



Після постановки діагнозу «рак тіла матки»



Рак тіла матки (рак ендометрія) — це тип раку, який починається в слизовій оболонці матки («ендометрії»). Ви можете почути, що його називають просто «рак матки». Якщо вам уже сказали, що у вас рак тіла матки, то ви, ймовірно, вже проходили обстеження й сканування, та робили біопсію ендометрія (дослідження, під час якого беруть деяку кількість тканини зі слизової оболонки матки та перевіряють на рак). Інші дослідження можуть проводити на ракових клітинах, перевіряючи їх на певні білки й зміни генів («біомаркери»). У вас можуть також бути інші процедури, щоб з'ясувати, чи поширився цей рак. Ці дослідження допомагають вашому лікарю дізнатися, який у вас тип раку тіла матки, яку стадію він має та яке лікування могло б допомогти.

Лікування раку тіла матки

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

Основним методом лікування більшості типів раку тіла матки є хірургічна операція. Це часто включає видалення матки. Операція з видалення матки називається «гістеректомія». Можуть також бути видалені інші органи, наприклад яєчники.

Інше лікування може включати опромінення, гормональну терапію та лікарські засоби, такі як хіміотерапія, цільова («таргетна») медикаментозна терапія або імунотерапія. У деяких випадках потрібно більше одного виду терапії. Ваш лікар допоможе вам вирішити, які методи лікування найкраще підходять саме вам.

Хірургічне втручання та деякі інші види лікування можуть спричинити зміни в менструальному циклі. Менструації можуть припинитися (навіть якщо менопауза у вас ще не настала). Ці методи лікування можуть також вплинути на вашу здатність завагітніти, проте можуть бути й способи її захистити. Важливо поговорити зі своїм лікарем завчасно, до початку лікування. Він може допомогти вам зрозуміти, чого очікувати.

Обов'язково запитайте:

- Яка мета лікування?
- Який у мене тип раку тіла матки?
- Яку стадію має мій рак тіла матки та що це означає?
- Що ще ви дізналися з результатів моїх діагностичних досліджень?
- Чи знадобляться мені додаткові діагностичні дослідження?
- Чи знадобиться мені операція? Чи буде видалена моя матка?

Чого очікувати до та під час лікування

Ваша команда онкологічної допомоги пояснить 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 променева терапія, то ви працюватимете з онкологом-радіологом. Він розкаже, чого очікувати до, під час і після променевої 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. Для того щоб побачити, наскільки ефективне ваше лікування, в певний час у вас можуть проводити аналізи крові, а також сканування та інші діагностичні дослідження.

Не всі, хто проходить лікування раку тіла матки, мають однакові побічні ефекти. Наприклад, побічні ефекти видалення матки відрізняються від побічних ефектів хіміотерапії, цільової медикаментозної терапії, імунотерапії та опромінення. І люди, які отримують однакове лікування, можуть мати різні побічні ефекти.

Обов'язково запитайте:

- Чи потрібне мені інше лікування, ніж операція? Як ви вважаєте, що для мене найкраще, та чому?
- Чи є якісь клінічні дослідження для мого типу раку?
- Які побічні ефекти можуть бути у мене, і що я можу з ними зробити?
- Як ми дізнаємося, що лікування працює?
- Як часто я буду проходити лікування? Як довго воно триватиме?
- Куди мені треба буде звертатися для лікування? Чи зможу я сама вести машину?
- Чи зможу я продовжувати займатися своїми звичайними справами, такими як робота і фізичні вправи?
- Чи зможу я мати дітей після лікування?
- Чи вплине лікування на моє сексуальне життя? Якщо так, то як саме та на який час? Що я зможу зробити, аби допомогти з цим?

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 вашою сім'єю або лікарем первинної ланки, щоб допомагати впоратися з побічними ефектами лікування та перевіряти загальний стан вашого здоров'я. Ви будете регулярно проходити діагностичні дослідження та обстеження органів малого таза, щоб перевіряти, чи не повернувся ваш рак або чи не з'явилася нова злоякісна пухлина в іншій частині тіла.

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

Після лікування ви можете зіткнутися зі змінами у своєму організмі. Якщо до операції у вас були менструації, то після видалення матки вони припиняться. Ваша здатність вагітніти теж зміниться. Лікування може також призвести до сухості піхви. Це може спричиняти кровотечі або біль під час або після статевого акту. Запитайте свого лікаря, чого очікувати, та дайте йому знати у разі виникнення якихось проблем.

Люди, які мали рак тіла матки, 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 з метою перевірки, чи не повернувся ваш рак тіла матки.

Обов'язково запитайте:

- Де я можу отримати копії короткої інформації про своє лікування та плану подальшого спостереження?
- Як часто мені потрібно бачитися зі своєю командою онкологічної допомоги?
- Коли та як мені з ними зв'язуватися?
- Чи потрібні мені будуть діагностичні дослідження, щоб побачити, чи не повернувся рак, або перевірити наявність проблем через лікування?
- Чи потрібні мені якісь скринінгові дослідження (на кшталт мамографії або колоноскопії) для виявлення інших видів раку на ранній стадії?
- Чи існують якісь пізні або довгострокові побічні ефекти лікування, за якими мені варто стежити?
- Де я зможу знайти свою медичну документацію після лікування?



Для отримання додаткової інформації та підтримки, відвідайте веб-сайт Американського онкологічного товариства 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 з'явилися нові симптоми!

Є речі, які ви можете робити, щоб зберегти своє здоров'я під час і після лікування. Зменшити ймовірність розвитку у вас раку тіла матки може допомогти відмова від куріння. Досягнення й підтримання нормальної ваги, добре харчування та активність також можуть допомогти вам залишатися здоровими та знизити ризик виникнення нового раку тіла матки або інших видів раку.

Як розбиратися зі своїми почуттями

Рак тіла матки може зробити вас наляканими, сумними чи нервозними. Мати такі почуття — нормально; є способи допомогти вам впоратися з ними.

- Не намагайтеся впоратися зі своїми почуттями самотійно! 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 дозволяє, продовжуйте робити те, що вам подобається, наприклад проводити час на свіжому повітрі, ходити в кіно, на спортивні заходи чи просто повечеряти.
- Для виконання таких завдань, як приготування їжі та прибирання, звертайтеся по допомогу.

Можливо, ви захочете звернутися до друзів, сім'ї, релігійних лідерів чи груп. Консультування також може допомогти. Деякі люди вважають корисним поспілкуватися з тими, хто пройшов через те ж саме. Це може запропонувати група взаємодопомоги. Розкажіть своїй команді онкологічної допомоги, як себе відчуваєте. Вони допоможуть вам знайти потрібну підтримку.