



# Co to jest rak?

Rak rozpoczyna się, kiedy coś się zmieni w genach jednej lub więcej komórek. Geny są kawałkami DNA (kwas deoksyrybonuleinowy), które występują wewnątrz każdej komórki. Niektóre geny dyktują komórce, co ma robić, kiedy rosnąć i kiedy się podzielić. Jednak kiedy te geny są uszkodzone, komórka może się stać komórką nowotworową i nie funkcjonuje tak jak powinna. Jak tylko nowotwór zostanie zainicjowany, może rosnąć w sposób niekontrolowany, może wypierać komórki normalne oraz powstrzymywać je od robienia tego, co powinny robić.

## Gdzie rak może się rozpocząć?

Komórki rakowe mogą tworzyć się praktycznie wszędzie w organizmie, włączając w to narządy, mięśnie, kości i krew. Nazwa raka zazwyczaj pochodzi od nazwy części ciała lub typu komórki, gdzie rak się rozpoczął. Na przykład rak, który zaczął się w piersi, nazywa się rakiem piersi. Nawet jeżeli rak rozprzestrzeni się do innych części ciała, w dalszym ciągu nazywany jest rakiem piersi.

Różnica między komórkami rakowymi i normalnymi polega na tym, że komórki rakowe mogą się rozprzestrzenić do innych części ciała. To rozprzestrzenienie nazywa się przerzutem. Te komórki rakowe mogą trafić do węzłów chłonnych lub innych narządów ciała, zaburzając normalne funkcje organizmu.

Niektóre rodzaje raka rosną i rozprzestrzeniają się szybko. Inne rosną wolniej. Niektóre rodzaje częściej rozprzestrzeniają się do innych części ciała. Inne rodzaje mają tendencję pozostawania w miejscu, w którym się rozpoczęły i nie rozprzestrzeniają się.

## Co to jest nowotwór?

Nowotwór powstaje poprzez wzrost wielu komórek zgrupowanych razem. Niektóre nowotwory są rakiem, czyli mają w sobie komórki rakowe. Ale wiele nowotworów nie jest rakiem. Nowotwory, które nie są

rakiem, nazywają się łagodnymi. Nowotwory, które są rakiem, nazywają się złośliwymi.

Niektóre rodzaje raka nie rozpoczynają się jako nowotwory, ale powstają ze względu na uszkodzenie komórek w krwi. Te uszkodzone komórki mogą powodować takie typy raków jak białaczka, szpiczak i chłoniak.

## Co powoduje raka?

Niektóre style życia, geny odziedziczone po rodzicach oraz narażenie na środki powodujące raka może wpłynąć na to, jak i kiedy rak może się rozpocząć. Te wszystkie czynniki mogą uszkodzić geny w komórkach, co czasami prowadzi do raka. W wielu przypadkach jednak powód powstawania raka nie jest znany.

Ludzie mogą pomóc zmniejszyć swoje ryzyko zachorowania na raka przez nieużywanie tytoniu, utrzymywanie zdrowej wagi, zdrowe jedzenie, aktywność fizyczną, unikanie lub ograniczanie alkoholu i zabezpieczanie skóry przed słońcem. Jednakże istnieją czynniki, które zwiększają ryzyko na zachorowanie na raka, których nie można kontrolować, jak na przykład geny odziedziczone po rodzicach i zmiany w komórkach związane z procesem starzenia się.

## Jak wykrywa się raka?

Niektóre rodzaje raka wykrywane są, kiedy występują pewne zmiany, które nie ustępują. Inne rodzaje są wykrywane, kiedy osoba robi regularne badania przesiewowe. Badania przesiewowe mogą pomóc w wykryciu niektórych rodzajów raka zanim wystąpią objawy, kiedy rak jest mniejszy i łatwiejszy do leczenia.

