



Після постановки діагнозу «рак кістки»...



Рак кістки — це різновид раку, який починається в кістці. Якщо вам сказали, що у вас рак кістки, то ви, ймовірно, вже здавали аналізи крові, проходили сканування, а також робили рентгенівські знімки та біопсію (дослідження, під час якого беруть деяку кількість тканини для перевірки її на рак). Інші дослідження можуть проводити на ракових клітинах, перевіряючи їх на певні білки й зміни генів («біомаркери»). У вас також могли бути й інші процедури, щоб з'ясувати, чи не поширився цей рак. Ці дослідження допомагають вашому лікарю дізнатися, який у вас тип раку кістки, яку стадію він має та яке лікування могло б допомогти.

Лікування раку кістки

Ваше лікування залежатиме від типу й стадії раку кістки. Варіанти вашого лікування будуть також залежати від результатів досліджень на ракових клітинах, стану вашого здоров'я та ваших персональних уподобань.

Важливою складовою лікування більшості типів раку кісток є хірургічне втручання. Тип вашої операції залежатиме переважно від розташування та розмірів пухлини.

Усі операції з видалення злоякісної пухлини кістки є складними. Однак пухлини рук або ніг, як правило, видаляти не так складно, як пухлини в щелепній кістці, в основі черепа, хребті чи в тазовій кістці.

До інших методів лікування раку кістки можуть належати опромінення, хіміотерапія, цільова («таргетна») медикаментозна терапія та імунотерапія. У багатьох випадках потрібно більше одного виду терапії. Ваш лікар допоможе вам вирішити, які методи лікування підходять вам найкраще.

Обов'язково запитайте:

- Який у мене тип раку кістки?
- Де саме в моїй кістці знаходиться злоякісна пухлина?
- Яку стадію має цей рак кістки, та що це означає?
- Чи знадобляться мені додаткові діагностичні дослідження?
- Як ви вважаєте, яке лікування для мене найкраще?
- Яка мета лікування?
- Чи передбачатиме лікування хірургічні втручання?
- Чи знадобляться мені також інші види лікування?

Чого очікувати до та під час лікування

Ваша команда онкологічної допомоги пояснить вам план вашого лікування. До складу цієї команди можуть входити різні лікарі, медсестри та інші медичні працівники, залежно від типу лікування, якого ви потребуєте.

Якщо вам необхідна хірургічна операція, ви працюватимете з хірургом. Він розкаже, чого очікувати до, під час і після операції. Він також повідомить вам, чи знадобиться якась спеціальна терапія для відновлення після операції.

Якщо вам потрібні інші види лікування, ваша команда онкологічної допомоги пояснить, як це проводиться, допоможе вам до цього підготуватися, простежить за тим, як у вас йдуть справи та допоможе впоратися з будь-якими побічними ефектами. Щоб побачити, наскільки ефективне ваше лікування, в певний час у вас можуть також проводити аналізи крові, сканування чи інші діагностичні дослідження.

Не всі, хто проходить лікування раку кістки, матимуть однакові побічні ефекти. Наприклад, побічні ефекти хірургічного втручання відрізняються від побічних ефектів опромінення, хіміотерапії, імунотерапії чи таргетної терапії. А люди, які отримують однакове лікування, можуть мати різні побічні ефекти.

Обов'язково запитайте:

- Які побічні ефекти можуть бути у мене, та що я зможу з ними зробити?
- Як ми дізнаємося, що це лікування працює?
- Як часто я буду проходити лікування? Як довго воно триватиме?
- Куди я буду звертатися для отримання лікування? Чи зможу я вести машину?
- Чи зміниться після лікування моя зовнішність та функціонування організму?
- Як вплине лікування на моє повсякденне життя?
- Чи існують якісь клінічні дослідження, які можуть мені підійти?

Чого очікувати після лікування

Після лікування попросіть свого лікаря-онколога надати вам коротку інформацію про лікування та план подальшого спостереження. Це має назву «план забезпечення виживаності пацієнта».

