologicznej?
- Kiedy i jak powinnam kontaktować się z nimi?
- Czy będą potrzebne badania, żeby sprawdzić czy mój rak nie powrócił, albo czy istnieją problemy wynikające z leczenia?
- Czy będą potrzebne badania sprawdzające, jak moja wątroba funkcjonuje?
- 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 dostać 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. Zaprzestanie palenia i picia alkoholu może zmniejszyć ryzyko wzrostu nowotworu lub jego nawrotu. Jeśli masz zapalenie wątroby typu B lub C, leczenie infekcji może pomóc w ograniczaniu dalszego uszkodzenia wątroby. Osiągnięcie zdrowej wagi i pozostanie przy niej, dobre odżywianie, aktywność fizyczna mogą również pomóc ci pozostać w dobrym zdrowiu i obniżyć ryzyko zachorowania na inne rodzaje raka. Jeśli miałeś(-aś) przeszczep wątroby, mogą być potrzebne określone leki, które pomogą twojemu organizmowi przystosować się do przeszczepionej wątroby i zapobiegają infekcjom. Mogą one być stosowane przez krótki lub długi okres czasu.

Radzenie sobie ze swoimi uczuciami

Chorowanie na raka wątroby 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 jesteś 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.