## Co oznacza termin „stadium raka”?

Dla większości rodzajów raka przeprowadzane są testy aby zobaczyć, jak duży jest nowotwór, czy się rozprzestrzenił poza miejsce, gdzie się rozpoczął i czy rozprzestrzenił się do innych części ciała. Nazywa się to stadium raka. Dla większości rodzajów raka stadia oznacza się od stadium 1, co oznacza, że rak jeszcze się wcale nie rozprzestrzenił, do stadium 4, gdzie rak rozprzestrzenił się do innych części ciała. Istnieje również stadium 0, które mówi, że uszkodzone komórki są w dalszym ciągu tylko w tej warstwie komórek, gdzie zaczęły powstawać. Komórki stadium 0 nie są rakiem, ale mogą się stać rakiem ponieważ są uszkodzone. Informacja o stadium raka jest ważna, bo pomaga lekarzom wybrać najlepsze leczenie.

W niektórych rodzajach raka przeprowadza się dodatkowe badania na komórkach rakowych aby zobaczyć, czy mają one zmiany w genie lub białku, co może pomóc w lepszym ich leczeniu.

## Jak się leczy raka?

Wiele rodzajów raka można skutecznie wyleczyć. Typowe leczenie raka to chirurgia, leki i radioterapia. W zależności od rodzaju i stopnia zaawansowania raka, czasami stosuje się więcej niż jeden rodzaj leczenia. Dzieje się tak dlatego, że różne rodzaje raka reagują na leczenie w różny sposób.

- Operację chirurgiczną można przeprowadzić, aby usunąć część lub całego raka. Chirurgia może być jedynym potrzebnym sposobem leczenia, jeżeli rak

jest w jednym miejscu, może też być stosowana z innymi rodzajami leczenia.

- Radioterapię można zastosować, aby zabić komórki rakowe lub spowolnić ich wzrost w jednym miejscu ciała. Większość radioterapii jest podobna do zabiegu prześwietlenia. W innych przypadkach jest ona podawana przez umiejscowienie źródła emitującego promieniowanie wewnątrz lub w pobliżu nowotworu.
- W wielu przypadkach, żeby zabić komórki rakowe lub spowolnić ich wzrost, używa się leków. Niektóre leki podawane są przez wkłucie dożylnie za pomocą igły (kroplówka), inne w postaci tabletek do połknięcia, jeszcze inne mogą być nawet podane w inny sposób. Każdy lek działa inaczej i czasami stosuje się dwa lub więcej leków razem. Ale działają one w całym organizmie a nie tylko w jednym miejscu. Rodzaje terapii z użyciem leków do leczenia raka to chemioterapia, terapia celowana, immunoterapia i terapia hormonalna.

Leczenie każdej osoby jest oparte na rodzaju i stadium zaawansowania raka. Zespół leczenia raka patrzy na to, gdzie rak się rozpoczął, jaki jest duży, czy się rozprzestrzenił i jakie są wszystkie wyniki badań. Wiek osoby i inne problemy zdrowotne mogą również wpłynąć na wybór metody leczenia. Kiedy zespół leczenia raka ma wszystkie potrzebne informacje, spojrz też na wytyczne ekspertów dotyczące leczenia aby zobaczyć, gdzie jest największe prawdopodobieństwo skutecznego działania terapii.

Po sprawdzeniu jakie opcje leczenia są możliwe, zespół leczenia raka przedyskutuje je z osobą, która ma raka. Osoba z rakiem i zespół leczenia razem zadecydują, jakie leczenie będzie najlepsze. Zespół leczenia raka będzie również dostępny w czasie terapii, aby odpowiedzieć na pytania, pomóc opanować skutki uboczne i monitorować działanie wybranej terapii.

Aby otrzymać więcej informacji, codzienną pomoc i wsparcie, dzwoń do American Cancer Society pod numer **1-800-227-2345** lub wejdź na stronę **cancer.org**. Jesteśmy tutaj, kiedy nas potrzebujesz.



cancer.org | 1.800.227.2345

POLISH  
©2021, American Cancer Society, Inc.  
No. 004506 - Rev.11/21

