



# Після постановки діагнозу «рак молочної залози у чоловіків»



Рак молочної залози — це різновид раку, який починається в молочній залозі. Молочна залоза — орган, що лежить поверх верхніх ребер і грудних м'язів. Якщо вам сказали, що у вас рак молочної залози, то ви, ймовірно, вже проходили мамографію, інші сканування та робили 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 молочної залози, яку стадію він має та яке лікування могло б допомогти.

## Лікування раку молочної залози

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

Основним методом лікування більшості типів раку молочної залози є хірургічна операція. У більшості чоловіків із раком молочної залози проводять мастектомію, під час якої видаляють усю тканину молочної залози з ураженої раком сторони.

Деяким чоловікам може бути проведена лампектомія. Під час цієї операції видаляють лише пухлину та невелику ділянку навколо неї. Це роблять набагато рідше, тому що у більшості чоловіків мало тканини молочної залози.

Інше лікування може включати опромінення та методи застосування лікарських препаратів, такі як хіміотерапія, гормональна терапія, 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 молочної залози?
- Де саме в моїй молочній залозі знаходиться ця злаякісна пухлина?
- Яку стадію має цей рак молочної залози, та що це означає?
- Якими були результати біомаркерних досліджень?
- Чи знадобляться мені додаткові діагностичні дослідження?
- Як ви вважаєте, яке лікування для мене найкраще?
- Яка мета лікування?
- Чи передбачатиме лікування хірургічні втручання? Чи можна видалити цю злаякісну пухлину повністю?
- Чи знадобляться мені також інші види лікування?
- Чи потрібен мені генетичний аналіз?

## 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. Наприклад, якщо вам необхідна хірургічна операція, ви працюватимете з хірургом. Він розкаже, чого очікувати до, під час і 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 молочної залози, матимуть однакові побічні ефекти. Наприклад, побічні ефекти хірургічного втручання відрізняються від побічних ефектів хіміотерапії, гормональної терапії, таргетної терапії, імунотерапії чи опромінення. 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?
- Чи вплине лікування на моє сексуальне життя? Якщо так, то як саме та на який час? Що я зможу зробити, аби допомогти з цим?
- Як лікування вплине 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. Обов'язково запитайте лікаря, чого вам очікувати, та дайте йому знати у разі виникнення якихось проблем.

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

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 консультиватися 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 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](https://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. Знизити шанси розвитку у вас раку молочної залози може допомогти відмова від куріння. Досягнення і підтримання нормальної ваги, добре харчування, пиття достатньої кількості рідини, активний спосіб життя та уникання алкоголю також можуть допомогти вам зберегти здоров'я. Ці речі можуть допомогти вам знизити ризик виникнення нового раку молочної залози чи інших злоякісних пухлин.

## Впоратися зі своїми почуттями...

Наявність раку молочної залози 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 консультивання. 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.