Ваш лікар-онколог співпрацюватиме з вашим сімейним лікарем або лікарем первинної ланки, щоб допомагати впоратися з побічними ефектами лікування та перевіряти загальний стан вашого здоров'я. Ви будете регулярно проходити діагностичні дослідження, щоб перевіряти, чи не повернувся ваш рак, або чи не з'явилася нова злоякісна пухлина в іншій частині тіла.

Після лікування ви можете зіткнутися зі змінами у своєму організмі. Запитайте свого лікаря, чого слід очікувати та що можна робити, щоб впоратися з цими змінами. І повідомляйте його, якщо маєте якісь проблеми.

Люди, які мали рак кістки, мають ризик його повернення або появи деяких інших типів раку. Навіть якщо після закінчення лікування ви відчуваєтеся добре, важливо запитати свою команду онкологічної допомоги про графік регулярних діагностичних досліджень подальшого спостереження для перевірки, чи не повернувся ваш рак кістки.

У деяких людей рак може не зникнути повністю. Вони можуть продовжувати лікування, і діагностичні дослідження все ще будуть потрібні, щоб оцінювати його ефективність.

Обов'язково запитайте:

- Де я зможу отримати копії короткої інформації про своє лікування та плану подальшого спостереження?
- Як часто мені потрібно консультуватися зі своєю командою онкологічної допомоги?
- Коли та як мені з ними зв'язуватися?
- Чи потрібні мені будуть діагностичні дослідження, щоб побачити, чи не повернувся мій рак, або перевірити наявність проблем через лікування?
- Чи потрібні мені якісь скринінгові дослідження (на кшталт мамографії або колоноскопії) для виявлення інших злоякісних пухлин на ранній стадії?
- Чи є якісь пізні або довгострокові побічні ефекти лікування, на які мені слід звертати увагу?
- Де я зможу знайти свою медичну документацію після лікування?



Для отримання додаткової інформації та підтримки відвідайте веб-сайт American Cancer Society за адресою cancer.org/ukrainian або зателефонуйте нам за номером **1-800-227-2345**. Ми тут, коли ми вам потрібні!



Залишатися здоровим...

Обов'язково повідомте свого лікаря або команду онкологічної допомоги, якщо які-небудь побічні ефекти лікування не зникають або якщо з'явилися якісь нові симптоми!

Є речі, які ви можете робити, щоб зберегти своє здоров'я під час і після лікування. Досягнення та підтримання нормальної ваги, відмова від куріння, добре харчування, активний спосіб життя та уникання алкоголю можуть допомогти вам зберегти здоров'я. Ці речі можуть також допомогти вам знизити ризик розвитку нової злоякісної пухлини.

Впоратися зі своїми почуттями...

Наявність раку кістки може вас налякати, викликати смуток або нервозність. Мати такі почуття — нормально; є способи допомогти вам з ними впоратися.

- Не намагайтеся впоратися зі своїми почуттями самостійно! Говоріть про них, якими б вони не були.
- Відчувати смуток або пригніченість час від часу — це нормально, але якщо ви відчуваєте їх довше кількох днів, повідомте своїй команді онкологічної допомоги.
- Якщо ваш лікар каже, що це нормально, продовжуйте робити те, що вам подобається, наприклад, перебувати на свіжому повітрі, ходити в кіно чи на спортивні заходи, або ж вирушати кудись пообідати.
- Для виконання таких завдань, як приготування їжі та прибирання, звертайтеся по допомогу.

Можливо, ви захочете звернутися по допомогу до друзів, сім'ї або ж до релігійних діячів чи груп. Може також допомогти консультування. Деякі люди вважають корисним поспілкуватися з тими, хто пройшов через те ж саме. Це може запропонувати група підтримки. Розкажіть своїй команді онкологічної допомоги про те, що ви відчуваєте. Вони можуть допомогти вам знайти потрібну підтримку.