



После постановки диагноза «рак щитовидной железы»



Рак щитовидной железы — такой тип рака, который начинается в щитовидной железе. Щитовидная железа находится ниже выпуклости, которая носит название «адамово яблоко» («кадык»), на передней стороне шеи. Она производит гормоны, помогающие держать под контролем частоту сердечных сокращений, кровяное давление, температуру тела и его вес. Если вам сказали, что у вас рак щитовидной железы, то вы, вероятно, уже сдавали анализы крови, проходили сканирования и делали биопсию (исследование, при котором берут некоторое количество ткани и проверяют её на рак). Другие исследования могут проводить на раковых клетках, проверяя их на определённые белки и изменения генов, именуемые «биомаркерами». У вас могут быть и другие процедуры, для того чтобы выяснить, не распространился ли этот рак. Эти диагностические исследования помогают вашему врачу узнать, какой у вас тип рака щитовидной железы, какова его стадия и какое лечение могло бы помочь.

Лечение рака щитовидной железы

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

У большинства людей с раком щитовидной железы проводят тот или иной вид хирургического вмешательства. Операцию делают, чтобы удалить опухоль. Чаще всего речь идёт либо о части щитовидной железы, либо обо всей железе. Это называют «тиреоидэктомией». Иногда также удаляют лимфоузлы в области шеи.

Другим видом лечения для некоторых типов рака щитовидной железы является радиоiodтерапия. В число других методов лечения входят облучение, химиотерапия, направленная медикаментозная терапия и гормональная терапия. Иногда нужно более одного вида терапии. Ваш врач поможет вам решить, какие средства лечения являются для вас лучшими.

Не забудьте спросить:

- Какой у меня тип рака щитовидной железы?
- Какова стадия моего рака щитовидной железы, и что это значит?
- Понадобятся ли мне дополнительные диагностические исследования?
- Какое лечение, по вашему мнению, лучше всего для меня?
- Какова цель лечения?
- Потребуется ли мне операция? Может ли быть удалена вся опухоль?
- Будет удалена часть щитовидной железы или вся железа?
- Потребуется ли мне начать приём препаратов для щитовидной железы?

Чего ожидать до и во время лечения

Ваша команда онкологической помощи объяснит вам план лечения. Эта команда может включать в себя различных врачей, медсестер и других медицинских работников (в зависимости от типа лечения, в котором вы нуждаетесь). Например, если вам необходима операция, то вы будете работать с хирургом, чтобы узнать, чего ожидать до, во время и после хирургического вмешательства. 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 определенное время у вас могут также проводить диагностические исследования.

Не у всех проходящих через терапию по поводу рака щитовидной железы будут возникать одни и те же побочные эффекты. Например, у человека может быть хирургическое вмешательство. Побочные эффекты хирургического вмешательства отличаются от побочных эффектов облучения, химиотерапии или направленной медикаментозной терапии. И люди, получающие одно и то же лечение, могут иметь различные побочные эффекты.

Не забудьте спросить:

- 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? Сколько оно будет длиться?
- Где я буду проходить лечение? Смогу ли я водить машину?
- Смогу ли я продолжать заниматься своими обычными делами, такими как работа и физическая активность?
- Смогу ли я после лечения иметь детей?
- Есть ли какие-либо клинические исследования, которые бы мне подошли?

Чего ожидать после лечения

После лечения попросите у своего врача-онколога 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. Вы будете регулярно сдавать анализы крови, чтобы проверять состояние щитовидной железы. У вас будут также диагностические исследования, призванные выяснить, не вернулся ли ваш рак и не появился ли новый рак в другой части тела.

После лечения вы можете столкнуться с изменениями в своем организме. Если у вас проводится операция с целью удаления опухоли и щитовидной железы, то на шее будет рубец. Хирургическое вмешательство и другие виды лечения могут изменить работу вашей щитовидной железы. Это может различным образом повлиять на ваш организм. Обязательно спросите врача, чего вам ожидать, и сообщайте ему, если возникают какие-либо проблемы.

У людей, которые перенесли рак щитовидной железы, 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 щитовидной железы.

Многие виды рака щитовидной железы излечимы. Но у некоторых людей этот рак может не уйти полностью. Они могут продолжать лечение, и диагностические исследования всё еще будут нужны, чтобы видеть, насколько оно эффективно.

Не забудьте спросить:

- Где я смогу получить копию 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 препараты для щитовидной железы и на какое время?
- Нужны ли мне будут диагностические исследования, чтобы увидеть, не вернулся ли мой рак, или проверить 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, за которыми мне стоит следить?
- Где я смогу найти свою медицинскую документацию после лечения?



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!



Остаться здоровым

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

Есть вещи, которые вы можете делать, чтобы сохранить свое здоровье во время и после лечения. Важно следить за результатами анализов крови, которые показывают, как работает ваша щитовидная железа. Достижение и поддержание нормального веса, хорошее питание, активность, отказ от курения и алкоголя тоже могут помочь вам оставаться здоровым и снизить риск возникновения других злокачественных опухолей.

Некоторые заболевания, повышающие риск развития рака щитовидной железы, могут передаваться по наследству. Иногда проводят генетическое тестирование, чтобы узнать, есть ли у вас такой тип, который может передаваться по наследству. Поговорите со своей командой онкологической помощи, чтобы выяснить, подходит ли вам генетическое тестирование.

Справиться со своими чувствами

Наличие рака щитовидной железы может сделать вас напуганным, унылым или нервным. 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 всё в порядке, 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 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 поддержки. Расскажите своей команде онкологической помощи о том, что вы чувствуете. Они могут помочь вам найти подходящую поддержку.

