



# Когда у вас диагностирован рак легких

Если вам сказали, что у вас рак легких, то вы, вероятно, уже прошли рентген, сканирование и биопсию (тест, при котором проводится забор образцов тканей для проверки на рак). Возможно, проводились другие анализы раковых клеток на наличие определенных белков и генных изменений. Возможно, вы проходили другие сканирования или процедуры, чтобы выяснить, не распространился ли рак. Эти анализы помогают врачу установить, какой у вас тип рака легких, его стадию и лечение, которое может вам помочь.

Существует много методов лечения рака легких, включая хирургическое вмешательство, облучение и лекарственные препараты, такие как химиотерапия, таргетная медикаментозная терапия или иммунотерапия. Часто требуется применение нескольких видов лечения. Лечение в основном зависит от типа и стадии рака легких. Выбор лечения также зависит от результатов тестирования раковых клеток, проблем со здоровьем, которые у вас могут быть, и вашего личного выбора. Ваш доктор поможет вам решить, какие методы лечения подходят вам лучше всего.

## Обязательно спросите:

- Какой у меня тип рака легких?
- Какая у меня стадия рака легких и что это означает?
- Что еще вы узнали о моем раке легких из результатов тестов?
- Понадобятся ли мне дополнительные тесты?
- Какие методы лечения, по вашему мнению, лучше всего подходят для лечения моего рака легких?
- Какие вероятные побочные эффекты лечения?

## Чего ожидать во время лечения

Бригада онкологической помощи объяснит вам план лечения. В эту бригаду могут входить разные врачи, медсестры и другие медицинские работники, в зависимости от нужного вам типа лечения. Например, если вам нужна лучевая терапия, вы будете работать с онкологом-радиологом, чтобы узнать, чего ждать до, во время и после лучевой терапии. Если вам необходимы другие виды лечения, ваш врач или

бригада онкологической помощи объяснит, как оно проводится, поможет вам подготовиться к нему, будет отслеживать ваше самочувствие и поможет вам справиться с любыми побочными эффектами. Вам также может понадобиться сдавать анализ крови, проходить рентген или сканирование в определенное время, чтобы проверить эффективность лечения.

Не у всех, кто проходит лечение рака легких, будут одинаковые побочные эффекты. Например, побочные эффекты хирургического вмешательства отличаются от побочных эффектов химиотерапии, таргетной медикаментозной терапии, иммунотерапии или лучевой терапии. У людей, получающих одинаковое лечение, могут быть разные побочные эффекты.

## Обязательно спросите:

- Какие у меня имеются варианты лечения? Какой, по-вашему, для меня лучше и почему?
- Какова цель лечения?
- Какие у меня могут быть побочные эффекты и что я могу сделать в этом отношении?
- Как мы узнаем, эффективно ли лечение?
- Как часто я буду проходить лечение и как долго оно будет длиться?
- Куда я буду ездить на лечение, и смогу ли я ездить туда машиной самостоятельно?
- Смогу ли я продолжать заниматься своей обычной деятельностью, такой как работа и физические упражнения?

## Чего ожидать после лечения

После лечения ваш доктор поможет вам справиться с любыми побочными эффектами, которые у вас все еще могут быть. Вам также

будут проводить регулярные тесты, чтобы проверить, нет ли у вас рецидива рака, или не появился ли у вас новый рак в другой части тела.

У некоторых людей рак может пройти не полностью. Они могут продолжать лечение, и все равно им понадобятся тесты, чтобы проверить эффективность лечения.

Обязательно сообщите своему врачу или кому-нибудь из бригады онкологической помощи о побочных эффектах, которые не проходят после лечения, или о каких-либо новых симптомах.

Вам также может быть сложно справиться с изменениями в организме после лечения. Например, ваши легкие могут работать хуже, чем прежде. Если проблемы с дыханием ограничивают ваши действия, спросите бригаду онкологической помощи, может ли вам помочь легочная реабилитация или легочная терапия.

Даже если лечение у вас закончилось, и вы чувствуете себя хорошо, важно спросить у бригады онкологической помощи о регулярном графике последующих анализов, чтобы проверить, нет ли рецидива рака легких.

## Обязательно спросите:

- Как часто мне нужно посещать бригаду онкологической помощи?
- Понадобятся ли мне тесты, чтобы проверить, нет ли у меня рецидива рака, или проверить на наличие проблем, вызванных лечением?
- Понадобятся ли мне тесты, чтобы проверить, нет ли у меня рецидива рака, или обследовать на наличие проблем, вызванных лечением?
- Нужны ли мне скрининговые тесты, такие как маммография или колоноскопия, чтобы установить другие распространенные виды рака на ранней стадии?
- Нужен ли мне дальнейший план после лечения?
- Есть ли поздние или долгосрочные побочные эффекты лечения, которые мне надо отслеживать?
- Считаете ли вы, что мне может помочь легочная реабилитация или легочная терапия?
- Когда и как мне надо связываться с бригадой онкологической помощи?
- Где я могу найти свою медицинскую документацию после лечения?

## Поддержание здоровья

Вы можете многое сделать для поддержания здоровья во время и после лечения рака легких. Отказ от курения может помочь продлить жизнь некоторым людям с раком легких. Правильное питание, активность, здоровый вес и его поддержание, отказ от употребления алкоголя могут принести вам пользу. Также важно избегать воздействия пассивного курения и радона дома и на рабочем месте. Это может помочь вам снизить риск возникновения нового рака легких или других видов рака.

Не забывайте проходить обследование на другие виды рака и продолжайте проверяться на наличие других проблем со здоровьем. Поговорите со своим врачом о плане скрининга и тестирования, который подходит именно вам.

## Как справиться со своими чувствами

Рак легких может вызвать у вас страх, печаль или нервозность. Независимо от того, курили вы или нет, у вас может возникнуть чувство вины или вам может казаться, что вас осуждают за то, что у вас рак легких. Это нормальные чувства и есть способы помочь вам справиться с ними.

- Не пытайтесь справиться с этими чувствами самостоятельно. Говорите о своих чувствах, какими бы они ни были.
- Порой чувство грусти или подавленности – это нормально, но если эти чувства не проходят в течение нескольких дней, сообщите об этом своей бригаде онкологической помощи.
- Делайте то, что вам нравится, например, ходите в кино, на ужин в ресторан, проводите время на свежем воздухе или посещайте спортивные мероприятия, с разрешения врача.
- Обратитесь за помощью с выполнением таких задач, как приготовление еды и уборка.

Вы можете обратиться к друзьям, семье или религиозным лидерам или группам. Некоторым бывает полезно поговорить с теми, кто пережил то же самое. Это может предложить группа поддержки. Другим может помочь консультация. Расскажите бригаде онкологической помощи о том, что вы чувствуете. Они могут помочь вам найти нужную поддержку.

Для получения информации о раке, ежедневной помощи и поддержке, позвоните в Американское онкологическое общество по телефону **1-800-227-2345** или посетите наш сайт в Интернете по адресу **cancer.org/lungcancer**.

Мы здесь, когда вы в нас нуждаетесь.



cancer.org | 1.800.227.2345

RUSSIAN  
©2022, American Cancer Society, Inc.  
No. 080815-Rev. 8/22

