



Após um Diagnóstico de Câncer de Ovário



O câncer que começa em um ovário é chamado de câncer de ovário. Os ovários são glândulas presentes nas mulheres que produzem óvulos e hormônios. O câncer de ovário também pode começar nas trompas de falópio, que conectam os ovários ao útero (matriz). Se você recebeu o diagnóstico de câncer de ovário, provavelmente já fez exames de sangue, exames de imagem e uma biópsia (um teste que retira uma amostra de tecido para verificar a presença de câncer). Outros testes podem ter sido feitos nas células cancerígenas para verificar certas proteínas e alterações genéticas chamadas biomarcadores. Você também pode ter feito outros procedimentos para saber se o câncer se espalhou. Esses exames ajudam o médico a saber que tipo de câncer de ovário você tem, em que estágio ele está e qual tratamento pode ajudar.

Tratamento para o câncer de ovário

Seu tratamento dependerá do tipo e do estágio do câncer de ovário. As opções também dependerão dos resultados dos exames das células cancerígenas, do seu estado de saúde e das suas preferências pessoais.

A cirurgia é usada para tratar a maioria dos casos de câncer de ovário. Frequentemente, isso envolve a remoção dos ovários e do útero. A cirurgia para remover os ovários é chamada ooforectomia. A cirurgia para remover o útero é chamada histerectomia.

Outros tratamentos para câncer de ovário podem incluir medicamentos como quimioterapia, terapia-alvo, terapia hormonal e radioterapia. Você pode precisar de mais de um tipo de tratamento. Seu médico ajudará a decidir quais são os melhores para você.

A cirurgia e alguns outros tratamentos podem causar mudanças no seu ciclo menstrual. Sua menstruação pode parar, mesmo que você ainda não tenha passado pela menopausa. Esses tratamentos também podem afetar sua capacidade de engravidar, mas pode haver maneiras de proteger isso. É importante conversar com seu médico logo no início, antes de começar o tratamento. Ele pode ajudar você a entender o que esperar.

Certifique-se de perguntar:

- Que tipo de câncer de ovário eu tenho?
- Em que estágio o câncer de ovário está, e o que isso significa?
- Vou precisar de mais exames?
- Qual é o objetivo do tratamento?
- Qual tratamento você acha melhor para mim?
- Vou precisar de cirurgia? Meus ovários ou útero serão removidos?

O que esperar antes e durante o tratamento

Sua equipe de cuidados oncológicos explicará o plano de tratamento para você. Essa equipe pode incluir diferentes médicos, enfermeiros e outros profissionais de saúde, dependendo do tipo de tratamento que você precisar. Por exemplo, se você precisar de uma cirurgia, trabalhará com um cirurgião. Ele explicará o que esperar antes, durante e depois do procedimento. Se você precisar de outros tipos de tratamento, sua equipe de cuidados oncológicos explicará como eles serão administrados, ajudará você a se preparar, acompanhará seu progresso e ajudará a lidar com quaisquer efeitos colaterais. Você também fará exames em determinados momentos para verificar se o tratamento está funcionando.

Nem todas as pessoas em tratamento para câncer de ovário terão os mesmos efeitos colaterais. Por exemplo, uma pessoa pode passar por uma cirurgia para remover um ou ambos os ovários, dependendo da localização do câncer. Os efeitos colaterais dessa cirurgia são diferentes dos efeitos colaterais da quimioterapia, terapia-alvo ou terapia hormonal. E pessoas que recebem o mesmo tratamento podem apresentar efeitos colaterais diferentes.

Certifique-se de perguntar:

- Quais efeitos colaterais posso ter e o que posso fazer para aliviá-los?
- Como saberemos se o tratamento está funcionando?
- Com que frequência receberei tratamento? Quanto tempo vai durar?
- Onde receberei o tratamento? Posso dirigir sozinha?
- Poderei continuar realizando minhas atividades habituais, como trabalhar e fazer exercícios?
- Poderei ter filhos após o tratamento?
- O tratamento afetará minha vida sexual? Se sim, como e por quanto tempo? O que posso fazer para ajudar nisso?
- Existem estudos clínicos que possam ser adequados para mim?

