



После постановки диагноза «рак яичника»



Рак, начинающийся в яичнике, называется «раком яичника». Яичники представляют собой женские железы, в которых вырабатываются яйцеклетки и гормоны. Рак яичников может также начинаться в фаллопиевых трубах, которые соединяют яичники с маткой. Если вам уже сказали, что у вас рак яичника, 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 исследования помогают врачу узнать, какой у вас тип рака яичника, какова его стадия, и какое лечение могло бы помочь.

Лечение рака яичника

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

Для лечения большинства случаев рака яичника используется хирургическое вмешательство. Зачастую это включает в себя удаление яичников и матки. Хирургическое вмешательство с целью удаления яичников носит название «овариэктомия» (или «оофорэктомия»). Хирургическое вмешательство с целью удаления матки носит название «гистерэктомия».

Другое лечение рака яичника может включать в себя такие средства лечения, как химиотерапия, направленная медикаментозная терапия, гормональная терапия и облучение. Вам может понадобиться более одного вида лечения. Ваш врач поможет вам решить, какие средства лечения являются для вас лучшими.

Хирургическое вмешательство и некоторые другие методы лечения могут вызывать изменения в менструальном цикле. Менструации могут прекратиться (даже если менопауза у вас еще не наступила). Эти методы лечения могут также повлиять на вашу способность забеременеть, однако могут быть и способы это защитить. Важно поговорить со своим врачом заранее, еще до начала лечения. Он может помочь вам понять, чего ожидать.

Не забудьте спросить:

- Какой у меня тип рака яичника?
- Какова стадия моего рака яичника, и что это значит?
- Понадобятся ли мне дополнительные диагностические исследования?
- Какова цель лечения?
- Какое лечение, по вашему мнению, лучше всего для меня?
- Потребуется ли мне операция? Будут ли удалены мои яичники или матка?

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 нужна операция, то вы будете работать с хирургом. Он скажет вам, чего ожидать до, во время и после данного 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 справиться с любыми побочными эффектами. Для того чтобы увидеть, насколько эффективно ваше лечение, в определенное время у вас будут также проводить диагностические исследования.

Не у всех проходящих через терапию по поводу рака яичника будут возникать одни и те же побочные эффекты. Например, у человека может быть хирургическое вмешательство с целью удаления одного или обоих яичников (в зависимости от местонахождения злокачественной опухоли). Побочные эффекты такого хирургического вмешательства отличаются от побочных эффектов химиотерапии, направленной медикаментозной терапии или гормональной терапии. И люди, получающие одно и то же лечение, могут иметь различные побочные эффекты.

Не забудьте спросить:

- Какие побочные эффекты могут у меня быть, 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?
- Затронет ли лечение мою сексуальную жизнь? Если да, то как и на какое время? Что я смогу сделать, чтобы помочь с этим?
- 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. У вас будут регулярно проводить диагностические исследования, проверяя, не вернулся ли ваш рак или не появилась ли новая злокачественная опухоль в другой части тела.

После лечения вы можете столкнуться с изменениями в своем организме. Если до операции у вас были менструации, то после удаления матки они прекратятся. Ваша способность беременеть тоже изменится. Лечение может также сделать ваше влагалище сухим. Это может вызывать кровотечения или боль во время и после полового акта. Спросите у своего врача, чего вам ожидать, и сообщайте ему, если возникают какие-либо проблемы.

У людей, которые перенесли рак яичника, 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 яичника.

У некоторых людей 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 могу 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 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 здоровой

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. Достижение и поддержание нормального веса, хорошее питание, активность, а также отказ от алкоголя тоже могут помочь вам оставаться здоровой и снизить риск возникновения других злокачественных опухолей.

Рак яичника может 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 яичника может сделать вас напуганной, унылой или нервной. 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.