



После постановки диагноза «анальный рак»



Анальный рак — это тип рака, который начинается в анусе. Анус («задний проход») — это отверстие, соединяющее кишечник с внешней средой. Если вам сказали, что у вас анальный рак, то вы, вероятно, уже проходили обследования, диагностическую визуализацию (например, КТ-сканирование), эндоскопию, а также делали биопсию (исследование, при котором берут некоторое количество тканей для проверки на рак). 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 анального рака, какова его стадия и какое лечение могло бы помочь.

Лечение анального рака

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

Есть много способов лечения анального рака. Наилучший подход нередко сочетает в себе два и более методов лечения.

В прошлом единственным способом лечения анального рака было хирургическое вмешательство, однако сейчас большинство случаев анального рака лечат, сочетая облучение и химиотерапию. Операция зачастую не нужна.

Может также использоваться иммунотерапия. Ваш врач поможет вам решить, какие средства лечения являются для вас наилучшими.

Если другие методы лечения не работают, может потребоваться хирургическое вмешательство для удаления ануса и анального сфинктера (кольцевидной мышцы, контролирующей опорожнение кишечника). После операции человеку понадобится стома. Стома — это отверстие в животе, позволяющее калу выходить из организма.

Обязательно спросите:

- Какой у меня тип анального рака?
- Какая у меня стадия анального рака, 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? Можно ли удалить всю эту злокачественную опухоль?
- Будет ли мне нужна стома?
- 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 в себя различных врачей, медсестёр и других медицинских работников (в зависимости от вида лечения, в котором вы нуждаетесь). Например, если вам необходимо облучение, то вы будете работать с онкологом-радиологом, чтобы узнать, чего ожидать до, во время и после лечения. Если вам нужны другие виды терапии, то ваша команда онкологической помощи объяснит вам, как эта терапия проводится, поможет к ней 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 анального рака будут одни и те же побочные эффекты. Например, побочные эффекты облучения отличаются от побочных эффектов химиотерапии, иммунотерапии и хирургического лечения. 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 эта терапия работает?
- Как часто я буду проходить лечение? Как долго оно будет длиться?
- Где я буду проходить лечение? Смогу ли я водить машину?
- Как это лечение затронет мою повседневную жизнь?
- Смогу ли я продолжать заниматься своими обычными делами, такими как работа и физическая активность?
- Затронет ли лечение мою сексуальную жизнь? Как именно и на какое время? Что я смогу делать, чтобы помочь с этим?
- 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. Обязательно спросите врача, чего вам ожидать, и сообщайте ему, если возникают какие-либо проблемы.

У людей, которые перенесли анальный рак, 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 анальный рак.

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. Снизить шансы возникновения нового анального рака, а также появления других злокачественных опухолей может отказ от курения. Достижение и поддержание нормального веса, хорошее питание, активный образ жизни, а также отказ от алкоголя тоже могут помочь вам поддерживать своё здоровье и снизить риск возникновения других злокачественных опухолей. Это также может снизить риск развития нового анального рака, однако необходимы дополнительные исследования.

Справиться со своими чувствами

Наличие анального рака 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.