



Після постановки діагнозу «рак шлунка»



Рак шлунка — це тип раку, який починається в шлунку. Шлунок знаходиться у ділянці живота та є місцем, куди потрапляє їжа після її ковтання. Шлунок перетравлює їжу, всмоктує поживні речовини й відправляє невикористані залишки до кишечника. Якщо вам уже сказали, що у вас рак шлунка, то ви, ймовірно, вже проходили діагностичні дослідження та сканування, робили рентгенівські знімки та біопсію (дослідження, під час якого беруть деяку кількість тканини та перевіряють її на рак). Інші дослідження можуть проводити на ракових клітинах, перевіряючи їх на певні білки й зміни генів («біомаркери»). У вас також можуть бути інші процедури, щоб з'ясувати, чи не поширився цей рак. Ці дослідження допомагають вашому лікарю дізнатися, який у вас тип раку шлунка, яку стадію він має та яке лікування могло б допомогти.

Лікування раку шлунка

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

Частиною лікування раку шлунка часто є хірургічне втручання. Буде у вас операція чи ні – залежить від розміру злоякісної пухлини та її місцезнаходження в шлунку. Це може бути проведено для видалення пухлини та частини або всього шлунка. Така операція має назву «гастректомія». Можуть також бути видалені сусідні лімфатичні вузли.

Якщо видалити злоякісну пухлину неможливо, може бути проведена операція, яка допоможе запобігти або зменшити симптоми.

Інше лікування раку шлунка може включати лікарські засоби (такі, як хіміотерапія), опромінення, цільову («таргетну») медикаментозну терапію або імунотерапію. Часто потрібно більше одного виду терапії. Кілька засобів лікування можуть використовуватися для запобігання або зменшення симптомів раку шлунка. Іноді їх застосовують разом з іншими лікувальними засобами. Ваш лікар допоможе вам вирішити, які засоби лікування є для вас найкращими.

Обов'язково запитайте:

- Який у мене тип раку шлунка?
- Де в моєму шлунку знаходиться злоякісна пухлина?
- Яку стадію має цей рак шлунка, та що це означає?
- Чи знадобляться мені додаткові діагностичні дослідження?
- Як ви вважаєте, яке лікування для мене найкраще?
- Яка мета лікування?
- Чи включатиме лікування операцію? Чи може бути видалена вся пухлина?
- Чи потрібно видаляти мій шлунок? Якщо так, то наскільки велику його частину?
- Чи зможу я нормально харчуватися після операції? Якщо ні, то що можна зробити, щоб допомогти з цим?
- Чи знадобляться мені також інші види лікування?

Чого очікувати до та під час лікування

Ваша команда онкологічної допомоги пояснить вам план лікування. До складу цієї команди можуть входити різні лікарі, медсестри та інші медичні працівники, залежно від типу лікування, якого ви потребуєте. Наприклад, якщо вам потрібна операція, ваша команда допомоги повідомить вам наскільки велику частину шлунка буде видалено, чого очікувати після операції та чи може змінитися те, як ви харчуєтеся. 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 або інші діагностичні дослідження.

Не всі, хто проходить лікування раку шлунка, матимуть однакові побічні ефекти. Наприклад, у людини може бути хірургічна операція з метою видалення злоякісної пухлини. Побічні ефекти операції відрізняються від побічних ефектів хіміотерапії, опромінення або цільової медикаментозної терапії. І люди, які отримують однакове лікування, можуть мати різні побічні ефекти.

Рак шлунка (та його лікування) часто може призводити до проблем з харчуванням та отриманням достатньої кількості поживних речовин. Деяким людям може знадобитися трубка для штучного годування. Вона може бути потрібна на короткий або довгий час.

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 зможу я продовжувати займатися своїми звичайними справами, такими як робота й фізичні вправи?
- Якщо мені знадобиться трубка для штучного годування, то як довго вона мені буде потрібна?
- Чи є якась певна дієта, якої я повинен дотримуватися?
- 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 охорони здоров'я, 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. Хірургічне втручання та інші методи лікування можуть змінити роботу вашого шлунка. Це може змінити те, як і що ви їсте та п'єте. Обов'язково запитайте лікаря, чого вам очікувати, та дайте йому знати у разі виникнення якихось проблем.

Люди, які мали рак шлунка, 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 шлунка.

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 зможу отримати копію 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 потрібна мені спеціальна дієта після закінчення лікування?
- Чи потрібні мені якісь скринінгові дослідження (на кшталт мамографії або колоноскопії) для виявлення інших злоякісних пухлин 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?

Залишатися здоровим

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

Є речі, які ви можете робити, щоб зберегти своє здоров'я під час і після лікування. Відмова від куріння і від вживання алкоголю — це шляхи, що сприяють зниженню ваших шансів на погіршення або повернення раку шлунка. Багато людей з раком шлунка до кінця життя мають проблеми з прийомом їжі та її засвоєнням. Можливо, вам доведеться дотримуватися спеціальної дієти або використовувати трубку для штучного годування. Ви можете консультуватися зі своєю командою медичної допомоги, щоб знати, як найкраще отримувати необхідні поживні речовини. Підтримання нормальної ваги, споживання здорової їжі та активність також можуть допомогти вам залишатися здоровим і знизити ризик виникнення інших злоякісних пухлин.

Деякі захворювання, що підвищують ризик розвитку раку шлунка, можуть передаватися у спадок. Іноді проводять генетичне тестування, щоб з'ясувати, чи є у вас такий тип, який може передаватися у спадок. Поговоріть зі своєю командою онкологічної допомоги, щоб дізнатися, чи підходить вам генетичне тестування.



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! когда нужны вам!

Як розбиратися зі своїми почуттями

Рак шлунка може зробити вас наляканим, сумним або нервозним. 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 дозволяє, продовжуйте робити те, що вам подобається, наприклад проводити час на свіжому повітрі, ходити в кіно, на спортивні заходи чи просто по вечеряти.
- Для виконання таких завдань, як приготування їжі та прибирання, звертайтеся по допомогу.

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