



Після постановки діагнозу «анальний рак»...



Анальний рак — це різновид раку, який починається в анусі. Анус (задній прохід) — це отвір, що з'єднує кишечник із зовнішнім середовищем. Якщо вам сказали, що у вас анальний рак, то ви, ймовірно, вже проходили обстеження, візуалізаційні дослідження (на кшталт КТ-сканування), ендоскопію та робили біопсію (дослідження, під час якого беруть деяку кількість тканини та перевіряють її на рак). 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 анального раку, яку стадію він має та яке лікування могло б допомогти.

Лікування анального раку

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

Є багато способів лікування анального раку. Часто найкращий підхід об'єднує два або більше методів лікування.

Раніше єдиним способом лікування анального раку було хірургічне втручання, але зараз більшість випадків цього раку лікують за допомогою комбінації опромінення та хіміотерапії. Хірургічна операція часто не потрібна.

Може також застосовуватися імунотерапія. Ваш лікар допоможе вам вирішити, які методи лікування є для вас найкращими.

Якщо інші методи лікування не працюють, може знадобитися хірургічне втручання для видалення ануса та анального сфінктера (кільцеподібного м'яза, що контролює випорожнення кишечника). Після операції людині знадобиться стома. Стома — це отвір у животі, що дає змогу калу виходити з організму.

Обов'язково запитайте:

- Який у мене тип анального раку?
- Яку стадію має цей рак, та що це означає?
- Чи знадобляться мені додаткові діагностичні дослідження?
- Як ви вважаєте, яке лікування для мене найкраще?
- Яка мета лікування?
- Чи включатиме лікування хірургічне втручання? Чи можна видалити всю цю злякаєсну пухлину?
- Чи знадобиться мені стома?
- 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. Наприклад, якщо вам необхідне опромінення, то ви працюватимете з онкологом-радіологом, щоб дізнатися, чого очікувати до, під час і після терапії. 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 ефективно ваше лікування, в певний час у вас можуть також проводити аналізи крові, сканування чи інші діагностичні дослідження.

Не всі, хто проходить лікування анального раку, матимуть однакові побічні ефекти. Наприклад, побічні ефекти опромінення відрізняються від побічних ефектів хіміотерапії, імунотерапії та хірургічного втручання. 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 лікування працює?
- Як часто я буду проходити лікування? Як довго воно триватиме?
- Куди я буду звертатися для отримання лікування? Чи зможу я вести машину?
- Як лікування вплине на моє повсякденне життя?
- Чи зможу я продовжувати займатися своїми звичайними справами, такими як робота й фізичні вправи?
- Чи вплине лікування на моє сексуальне життя? Як саме й на який час? Що я зможу зробити, аби допомогти з цим?
- 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 допомогти впоратися з побічними ефектами лікування та перевірити 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 анальний рак, мають ризик виникнення його знову 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 анальний рак.

У деяких людей рак може не зникнути повністю. Вони можуть продовжувати лікування, і діагностичні дослідження все ще будуть потрібні, щоб бачити, наскільки воно ефективне.

Обов'язково запитайте:

- Де я можу отримати копію 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 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. Відмова від куріння може допомогти вам знизити ймовірність розвитку нового анального раку, а також інших злоякісних пухлин. Досягнення та підтримання нормальної ваги, добре харчування, активний спосіб життя, а також відмова від алкоголю також можуть допомогти вам зберегти здоров'я та знизити ризик виникнення інших злоякісних пухлин. Це також може знизити ризик розвитку нового анального раку, однак необхідні додаткові дослідження.

Впоратися зі своїми почуттями...

Наявність анального раку 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.