



После постановки диагноза «рак кости»



Рак кости — это тип рака, который начинается в кости. Если вам сказали, что у вас рак кости, то вы, вероятно, уже сдавали анализы крови, проходили сканирования, а также делали рентгеновские снимки и биопсию (исследование, при котором берут некоторое количество тканей для проверки на рак). Другие исследования могут проводить на раковых клетках, проверяя их на определённые белки и изменения генов, именуемые «биомаркерами». У вас могли быть и другие процедуры, чтобы выяснить, не распространился ли этот рак. Эти диагностические исследования помогают вашему врачу узнать, какой у вас тип рака кости, какова его стадия и какое лечение могло бы помочь.

Лечение рака кости

Ваше лечение будет зависеть от типа и стадии рака кости. Варианты вашего лечения будут также зависеть от результатов исследований на раковых клетках, состояния вашего здоровья и ваших личных предпочтений.

Важной частью лечения большинства видов рака кости является хирургическое вмешательство. Тип вашей операции будет зависеть в основном от местоположения и размеров опухоли.

Все операции по удалению злокачественной опухоли кости являются сложными. Однако опухоли в области рук или ног, как правило, не так сложно удалять, как опухоли в челюстной кости, в основании черепа, позвоночнике или в тазовой кости.

В число других методов лечения рака кости могут входить облучение, химиотерапия, направленная («таргетная») медикаментозная терапия и иммунотерапия. Во многих случаях нужно более одного вида терапии. Ваш врач поможет вам решить, какие средства лечения являются для вас наилучшими.

Обязательно спросите:

- Какой у меня тип рака кости?
- Где в моей кости находится эта злокачественная опухоль?
- Какова стадия моего рака кости, и что это значит?
- Понадобятся ли мне дополнительные диагностические исследования?
- Какое лечение, по вашему мнению, является для меня наилучшим?
- Какова цель лечения?
- Будет ли лечение включать хирургические вмешательства?
- Понадобятся ли мне и другие виды лечения?

Чего ожидать до и во время лечения

Ваша команда онкологической помощи объяснит вам план лечения. Эта команда может включать различных врачей, медсестёр и других медицинских работников (в зависимости от вида лечения, в котором вы нуждаетесь).

Если вам нужна операция, вы будете работать с хирургом. Он скажет вам, чего ожидать до, во время и после хирургического вмешательства. Он также сообщит вам, понадобится ли какая-либо специальная терапия для восстановления после операции.

Если вам нужны другие виды лечения, то ваша команда онкологической помощи объяснит вам, как это лечение проводится, поможет к нему подготовиться, проследит за тем, как идут ваши дела, и поможет в отношении любых побочных эффектов. Для того чтобы увидеть, насколько эффективно ваше лечение, в определённое время у вас могут брать анализы крови, проводить сканирования и другие диагностические исследования.

Не у всех проходящих лечение рака кости будут одни и те же побочные эффекты. Например, побочные эффекты хирургического вмешательства отличаются от побочных эффектов облучения, химиотерапии, иммунотерапии или таргетной терапии. А у людей, получающих одно и то же лечение, могут быть различные побочные эффекты.

Обязательно спросите:

- Какие побочные эффекты могут быть у меня, и что я смогу с ними сделать?
- Как мы узнаем, что это лечение работает?
- Как часто я буду проходить лечение? Сколько оно будет длиться?
- Где я буду проходить лечение? Смогу ли я водить машину?
- Изменится ли после лечения мой внешний вид и функционирование организма?
- Как это лечение затронет мою повседневную жизнь?
- Есть ли какие-либо клинические исследования, которые бы мне подошли?

Чего ожидать после лечения

После лечения попросите своего врача-онколога предоставить вам краткую информацию о лечении и план последующего наблюдения. Это называется «план обеспечения выживаемости пациента».

Ваш врач-онколог будет работать с вашим семейным врачом или врачом первичного звена здравоохранения, помогая справляться с побочными эффектами лечения и контролируя общее состояние здоровья. У вас будут регулярно проводить диагностические исследования, проверяя, не вернулся ли ваш рак и не появилась ли новая злокачественная опухоль в другой части тела.

После лечения вы можете столкнуться с изменениями в своем организме. Спросите у своего врача, чего следует ожидать и что можно сделать, чтобы решать вопросы, связанные с этими изменениями. И сообщайте ему, если у вас возникают какие-то проблемы.

У людей, которые перенесли рак кости, есть риск его возвращения или появления некоторых других типов рака. Даже если по окончании лечения вы чувствуете себя хорошо, важно спросить у своей команды онкологической помощи о графике регулярных диагностических исследований в период последующего наблюдения, призванных проверять, не вернулся ли ваш рак кости.

У некоторых людей рак может не уйти полностью. Они могут продолжать лечение, и диагностические исследования всё еще будут нужны, чтобы видеть, насколько оно эффективно.

Обязательно спросите:

- Где я смогу получить копии краткой информации о своем лечении и плана последующего наблюдения?
- Как часто мне нужно консультироваться со своей командой онкологической помощи?
- Когда и как я должен с ними связываться?
- Нужны ли мне будут диагностические исследования, чтобы увидеть, не вернулся ли рак, или проверять наличие проблем из-за лечения?
- Нужны ли мне какие-либо скрининговые исследования (вроде маммографии или колоноскопии) для раннего обнаружения других злокачественных опухолей?
- Есть ли какие-либо поздние или долгосрочные побочные эффекты лечения, которые я должен отслеживать?
- Где я смогу найти свою медицинскую документацию после лечения?



Для получения дополнительной информации и поддержки посетите веб-сайт American Cancer Society по адресу cancer.org/russian или позвоните нам по телефону **1-800-227-2345**. Мы здесь, когда нужны вам!



Остаться здоровым

Обязательно говорите своему врачу или команде онкологической помощи, если какие-либо побочные эффекты лечения не проходят или если появились какие-то новые симптомы.

Есть вещи, которые вы можете делать, чтобы сохранить своё здоровье во время и после лечения. Достижение и поддержание нормального веса, отказ от курения, хорошее питание, активный образ жизни и отказ от алкоголя могут помочь вам поддерживать своё здоровье. Эти вещи могут также помочь вам снизить риск развития нового рака.

Справиться со своими чувствами

Наличие рака кости может вас испугать, вызвать грусть или нервозность. Испытывать эти чувства — нормально; есть способы помочь вам справиться с ними.

- Не пытайтесь справляться со своими чувствами сами! Говорите о них, какими бы они ни были.
- Это нормально, если вы грустны или расстроены время от времени, но если вы испытываете эти чувства на протяжении нескольких дней и более, то дайте знать своей команде онкологической помощи.
- Если ваш врач говорит, что это нормально, продолжайте делать то, что вам нравится, например находиться на свежем воздухе, ходить в кино или на спортивные мероприятия, или же отправляться куда-нибудь пообедать.
- При решении таких задач, как приготовление пищи и уборка, прибегайте к посторонней помощи.

Возможно, вы захотите обратиться за помощью к друзьям, семье или же к религиозным деятелям или группам. Может также помочь консультирование. Некоторые люди считают полезным общение с теми, кто прошёл через то же самое. Это может предложить группа поддержки. Расскажите своей команде онкологической помощи о том, что вы чувствуете. Они могут помочь вам найти подходящую поддержку.

