



Після постановки діагнозу «рак яєчника»



Рак, який починається в яєчнику, має назву «рак яєчника». Яєчники — це залози, що знаходяться у жінок і виробляють яйцеклітини та гормони. Рак яєчника може також починатися в фаллопієвих трубах, які з'єднують яєчники з маткою. Якщо вам сказали, що у вас рак яєчника, ви, ймовірно, вже здавали аналізи крові, проходили 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 можуть бути інші процедури, щоб з'ясувати, чи не поширився цей рак. Ці дослідження допомагають вашому лікарю дізнатися, який у вас тип раку яєчника, яку стадію він має та яке лікування могло б допомогти.

Лікування раку яєчника

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

Для лікування більшості випадків раку яєчника використовують хірургічне втручання. Це часто включає видалення яєчників і матки. Операція з видалення яєчників називається «оварієктомія». Операція з видалення матки має назву «гістеректомія».

Інше лікування раку яєчника може включати лікарські засоби (такі, як хіміотерапія), цільову («таргетну») медикаментозну терапію, гормональну терапію та опромінення. Вам може знадобитися більше одного виду лікування. Ваш лікар допоможе вам вирішити, які засоби лікування є для вас найкращими.

Хірургічне втручання та деякі інші види лікування можуть спричинити зміни в менструальному циклі. Ваші місячні можуть припинитися (навіть якщо ви ще не вступили в менопаузу). 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:

- Який у мене тип раку яєчника?
- Яку стадію має цей рак яєчника, та що це означає?
- Чи знадобляться мені додаткові діагностичні дослідження?
- Яка мета лікування?
- Як ви вважаєте, яке лікування для мене найкраще?
- Чи знадобиться мені хірургічна операція? Чи будуть видалені мої яєчники або матка?

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 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. Для того щоб побачити, наскільки ефективне ваше лікування, в певний час у вас також проведуть діагностичні дослідження.

Не всі, хто проходить лікування раку яєчника, матимуть однакові побічні ефекти. Наприклад, у людини може бути хірургічна операція з видалення одного або обох яєчників (залежно від того, де знаходиться злоякісна пухлина). Побічні ефекти цієї операції відрізняються від побічних ефектів хіміотерапії, цільової медикаментозної терапії або гормональної 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 лікування працює?
- Як часто я буду проходити лікування? Як довго воно триватиме?
- Де я буду отримувати лікування? Чи зможу я вести машину?
- Чи зможу я продовжувати займатися своїми звичайними справами, такими як робота й фізичні справи?
- 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?
- 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. Якщо до операції у вас були менструації, то після видалення матки вони припиняться. Ваша здатність вагітності 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 яєчника, мають ризик виникнення його знову або появи деяких інших типів раку. Навіть якщо після закінчення лікування ви почуваєтеся добре, важливо запитати свою команду онкологічної допомоги про графік регулярних діагностичних досліджень подальшого спостереження для перевірки, чи не повернувся ваш рак яєчника.

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 консулюватися 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 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 здоровою

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. Досягнення і підтримання нормальної ваги, добре харчування, активність та уникання алкоголю також можуть допомогти вам залишатися здоровою й знизити ризик виникнення інших злоякісних пухлин.

Рак яєчника може 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 яєчника може зробити вас наляканою, сумною або нервовою. 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 почуваєте. Вони можуть допомогти вам знайти потрібну підтримку.