O que esperar após o tratamento

Após o tratamento, peça ao seu oncologista um resumo do tratamento e um plano de acompanhamento, chamado plano de cuidados para sobreviventes. Seu oncologista trabalhará com seu médico de família ou clínico geral para ajudar a gerenciar os efeitos colaterais do tratamento e monitorar 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 no seu corpo após o tratamento. Se você menstruava antes da cirurgia, deixará de menstruar após a retirada do útero. Sua capacidade de engravidar também será afetada. O tratamento pode deixar a vagina seca. Isso pode causar sangramento ou dor durante ou após a relação sexual. Pergunte ao seu médico o que esperar e informe se tiver algum problema.

Pessoas que já tiveram câncer de ovário têm maior risco de tê-lo novamente ou desenvolver certos outros tipos de câncer. Mesmo que você se sinta bem após o tratamento, é importante conversar com sua equipe médica sobre um cronograma regular de exames de acompanhamento para verificar se o câncer voltou.

Para algumas pessoas, o câncer pode não desaparecer completamente. Elas podem continuar em tratamento e ainda precisarão de exames para verificar o quão bem ele está funcionando.

Certifique-se de perguntar:

- Onde posso conseguir uma cópia do meu resumo de tratamento e plano de acompanhamento?
- Com que frequência preciso ver minha equipe de cuidados oncológicos?
- Quando e como devo contactá-los?
- Precisaréi de exames para verificar se o câncer voltou ou se surgiram problemas devido ao tratamento?
- Preciso de exames de rastreamento, como mamografia ou colonoscopia, para detectar outros tipos de câncer precocemente?
- Existem efeitos colaterais tardios ou de longo prazo que devo observar?
- Onde posso encontrar meus registros médicos após o tratamento?



Para mais informações e suporte, visite o site da American Cancer Society em cancer.org/portuguese ou ligue para **1-800-227-2345**. Estamos aqui quando você precisar.

Mantendo-se saudável

Informe seu médico ou equipe de cuidados oncológicos se algum efeito colateral do tratamento não desaparecer ou se surgirem novos sintomas.

Há coisas que você pode fazer para manter-se saudável durante e após o tratamento. Alcançar e manter um peso saudável, alimentar-se bem, ser fisicamente ativa e evitar o consumo de álcool também podem ajudar a manter sua saúde e diminuir o risco de outros tipos de câncer.

O câncer de ovário pode ser hereditário. Às vezes, é feito um teste genético para saber se você tem um tipo que pode ser herdado. Converse com sua equipe médica para saber se o teste genético é indicado para você.

Lidando com seus sentimentos

Ter câncer de ovário pode fazer você se sentir assustada, triste ou nervosa. É normal ter esses sentimentos, e há maneiras de lidar com eles.

- Não tente lidar sozinha com seus sentimentos. Fale sobre eles, sejam quais forem.
- É normal se sentir triste ou desanimada de vez em quando, mas informe sua equipe de cuidados se esses sentimentos durarem mais de alguns dias.
- Se seu médico permitir, continue fazendo atividades que você gosta, como passar tempo ao ar livre, ir ao cinema, a eventos esportivos ou sair para jantar.
- Obtenha ajuda com tarefas como cozinhar e limpar.

Você pode buscar apoio junto a amigos, familiares ou líderes religiosos. Aconselhamento também pode ajudar. Algumas pessoas acham útil conversar com quem passou pela mesma experiência. Grupos de apoio podem oferecer isso. Conte à sua equipe de cuidados oncológicos como você está se sentindo. Eles podem ajudá-la a encontrar o suporte adequado.