



Після постановки діагнозу «рак щитоподібної залози»



Рак щитоподібної залози — це тип раку, який починається в щитоподібній залозі. Щитоподібна залоза знаходиться нижче опуклості, яку називають «адамовим яблуком» (або «кадиком»), на передній стороні шиї. Вона виробляє гормони, які допомагають тримати під контролем частоту серцевих скорочень, кров'яний тиск, температуру тіла та його вагу. Якщо вам сказали, що у вас рак щитоподібної залози, ви, ймовірно, вже здавали аналізи крові, проходили сканування та робили 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 поширився цей рак. Ці дослідження допомагають вашому лікарю дізнатися, який у вас тип раку щитоподібної залози, яку стадію він має та яке лікування могло б допомогти.

Лікування раку щитоподібної залози

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

Більшості людей з раком щитоподібної залози проводять певний вид хірургічного втручання. Операцію проводять для видалення пухлини. Найчастіше це частина або вся щитоподібна залоза. Це називається «тиреоїдектомія». Іноді також видаляють лімфатичні вузли у ділянці шиї.

Іншим методом лікування деяких видів раку щитоподібної залози є терапія радіоактивним йодом. Інші методи лікування можуть включати опромінення, хіміотерапію, цільову медикаментозну терапію та гормональну терапію. Іноді потрібно більше одного виду терапії. Ваш лікар допоможе вам вирішити, які засоби лікування є для вас найкращими.

Обов'язково запитайте:

- Який у мене тип раку щитоподібної залози?
- Яку стадію має цей рак щитоподібної залози, та що це означає?
- Чи знадобляться мені додаткові діагностичні дослідження?
- Як ви вважаєте, яке лікування для мене найкраще?
- Яка мета лікування?
- Чи знадобиться мені хірургічна операція? Чи може бути видалена вся пухлина?
- Буде видалена частина або вся щитоподібна залоза?
- Чи потрібно буде почати прийом ліків для щитоподібної залози?

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, ви будете працювати з хірургом, щоб дізнатися, 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. Для того щоб побачити, наскільки ефективне ваше лікування, в певний час у вас можуть також проводити діагностичні дослідження.

Не всі, хто проходить лікування раку щитоподібної залози, матимуть однакові побічні ефекти. Наприклад, у людини може бути хірургічна операція. Побічні ефекти операції відрізняються від побічних ефектів опромінення, хіміотерапії або цільової медикаментозної терапії. І 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 зможу я продовжувати займатися своїми звичайними справами, такими як робота й фізичні вправи?
- Чи зможу я мати дітей після лікування?
- 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 здавати аналізи крові для перевірки стану щитоподібної залози. У вас також будуть 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. Якщо вам зроблять операцію з видалення пухлини та щитоподібної залози, у вас залишиться шрам на шиї. Хірургічне втручання та інші методи лікування можуть змінити роботу вашої щитоподібної залози. Це може по-різному вплинути на ваш організм. Обов'язково запитайте лікаря, чого вам очікувати, та дайте йому знати у разі виникнення якихось проблем.

Люди, які мали рак щитоподібної залози, 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 рак щитоподібної залози.

Багато злоякісних пухлин щитоподібної залози можна вилікувати. Але у деяких людей цей 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 ліки для щитоподібної залози та як довго?
- 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 маммографії 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?



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!



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. Важливо регулярно робити аналізи крові, які показують, як працює ваша щитоподібна залоза. Досягнення й підтримання нормальної ваги, добре харчування, активність, відмова від куріння та уникання алкоголю також можуть допомогти вам залишатися здоровим і знизити ризик виникнення інших злоякісних пухлин.

Деякі захворювання, що підвищують ризик розвитку раку щитоподібної залози, 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.

Як розбиратися зі своїми почуттями

Рак щитоподібної залози може зробити вас наляканим, сумним або нервовим. 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.

