



# Когда у вас диагностирован колоректальный рак

Если вам сказали, что у вас рак толстой или прямой кишки, также называемый колоректальным раком, то вы, вероятно, уже прошли колоноскопию, другие виды сканирования и биопсию (тест, при котором проводится забор образцов тканей для проверки на рак). Возможно, проводились другие анализы раковых клеток на наличие определенных белков и генных изменений. Возможно, вы проходили другие сканирования или процедуры, чтобы выяснить, не распространился ли рак. Эти тесты помогают врачу установить тип имеющегося у вас колоректального рака, в том числе, его локализацию - в толстой или в прямой кишке, его стадию и лечение, которое может вам помочь.

Существует много методов лечения колоректального рака, включая хирургическое вмешательство, облучение и лекарственные препараты, такие как химиотерапия, таргетная медикаментозная терапия или иммунотерапия. Часто требуется применение нескольких видов лечения. Лечение в основном зависит от типа, стадии и локализации имеющегося у вас колоректального рака. Выбор лечения также зависит от результатов тестирования раковых клеток, проблем со здоровьем, которые у вас могут быть и вашего личного выбора. Ваш доктор поможет вам решить, какие методы лечения подходят вам лучше всего.

## Обязательно спросите:

- Какой у меня тип колоректального рака?
- Какая у меня стадия колоректального рака и что это означает?
- Что еще вы узнали о моем колоректальном раке из результатов тестов?
- Понадобятся ли мне дополнительные тесты?
- Какие методы лечения, по-вашему, лучше всего подходят для лечения моего колоректального рака?
- Какие вероятные побочные эффекты лечения?

## Чего ожидать во время лечения

Бригада онкологической помощи объяснит вам план лечения. В эту бригаду могут входить разные врачи, медсестры и другие медицинские работники, в зависимости от нужного вам типа лечения.

Например, большинству людей с колоректальным раком требуется хирургическое вмешательство. Если вам потребуется операция, вы будете работать с хирургом и бригадой онкологической помощи, чтобы узнать, чего ждать до и после операции. Некоторым из перенесших операцию, потребуется наложение стомы (колостомы или илеостомы), если их толстая или тонкая кишка (кишечник) плохо работает после операции. Стома – это отверстие в брюшной полости, через которое кал выводится из организма. Некоторым людям нужна стома на несколько месяцев (временная), в то время как у других она остается на всю жизнь (постоянная). Если вам нужна стома, специально обученные медицинские работники научат вас ухаживать за ней. Они также помогут вам получить необходимые материалы.

Если вам требуются другие виды лечения, ваш врач или бригада онкологической помощи объяснит, как оно проводится, поможет вам

подготовиться к нему, будет отслеживать ваше самочувствие, и поможет вам справиться с любыми побочными эффектами. Вам также может понадобиться сдавать анализ крови, проходить рентген или сканирование в определенное время, для проверки эффективности лечения.

Не у всех, кто проходит лечение колоректального рака, будут одинаковые побочные эффекты. Например, побочные эффекты хирургического вмешательства отличаются от побочных эффектов химиотерапии, таргетной медикаментозной терапии, иммунотерапии или лучевой терапии. У людей, получающих одинаковое лечение, могут быть разные побочные эффекты.

### **Обязательно спросите:**

- Какие у меня имеются варианты лечения? Какой, по-вашему, для меня лучше и почему?
- Какова цель лечения?
- Какие у меня могут быть побочные эффекты и что я могу сделать в этом отношении?
- Изменится ли у меня работа кишечника в результате лечения?
- Потребуется ли мне колостома или илеостома и на какое время?
- Если мне понадобится стома, кто научит меня ухаживать за ней?
- Если колостома или илеостома у меня временная, когда она будет закрыта (удалена) и кто ее закроет?
- Как мы узнаем, эффективно ли лечение?
- Как часто я буду проходить лечение и как долго оно будет длиться?
- Куда я буду ездить на лечение, и смогу ли я ездить туда машиной самостоятельно?
- Смогу ли я продолжать заниматься своей обычной деятельностью, такой как работа, физические упражнения и половые отношения?

