



Após um diagnóstico de câncer anal



O câncer anal é um tipo de câncer que começa no ânus. O ânus é a abertura que conecta os intestinos à parte externa do corpo. Se você foi diagnosticado com câncer anal, provavelmente já fez exames, exames de imagem como tomografia computadorizada, endoscopia e biópsia (um exame que retira um pouco de tecido para verificar se tem câncer). Você também pode ter feito outros procedimentos para descobrir se o câncer se espalhou. Esses exames ajudam seu médico a saber que tipo de câncer anal você tem, em que estágio ele se encontra e qual tratamento pode ajudar.

Tratamento para o câncer anal

Seu tratamento dependerá do tipo e do estágio do câncer anal. Suas opções de tratamento também dependerão dos resultados dos exames das células cancerosas, da sua saúde e das suas preferências pessoais.

Existem muitas maneiras de tratar o câncer anal. Muitas vezes, a melhor abordagem combina dois ou mais tratamentos.

No passado, a cirurgia era a única maneira de curar o câncer anal, mas agora a maioria dos cânceres anais é tratada com uma combinação de radiação e quimioterapia (químio). Muitas vezes, a cirurgia não é necessária.

A imunoterapia também pode ser usada. Seu médico irá ajudá-lo a decidir quais tratamentos são melhores para você.

Se outros tratamentos não funcionarem, pode ser necessária uma cirurgia para remover o ânus e o esfíncter anal (o músculo em forma de anel que controla os movimentos intestinais). Após a cirurgia, a pessoa precisará de uma ostomia. Uma ostomia é uma abertura na barriga que permite que as fezes saiam do corpo.

Certifique-se de perguntar:

- Que tipo de câncer anal eu tenho?
- Em que estágio está o câncer anal e o que isso significa?
- Precisarei fazer mais exames?
- Qual tratamento você acha que é melhor para mim?
- Qual é o objetivo do tratamento?
- O tratamento incluirá cirurgia? Todo o câncer poderá ser removido?
- Precisarei fazer uma ostomia?
- Precisarei 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 radiação, trabalhará com um oncologista especializado em radiação para saber 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 é 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 a eficácia do seu tratamento.

Nem todas as pessoas em tratamento para câncer anal terão os mesmos efeitos colaterais. Por exemplo, os efeitos colaterais da radiação são diferentes dos efeitos colaterais da quimioterapia, imunoterapia e cirurgia. 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?
- Poderei continuar realizando minhas atividades habituais, como trabalhar e praticar exercícios?
- O tratamento afetará minha vida sexual? Como e por quanto tempo? O que posso fazer para ajudar nisso?
- 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. O seu médico oncologista trabalhará com a sua família ou médico de cuidados primários para ajudar a controlar os efeitos colaterais do tratamento e verificar a sua saúde geral. Você fará exames regulares para verificar se o câncer voltou ou se um novo câncer se desenvolveu em outra parte do seu corpo.

Você pode enfrentar mudanças em seu corpo após o tratamento. Certifique-se de perguntar ao médico o que esperar e informe-o se tiver algum problema.

Pessoas que tiveram câncer anal correm o risco de tê-lo 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 anal 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 contacto 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 mamografia ou colonoscopia, para detectar outros tipos de câncer precocemente?
- Existem efeitos colaterais tardios ou de longo prazo do tratamento que devo usar?
- 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 desenvolver um novo câncer anal, bem como outros tipos de câncer. Alcançar e manter um peso saudável, alimentar-se bem, praticar atividades físicas e evitar o álcool também podem ajudar você a se manter saudável e diminuir o risco de outros tipos de câncer. Isso também pode reduzir o risco de um novo câncer anal, mas são necessárias mais pesquisas.

Lidando com seus sentimentos

Ter câncer anal 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.