



Po diagnozie raka trzonu macicy (endometrium)



Rak trzonu macicy jest typem raka, który zaczyna się w błonie śluzowej macicy. Jest również nazywany rakiem macicy. Jeżeli powiedziano ci, że masz raka trzonu macicy, to prawdopodobnie zrobiono ci już badania, skany i biopsję trzonu macicy (badanie, w którym pobiera się małą ilość błony śluzowej macicy, aby sprawdzić ją na obecność raka). Mogłaś mieć przeprowadzone inne badania na komórkach nowotworowych w celu sprawdzenia obecności pewnych białek i zmian w genach. Są to biomarkery. Mogłaś również mieć wykonane inne zabiegi aby sprawdzić, czy rak się rozprzestrzenił. Te badania pomogą lekarzowi w ustaleniu, jaki typ raka trzonu macicy u ciebie występuje, jakie jest jego stadium i jaka terapia może pomóc.

Leczenie raka trzonu macicy

Twoja terapia będzie zależeć od typu i stadium zaawansowania twojego raka trzonu macicy. Wybór terapii będzie zależeć również od wyników badań na komórkach rakowych, twojego stanu zdrowia i twojego osobistego wyboru.

Operacja chirurgiczna jest główną terapią w większości typów raka trzonu macicy. Często związane to jest z usunięciem macicy. Operacja chirurgiczna usunięcia macicy zwana jest histerektomią. Mogą również być usunięte inne narządy takie jak jajniki.

Inne terapie to radioterapia, terapia hormonalna i leczenie takie jak chemia, terapia celowana lekami lub immunoterapia. W niektórych przypadkach potrzebny jest więcej niż jeden rodzaj terapii. Twój lekarz pomoże ci zdecydować, która terapia jest dla ciebie najlepsza.

Operacja chirurgiczna i niektóre inne terapie mogą powodować zmiany twojego cyklu miesięczkowego. Możesz przestać mieć miesiączki nawet, jeżeli nie przeszłaś jeszcze przez menopauzę. Terapie te mogą również wpłynąć na twoją zdolność zajścia w ciążę, ale może znaleźć się sposób, aby temu zapobiec. Jest ważne, aby porozmawiać ze swoimi lekarzami wcześniej, zanim terapia się zacznie. Oni pomogą ci zrozumieć, czego oczekiwać.

Nie zapomnij o pytaniach:

- Jaki jest cel leczenia?
- Jaki mam rodzaj raka trzonu macicy?
- Jakie jest stadium zaawansowania mojego raka trzonu macicy i co to oznacza?
- Czego jeszcze dowiedziałeś(-aś) się z moich wyników badań?
- Czy będę potrzebować więcej badań?
- Czy będę potrzebować operacji? Czy moja macica zostanie usunięta?

Czego się spodziewać przed i w trakcie terapii

Twój zespół opieki onkologicznej wyjaśni ci plan leczenia. Ten zespół może składać się z różnych lekarzy, pielęgniarek i innych pracowników służby zdrowia, w zależności od typu terapii, jaka będzie potrzebna. Na przykład jeżeli potrzebna będzie radioterapia, będziesz pracować z onkologiem-radiologiem. Lekarze powiedzą ci, czego oczekiwać przed, podczas i po radioterapii. Jeżeli będą potrzebne inne rodzaje terapii, twój zespół onkologiczny wyjaśni ci, jak jest ona podawana, pomoże ci przygotować się do niej, będzie sprawdzać, jak się czujesz i pomoże ci ze skutkami ubocznymi. Może będą również wykonywane badania krwi, skany lub inne badania w określonych odstępach czasu aby zobaczyć, jak twoje leczenie działa.

Nie każdy, kto przechodzi przez leczenie raka trzonu macicy ma te same skutki uboczne. Na przykład skutki uboczne po usunięciu macicy są inne niż te po chemioterapii, terapii celowanej, immunoterapii czy radioterapii. Osoby przechodzące ten sam rodzaj terapii mogą mieć różne skutki uboczne.

Nie zapomnij o pytaniach:

- Czy potrzebne będzie inne leczenie niż operacja chirurgiczna? Jak uważasz, jaka terapia jest najlepsza dla mnie i dlaczego?
- Czy są przeprowadzane jakieś badania kliniczne na mój rodzaj raka?
- Jakich skutków ubocznych mogę doświadczyć i w jaki sposób sobie z nimi radzić?
- Jak dowiemy się, czy leczenie działa?
- Jak często będę otrzymywał leczenie? Jak długo ono potrwa?
- Gdzie będzie się leczenie odbywało? Czy mogę sama pojechać samochodem na zabiegi leczenia?
- Czy będę w stanie kontynuować swoje zwykłe zajęcia takie jak praca i ćwiczenia fizyczne.
- Czy będę mogła mieć dzieci po leczeniu?
- Czy terapia wpłynie na moje życie seksualne? Jeżeli tak, to na jak długo?
- Co mogę zrobić, aby temu zaradzić?

