



Когда у вас диагностирован рак простаты

Если вам сказали, что у вас рак простаты, то вам, вероятно, уже сделали анализ крови на ПСА и провели биопсию простаты (тест, при котором проводится забор образцов тканей для проверки на рак). Когда при биопсии простаты обнаруживается рак, исследуются раковые клетки для установления степени опухоли. Это называется шкалой Глисона или грейд-группой и является мерой того, насколько быстро рак может расти. Возможно, проводились и другие анализы раковых клеток. Может быть, вы проходили другое сканирование, чтобы выяснить, не распространился ли рак. Если рак не распространился, вам могли сказать, что вы находитесь в определенной группе риска относительно возможности его распространения.

Лечение различных стадий, степеней и групп риска рака простаты может быть очень разным. Рак простаты не всегда требует немедленного лечения. Если он обнаружен на ранней стадии и является медленно растущим, ваш врач может вместо этого предложить наблюдение, выжидательную тактику или активный надзор, что означает, что вы будете регулярно проверяться, чтобы увидеть, растет ли рак или вызывает ли проблемы. Если это случится, вы можете пройти лечение.

При необходимости, существует много методов лечения рака простаты, включая хирургическое вмешательство, облучение и лекарственные препараты, такие как химиотерапия, гормональная терапия, таргетная медикаментозная терапия или иммунотерапия. Часто требуется применение нескольких видов лечения. Могут быть также назначены некоторые виды лечения, если рак проник в костные ткани. Выбор лечения также зависит от типа и стадии рака, результатов тестирования раковых клеток, проблем со здоровьем, которые у вас могут быть, возраста и вашего личного выбора.

Важно знать, что некоторые методы лечения могут привести к импотенции (неспособности достичь эрекции) и повлиять на вашу способность контролировать функцию мочевого пузыря. Если вы все еще хотите иметь детей, лечение также может повлиять на вашу фертильность (способность к оплодотворению яйцеклетки). Говоря об этом заблаговременно до начала лечения, ваш врач может помочь вам решить, какие методы лечения вам лучше всего подходят и что можно сделать для защиты вашей фертильности.

Обязательно спросите:

- Насколько быстро может расти мой рак простаты?
- Какая у меня стадия рака простаты и что это означает?
- Что еще вы узнали о моем раке простаты из результатов тестов?
- Понадобятся ли мне дополнительные тесты?
- Нужно ли мне лечиться немедленно?
- Если мы решим ждать, что произойдет дальше?

- Если мы примем решение о лечении, какое из них вы считаете лучшим?
- Какие вероятные побочные эффекты лечения?
- Повлияет ли лечение на мою фертильность? Есть ли что-то, что может помочь в этом плане?
- Смогу ли я продолжать заниматься своей обычной деятельностью, такой как работа, физические упражнения и половые отношения?
- Нужно ли использовать противозачаточные средства во время лечения?

Чего ожидать во время лечения

Если вы примете решение лечиться, 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 предстоит простатэктомия (операция по удалению простаты) или лучевая терапия, бригада онкологической помощи поможет вам узнать, чего ждать до, во время и после лечения. Если вам необходим другой вид 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 лечится от рака простаты, будут одинаковые побочные эффекты. Например, побочные эффекты хирургического вмешательства отличаются от побочных эффектов химиотерапии, гормональной терапии, таргетной медикаментозной терапии, иммунотерапии или лучевой терапии. У людей, получающих одинаковое лечение, могут быть разные побочные эффекты. Также важно знать, нужно ли вам использовать во время лечения противозачаточные средства.

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?

Чего ожидать после лечения

После лечения бригада онкологической помощи поможет вам справиться с любыми побочными эффектами, которые у вас все еще могут быть. Вам также будут проводить регулярные тесты, чтобы посмотреть, 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, у вас могут быть сложности с кишечником или мочевым пузырем, сексуальные проблемы, послеоперационные шрамы или изменения кожных покровов как следствие облучения или химиотерапии. Если это вызывает у вас беспокойство, поговорите с бригадой онкологической помощи о доступных вариантах, которые помогут вам справиться с ситуацией.

Если в результате лечения вы стали импотентом, поговорите с бригадой онкологической помощи о лекарствах, которые могут вам помочь, о сексологическом консультировании, о необходимости использования противозачаточных средств и о помощи в планировании семьи.

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 у вас рецидива рака простаты.

Обязательно спросите:

- Как часто мне нужно посещать бригаду онкологической помощи?

- Нужен ли мне дальнейший план после лечения?
- 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 колоноскопия, чтобы найти другие распространенные виды рака на ранней стадии?
- Есть ли поздние или долгосрочные побочные эффекты лечения, которые мне надо отслеживать?
- Нужно ли использовать противозачаточные средства после лечения?
- 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 простаты. Правильное питание, активность, поддержание здорового веса, отказ от курения и употребления алкоголя могут принести пользу. Кое-что из указанного также может помочь вам снизить риск возникновения нового рака простаты 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 справляться со своими чувствами

Рак простаты может вызвать у вас страх, печаль или нервозность. Вам также может быть трудно справиться с изменениями сексуальной функции, способности контролировать функцию мочевого пузыря или другими переменами в организме после лечения. Эти 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.

За получением 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/prostatecancer**.

Мы здесь, когда вы в нас нуждаетесь.



cancer.org | 1.800.227.2345

RUSSIAN
©2022, American Cancer Society, Inc.
No. 080818-Rev. 8/22

