После постановки диагноза «колоректальный рак»

Колоректальный рак начинается в толстой или прямой кишках, которые являются частью пищеварительной системы. В процессе пищеварения ваша толстая кишка всасывает воду и превращает непереваренную пищу в твёрдые отходы (кал). После этого кал накапливается в прямой кишке, пока не выйдет из организма во время опорожнения кишечника. Если вам уже сказали, что у вас колоректальный рак, то у вас, вероятно, уже проводили колоноскопию, другие сканирования и биопсию (исследование, при котором берут некоторое количество ткани и проверяют её на рак). Другие исследования могли быть проведены на раковых клетках для проверки их на определённые белки и изменения генов («биомаркеры»). У вас могли быть проведены и другие процедуры, для того чтобы выяснить, не распространился ли этот рак. Эти исследования помогают вашему врачу узнать, какой у вас тип колоректального рака, какова его стадия и какое лечение могло бы помочь.

Лечение колоректального рака

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

Для лечения большинства случаев колоректального рака используют хирургическое вмешательство. При этом удаляют злокачественную опухоль вместе с частью нормальной толстой или прямой кишки. Операция по удалению всей или части толстой кишки носит название «колэктомия», а операция по удалению всей прямой кишки — «проктэктомия».

Некоторым людям, перенесшим операцию, потребуется стома (колостома или илеостома), если после хирургического вмешательства их толстый или тонкий кишечник не работает должным образом. Стома — это отверстие в животе, позволяющее калу выходить из организма. Некоторым людям стома нужна на несколько месяцев (временная), тогда как у других она будет до конца жизни (постоянная).

Другие методы лечения могут включать лучевую терапию и лекарственные средства, такие как химиотерапия, медикаментозная терапия направленного действия («таргетная») и иммунотерапия. Во многих случаях нужно более одного вида терапии. Ваш врач поможет вам решить, какие средства лечения являются для вас лучшими.

Не забудьте спросить:

- Какова цель лечения?
- Какой у меня тип колоректального рака?
- Какова стадия моего колоректального рака, и что это значит? Какими были результаты биомаркерных исследований?
- Что еще вы узнали по результатам моих диагностических исследований? Понадобятся ли мне дополнительные диагностические исследования?
- Нужна ли мне будет операция? Можно ли эту злокачественную опухоль удалить полностью?
- Нужна ли мне будет стома? Как долго она мне будет нужна? Как я буду за ней ухаживать?
- Если моя стома временна, то когда она будет закрыта (удалена) и кто будет ее закрывать?
- Нуждаюсь ли я в генетическом анализе?

Чего ожидать до и во время лечения

Ваша команда онкологической помощи объяснит вам план лечения. Эта команда может включать различных врачей, медсестер и других медицинских работников (в зависимости от типа лечения, в котором вы нуждаетесь). Если вам нужна операция, вы будете работать со своим хирургом, чтобы знать, чего ожидать. Если вам нужны другие виды терапии, ваш врач или команда онкологической помощи объяснят вам, как эта терапия проводится, помогут к ней подготовиться, проследят за тем, как идут ваши дела, и помогут справиться с любыми побочными эффектами. Для того чтобы увидеть, насколько эффективно ваше лечение, в определенное время у вас могут также проводить диагностические исследования.

Не все проходящие лечение будут иметь одни и те же побочные эффекты. Например, побочные эффекты хирургического вмешательства отличаются от побочных эффектов химиотерапии, медикаментозной терапии направленного действия, иммунотерапии и лучевой терапии. И люди, получающие одно и то же лечение, могут иметь различные побочные эффекты.

Не забудьте спросить:

- Какие у меня есть варианты лечения? Что, по вашему мнению, лучше всего для меня, и почему?
- Есть ли клинические исследования для моего рака?
- Какие побочные эффекты могут быть у меня, и что я могу с ними сделать?
- Как мы узнаем, что эта терапия работает?
- Как часто я буду проходить лечение? Как долго оно будет длиться?
- Куда я буду ходить, чтобы проходить лечение? Смогу ли я водить машину?
- Смогу ли я продолжать заниматься своими обычными делами, такими как работа и физические упражнения?
- Затронет ли лечение мою сексуальную жизнь? Как и на какое время? Что я смогу сделать, чтобы помочь с этим?

Чего ожидать после лечения

После лечения попросите своего врача-онколога предоставить вам краткую информацию о лечении и план последующего наблюдения. Это носит название «план обеспечения выживаемости пациента». Ваш врач-онколог будет работать с вашим семейным врачом, помогая справляться с побочными эффектами лечения и контролировать 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.

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

После лечения вы можете столкнуться с изменениями в своем организме. Хирургическое вмешательство и другие виды лечения могут изменить работу вашего кишечника. У вас могут быть сексуальные проблемы. Спросите своего врача, чего вам ожидать, и сообщайте ему, если возникают какие-либо проблемы.

У людей, перенесших колоректальный рак, есть риск его повторения или появления некоторых других типов рака. Даже если после окончания лечения вы чувствуете себя хорошо, важно спросить у своей команды онкологической помощи о графике регулярных диагностических исследований последующего наблюдения, чтобы проверять, не вернулся ли ваш колоректальный рак.

Не забудьте спросить:

- Где я могу получить копию краткой информации о своем лечении и плана последующего наблюдения?
- Как часто мне нужно видеться со своей командой онкологической помощи?
- Когда и как я должен к ним обращаться?
- 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 (наподобие маммографии) для раннего обнаружения других злокачественных опухолей?
- Есть ли какие-либо поздние или долгосрочные побочные эффекты лечения, за которыми мне стоит следить?
- Если у меня есть стома, то кто сможет мне с ней помогать?
- Где я смогу найти свою медицинскую документацию?

Оставаться здоровым

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

Есть вещи, которые вы можете делать, чтобы сохранить свое здоровье во время и после лечения. Снизить вероятность появления у вас другой злокачественной опухоли может помочь отказ от курения. Достижение и поддержание нормального веса, хорошее питание, активный образ жизни и исключение алкоголя тоже могут помочь вам оставаться здоровым человеком и снизить риск появления нового колоректального рака или других злокачественных опухолей.

Справиться с чувствами

Наличие колоректального рака может сделать вас напуганным, грустным или нервным. Испытывать эти чувства — нормально; есть способы помочь вам с этим справиться.

- 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 дольше нескольких дней, то дайте знать своей команде онкологической помощи.
- Если ваш врач говорит, что всё в порядке, делайте то, что вам нравится, например проводите время на свежем воздухе, ходите в кино или на спортивные мероприятия, или же отправляйтесь куда-нибудь пообедать.
- При решении таких задач, как приготовление пищи или уборка, прибегайте к посторонней помощи.

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

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

American Cancer Society®

©2025, American Cancer Society, Inc.
No. RUS083310 Rev. 3/25

BBB ACCREDITED CHARITY bbb.org/charity