Czego się spodziewać po zakończeniu leczenia?

Po zakończeniu leczenia poproś lekarza o swoją kartę pacjenta (podsumowanie leczenia) i plan na działania po terapii. Nazywa się to plan opieki dla osób po leczeniu nowotworu. Twój lekarz będzie współpracował z twoją rodziną lub lekarzem pierwszego kontaktu, aby pomóc w radzeniu sobie ze skutkami ubocznymi po terapii i sprawdzać stan twojego zdrowia. Będziesz mieć też regularne testy i badania miednicy w celu sprawdzenia, czy rak nie powrócił albo czy nowy rak nie pojawił się w innych częściach ciała.

U niektórych osób rak może nie zniknąć kompletnie. Być może będą one kontynuowały leczenie i badania będą jeszcze potrzebne żeby sprawdzać, jak leczenie działa.

Być może staniesz w obliczu zmian swojego ciała po leczeniu. Jeżeli miałaś miesiączki przed operacją, przestaniesz je mieć, kiedy twoja macica zostanie usunięta. Zmieni się również twoja zdolność do zajścia w ciążę. Terapia może też spowodować suchość pochwy. To może powodować krwawienie lub ból w czasie lub po stosunku seksualnym. Zapytaj swojego lekarza, czego się spodziewać i powiedz mu, jeżeli masz jakiegokolwiek problemy.

U osób, które miały raka trzonu macicy istnieje ryzyko, że wystąpi on ponownie lub że zachorują one na pewne inne rodzaje raka. Nawet jeżeli czujesz się dobrze po zakończeniu leczenia, jest ważne, aby zapytać swój zespół opieki onkologicznej o planowanie regularnych badań kontrolnych w celu sprawdzenia, czy rak trzonu macicy nie powrócił.

Nie zapomnij o pytaniach:

- Gdzie dostanę kopię mojej karty pacjenta (podsumowanie leczenia) i plan na dalsze wizyty kontrolne?
- Jak często powinnam się spotykać ze swoim zespołem opieki onkologicznej?
- Kiedy i jak powinnam kontaktować się z nimi?
- Czy będą potrzebne badania, żeby sprawdzić, czy mój rak wrócił albo czy istnieją problemy wynikające z leczenia?
- Czy będą potrzebne jakieś badania przesiewowe, takie jak mammogram czy kolonoskopia, aby wykryć wcześniej inne typy raka?
- Czy są jakieś późne lub długotrwałe skutki uboczne leczenia, co do których powinnam być czujna?
- Gdzie mogę znaleźć swoją dokumentację medyczną po leczeniu?



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

Zachowanie zdrowia

Nie zapomnij dać znać lekarzowi lub komuś z zespołu onkologicznego o skutkach ubocznych, które po terapii trwają w dalszym ciągu, albo gdy zauważyłaś nowe objawy.

Są pewne rzeczy, które możesz robić w zakresie dbania o zdrowie podczas i po leczeniu. Niepalenie może pomóc obniżyć ryzyko zachorowania na raka trzonu macicy. Osiągnięcie zdrowej wagi i pozostanie przy niej, dobre odżywianie i aktywność fizyczna mogą również pomóc ci pozostać w dobrym zdrowiu i obniżyć ryzyko zachorowania na nowy rak trzonu macicy lub inne rodzaje raka.

Radzenie sobie ze swoimi uczuciami

Chorowanie na raka trzonu macicy może spowodować, że czujesz się wystraszona, smutna lub podenerwowana. Takie uczucia są normalne i są sposoby, aby ci z tym pomóc.

- Nie próbuj radzić sobie samej z tymi uczuciami. Mów o nich bez względu na to, jakie są.
- To normalne, że czasami czujesz się smutna lub przygnębiona, ale poinformuj swój zespół opieki onkologicznej, jeżeli taki stan trwa dłużej niż kilka dni.
- Jeżeli lekarz nie ma nic przeciwko temu, kontynuuj wykonywanie czynności, które lubisz, jak np. spędzanie czasu na zewnątrz, chodzenie do kina lub na wydarzenia sportowe czy też do restauracji na obiad.
- Uzyskaj pomoc, jeżeli chodzi o aktywności takie jak gotowanie czy sprzątanie.

Możesz również poprosić o pomoc przyjaciół, rodzinę czy liderów lub grupy religijne. Porady psychologa mogą również pomóc. Niektórzy uważają, że pomocna jest rozmowa z innymi, którzy przez to samo przeszli. Grupa wsparcia może to zaoferować. Powiedz swojemu zespołowi opieki onkologicznej, jak się czujesz. Oni mogą pomóc ci znaleźć odpowiednie wsparcie.