### **Чего ожидать после лечения**

После лечения бригада онкологической помощи поможет вам справиться с любыми побочными эффектами, которые у вас все еще могут быть. Вам также будут проводить регулярные тесты, чтобы проверить, нет ли у вас рецидива рака, или не появился ли у вас новый рак в другой части тела.

У некоторых людей рак может пройти не полностью. Они могут продолжать лечение, и все равно им понадобятся тесты, чтобы проверить эффективность лечения.

Обязательно сообщите своему врачу или кому-нибудь из бригады онкологической помощи о побочных эффектах, которые не проходят после лечения, или о каких-либо новых симптомах.

Вам также может быть сложно справиться с изменениями в организме после лечения. К примеру, у вас может измениться работа кишечника. Если у вас есть колостома или илеостома, узнайте, что вы можете сделать и как справляться с тем, что она у вас есть. Некоторые люди, перенесшие определенные виды операций по поводу колоректального рака, могут испытывать сексуальные проблемы. Поговорите с бригадой онкологической помощи о том, как справиться с любыми имеющимися у вас проблемами.

Даже если вы закончили курс лечения и чувствуете себя хорошо, важно узнать у бригады онкологической помощи регулярный график последующих анализов. Цель этих тестов – проверить, нет ли у вас новых полипов или рецидива колоректального рака.

### **Обязательно спросите:**

- Как часто мне нужно посещать бригаду онкологической помощи?
- Понадобятся ли мне тесты, чтобы проверить, нет ли у меня рецидива рака, или обследовать на наличие проблем, вызванных лечением?
- Нужны ли мне скрининговые тесты, такие как маммография, чтобы найти другие распространенные виды рака на ранней стадии?
- Нужен ли мне дальнейший план после лечения?
- Есть ли поздние или долгосрочные побочные эффекты лечения, которые мне надо отслеживать?
- Кто может помочь мне с вопросами по поводу стомы, если она у меня есть?
- Когда и как мне надо связываться с бригадой онкологической помощи?
- Где я могу найти свою медицинскую документацию после лечения?

## Поддержание здоровья

Вы можете многое сделать для поддержания здоровья во время и после лечения колоректального рака. Правильное питание, активность, поддержание здорового веса, отказ от курения и употребления алкоголя могут принести пользу. Кое-что из указанного также может помочь вам снизить риск возникновения нового колоректального рака или других видов рака.

Не забывайте проходить обследование на другие виды рака и продолжайте проверяться на наличие других проблем со здоровьем. Поговорите со своим врачом о плане скрининга и тестирования, который подходит именно вам.

## Как справляться со своими чувствами

Колоректальный рак может вызвать у вас страх, печаль или нервозность. Вам также может быть трудно справиться с изменениями в теле после лечения. Это нормальные чувства и есть способы помочь вам справиться с ними.

- Не пытайтесь справиться с этими чувствами самостоятельно. Говорите о своих чувствах, какими бы они ни были.
- Порой чувство грусти или подавленности – это нормально, но если эти чувства не проходят в течение нескольких дней, сообщите об этом своей бригаде онкологической помощи.
- Делайте то, что вам нравится, например, ходите в кино, на ужин в ресторан, проводите время на свежем воздухе или посещайте спортивные мероприятия, с разрешения врача.
- Обратитесь за помощью с выполнением таких задач, как приготовление еды и уборка.

Вы можете обратиться к друзьям, семье или религиозным лидерам или группам. Некоторым бывает полезно поговорить с теми, кто пережил то же самое. Это может предложить группа поддержки. Другим может помочь консультация. Расскажите бригаде онкологической помощи о том, что вы чувствуете. Они могут помочь вам найти нужную поддержку.

За получением информации о раке, ежедневной помощи и поддержке, позвоните в Американское онкологическое общество по телефону **1-800-227-2345** или посетите наш сайт в Интернете по адресу **cancer.org/coloncancer**.

Мы здесь, когда вы в нас нуждаетесь.



cancer.org | 1.800.227.2345

RUSSIAN  
©2022, American Cancer Society, Inc.  
No. 080816-Rev. 8/22

