



Após um diagnóstico de câncer testicular



O câncer testicular é um tipo de câncer que se inicia nos testículos. Os testículos produzem hormônios e espermatozoides nos homens. Se você foi diagnosticado com câncer testicular, provavelmente já fez exames de sangue, ultrassom, tomografia e biópsia (um exame que retira um pouco de tecido para verificar se tem câncer). Outros exames podem ter sido feitos nas células cancerosas para verificar certas proteínas e alterações genéticas chamadas biomarcadores. Você também pode passar por outros procedimentos para descobrir se o câncer se espalhou. Esses exames ajudam seu médico a saber que tipo de câncer testicular você tem, em que estágio ele se encontra e qual tratamento pode ajudar.

Tratamento para o câncer testicular

O seu tratamento dependerá do tipo e do estágio do câncer testicular. As opções de tratamento também dependerão dos resultados dos exames das células cancerosas, da sua saúde e das suas preferências pessoais.

A cirurgia para remover o testículo é frequentemente o primeiro tratamento para o câncer testicular. Ela é usada mesmo quando o câncer se espalhou. Os gânglios linfáticos próximos também podem ser removidos para verificar se há células cancerosas neles. Existem muitas maneiras de fazer essa cirurgia. Converse com seu médico sobre o que será feito e o que você pode esperar.

Outros tratamentos para o câncer testicular podem incluir radiação, quimioterapia (químio), imunoterapia e quimioterapia de alta dose com transplante de células-tronco. Em muitos casos, é necessário mais de um tipo de tratamento. Seu médico irá ajudá-lo a decidir quais tratamentos são melhores para você.

Alguns tratamentos podem causar impotência (incapacidade de ter uma ereção). Se você ainda quiser ter filhos, o tratamento também pode afetar sua fertilidade (capacidade de engravidar alguém). Mas existem maneiras de proteger sua fertilidade. Converse com seu médico antes de iniciar o tratamento. Ele poderá ajudá-lo a entender o que esperar.

Certifique-se de perguntar:

- Que tipo de câncer testicular eu tenho?
- Onde está o câncer no meu testículo?
- Em que estágio está o câncer testicular e o que isso significa?
- Precisaré fazer mais exames?
- Qual tratamento você considera melhor para mim?
- Qual é o objetivo do tratamento?
- O tratamento incluirá cirurgia? Todo o câncer poderá ser removido?
- Precisaré de outros tipos de tratamento também?

O que esperar antes e durante o tratamento

Sua equipe de tratamento do câncer explicará seu plano de tratamento. Essa equipe pode incluir diferentes médicos, enfermeiros e outros profissionais de saúde, dependendo do tipo de tratamento de que você precisa. Por exemplo, se você precisar de cirurgia, trabalhará com um cirurgião. Ele lhe dirá o que esperar antes, durante e após o tratamento. Se você precisar de outros tipos de tratamento, sua equipe de tratamento do câncer explicará como ele será administrado, ajudará você a se preparar para ele, acompanhará seu desempenho e ajudará você com quaisquer efeitos colaterais. Você também pode fazer exames de sangue, tomografias ou outros exames em determinados momentos para verificar se o tratamento está funcionando bem.

Nem todas as pessoas em tratamento para câncer testicular terão os mesmos efeitos colaterais. Por exemplo, os efeitos colaterais da cirurgia são diferentes dos efeitos colaterais da radiação, quimioterapia e imunoterapia. E pessoas recebendo o mesmo tratamento podem ter efeitos colaterais diferentes.

Certifique-se de perguntar:

- Que efeitos colaterais posso ter e o que posso fazer a respeito?
- Como saberemos se o tratamento está funcionando?
- Com que frequência farei o tratamento? Quanto tempo ele vai durar?
- Onde irei fazer o tratamento? Posso dirigir sozinho?
- Como o tratamento afetará minha vida diária?
- Este tratamento pode afetar minha vida sexual? Se sim, como e por quanto tempo?
- Este tratamento pode afetar minha capacidade de ter filhos? Se sim, devo conversar com um especialista em fertilidade antes de iniciar o tratamento contra o câncer?
- Existem ensaios clínicos que possam ser adequados para mim?

O que esperar após o tratamento

Após o tratamento, peça ao seu médico oncologista um resumo do tratamento e um plano de acompanhamento. Isso é chamado de plano de cuidados de sobrevivência. Seu médico oncologista trabalhará com sua família ou médico de cuidados primários para ajudar a controlar os efeitos colaterais do tratamento e verificar sua saúde geral. Você fará exames regulares para verificar se o câncer voltou ou se um novo câncer começou em outra parte do corpo. Você pode enfrentar mudanças em seu corpo após o tratamento. Pergunte ao médico o que esperar e informe-o se tiver algum problema.

Pessoas que tiveram câncer testicular correm o risco de ter novamente ou de desenvolver outros tipos de câncer. Mesmo que você se sinta bem após terminar o tratamento, é importante perguntar à sua equipe de tratamento do câncer sobre um cronograma regular de exames de acompanhamento para verificar se o câncer testicular voltou.

Para algumas pessoas, o câncer pode não desaparecer completamente. Elas podem continuar recebendo tratamento, e ainda serão necessários exames para verificar se ele está funcionando bem.

Certifique-se de perguntar:

- Onde posso obter uma cópia do resumo do meu tratamento e do plano de acompanhamento?
- Com que frequência preciso consultar minha equipe de tratamento do câncer?
- Quando e como devo entrar em contato com eles?
- Preciso fazer exames para verificar se o câncer voltou ou para verificar se há problemas decorrentes do meu tratamento?
- Preciso fazer exames de rastreamento, como uma colonoscopia, para detectar outros tipos de câncer precocemente?
- Existem efeitos colaterais tardios ou de longo prazo do tratamento que devo observar?
- Onde posso encontrar meus registros médicos após o tratamento?



Para obter mais informações e apoio, visite o site da American Cancer Society (Sociedade Americana do Câncer) em cancer.org/portuguese ou ligue para **1-800-227-2345**. Estamos aqui quando você precisar.

Manter-se saudável

Informe seu médico ou equipe de tratamento do câncer se algum efeito colateral do tratamento não desaparecer ou se você tiver novos sintomas.

Há coisas que você pode fazer para se manter saudável durante e após o tratamento. Não fumar pode ajudar a reduzir suas chances de câncer testicular. Alcançar e manter um peso saudável, alimentar-se bem, ser ativo e evitar o álcool também podem ajudar você a se manter saudável e podem reduzir o risco de desenvolver um novo câncer testicular ou outros tipos de câncer.

Lidando com seus sentimentos

Ter câncer testicular pode fazer com que você se sinta com medo, triste ou nervoso. É normal ter esses sentimentos, e há maneiras de ajudá-lo a lidar com eles.

- Não tente lidar com seus sentimentos sozinho. Fale sobre eles, não importa quais sejam.
- É normal sentir-se triste ou deprimido de vez em quando, mas informe sua equipe de tratamento do câncer se esses sentimentos durarem mais do que alguns dias.
- Se o seu médico disser que está tudo bem, continue fazendo coisas que você gosta, como passar tempo ao ar livre, ir ao cinema ou a eventos esportivos, ou sair para jantar.
- Peça ajuda para tarefas como cozinhar e limpar.

Você pode entrar em contato com amigos, familiares ou líderes ou grupos religiosos. A terapia também pode ajudar. Algumas pessoas acham útil conversar com outras que passaram pelas mesmas coisas. Um grupo de apoio pode oferecer isso. Conte à sua equipe de tratamento do câncer como você está se sentindo. Eles podem ajudá-lo a encontrar o apoio certo.