



# После постановки диагноза «рак мочевого пузыря»



Мочевой пузырь — это орган в области малого таза (живота). Мочевой пузырь накапливает мочу, которая производится почками. Моча выпускается из мочевого пузыря, когда вы мочитесь (писаете). Если вам уже сказали, что у вас рак мочевого пузыря, то вы, вероятно, уже проходили обследования, сканирования и рентгенодиагностику, сдавали анализы мочи и делали биопсию (исследование, при котором берут некоторое количество ткани и проверяют её на рак). Другие исследования могут проводить на раковых клетках, проверяя их на определённые белки и изменения генов, именуемые «биомаркерами». У вас могут быть и другие процедуры, для того чтобы выяснить, пророс ли рак в стенку мочевого пузыря («инвазировал» ли её). Эти исследования помогают врачу узнать, какой у вас тип рака мочевого пузыря, какова его стадия, и какое лечение могло бы помочь.

## Лечение рака мочевого пузыря

Ваше лечение будет зависеть от типа и стадии рака мочевого пузыря. Варианты вашего лечения будут также зависеть от результатов исследований на раковых клетках, от вашего здоровья, а также от ваших персональных предпочтений.

Для лечения большинства случаев рака мочевого пузыря используется хирургическое вмешательство. Небольшие, ещё не распространившиеся злокачественные опухоли мочевого пузыря нередко могут быть удалены. При более крупных злокачественных новообразованиях мочевого пузыря операция может включать удаление опухоли или всего пузыря. Удаление мочевого пузыря называют «цистэктомией». После операции некоторым людям нужен катетер для отвода мочи. Иногда для отвода мочи делают отверстие в коже. Это называется «уростомой».

Другое лечение может включать лучевую терапию и лекарственные средства, такие как химиотерапия, медикаментозная терапия направленного действия или иммунотерапия. Во многих случаях нужно более одного вида терапии.

## Не забудьте спросить:

- Какова цель лечения?
- Какой у меня тип рака мочевого пузыря?
- Распространился ли рак на мышечный слой мочевого пузыря?
- Какова стадия моего рака мочевого пузыря, и что это значит?
- Понадобятся ли мне дополнительные диагностические исследования?
- Можно ли полностью удалить эту злокачественную опухоль?
- Нужно ли удалять мой мочевой пузырь? Если да, то как я буду мочиться после операции?
- Если после операции понадобится катетер или другое устройство для выведения мочи, то на какое время?

## Чего ожидать до и во время лечения

Ваша команда онкологической помощи объяснит вам план лечения. Эта команда может включать различных врачей, медсестер и других медицинских работников (в зависимости от типа лечения, в котором вы нуждаетесь). Например, если вам необходима лучевая терапия, то вы будете работать с онкологом-радиологом, чтобы узнать, чего ожидать до, во время и после лучевой терапии. Если вам нужны другие виды терапии, то ваш врач или команда онкологической помощи объяснят вам, как эта терапия проводится, помогут к ней подготовиться, проследят за тем, как идут ваши дела, и помогут в отношении любых побочных эффектов. Для того чтобы увидеть, насколько эффективно ваше лечение, в определенное время у вас могут брать анализы крови, а также проводить сканирования и иные диагностические исследования.

Не у всех проходящих через терапию по поводу рака мочевого пузыря будут возникать одни и те же побочные эффекты. Например, у человека может быть удалена часть или весь мочевой пузырь. Побочные эффекты этой операции отличаются от побочных эффектов химиотерапии, медикаментозной терапии направленного действия, иммунотерапии и лучевой терапии. И люди, получающие одно и то же лечение, могут иметь различные побочные эффекты.

## Не забудьте спросить:

- Нужно ли мне лечение, отличное от хирургического вмешательства? Что, по вашему мнению, лучше всего для меня, и почему?
- Есть ли какие-либо клинические исследования для моего типа рака?
- Какие побочные эффекты могут быть у меня, и что я могу с ними сделать?
- Как мы узнаем, что эта терапия работает?
- Как часто я буду проходить лечение? Как долго оно будет длиться?
- Куда я буду ходить, чтобы проходить лечение? Смогу ли я водить машину?
- Смогу ли я продолжать заниматься своими обычными делами, такими как работа и физические упражнения?
- Затронет ли лечение мою сексуальную жизнь? Как и как долго? Что я смогу сделать, чтобы помочь с этим?

## Чего ожидать после лечения

После лечения попросите своего врача-онколога предоставить вам краткую информацию о лечении и план последующего наблюдения. Это носит название «план обеспечения выживаемости пациента». Ваш врач-онколог будет работать с вашей семьей или семейным врачом, помогая справиться с побочными эффектами лечения и проверяя общее состояние здоровья. У вас будут регулярно проводить диагностические исследования, проверяя, не вернулся ли ваш рак и не появилась ли новая злокачественная опухоль в другой части тела.

После лечения вы можете столкнуться с изменениями в своем организме. Хирургическое вмешательство и другие виды лечения могут изменить работу мочевого пузыря и других органов. У вас могут быть сексуальные проблемы или изменения мочеиспускания. Обязательно спросите своего врача, чего вам ожидать, и сообщайте ему, если возникают какие-либо проблемы.

Люди, у которых был рак мочевого пузыря, имеют высокий риск его появления снова. Даже если вы чувствуете себя хорошо, важно спросить у своей команды онкологической помощи о графике регулярных диагностических исследований, чтобы проверять, не вернулся ли рак мочевого пузыря.

У некоторых людей рак может не уйти полностью. Они могут продолжать лечение, и диагностические исследования всё еще будут нужны, чтобы видеть, насколько оно эффективно.

## Не забудьте спросить:

- Где я могу получить копию краткой информации о своем лечении?
- Как часто мне нужно видеться со своей командой онкологической помощи?
- Когда и как я должен к ним обращаться?
- Нужны ли мне будут диагностические исследования, чтобы увидеть, не вернулся ли рак, или проверить наличие проблем из-за лечения?
- Нужны ли мне какие-либо скрининговые исследования (наподобие маммографии или колоноскопии) для раннего обнаружения других видов рака?
- Есть ли какие-либо поздние или долгосрочные побочные эффекты лечения, за которыми мне стоит следить?
- Где я смогу найти свою медицинскую документацию после лечения?



Для получения дополнительной информации и поддержки посетите веб-сайт Американского онкологического общества по адресу [cancer.org/russian](https://cancer.org/russian) или позвоните нам по телефону **1-800-227-2345**. Мы здесь, когда нужны вам!

## Остаться здоровым

Обязательно говорите своему врачу или команде онкологической помощи, если какие-либо побочные эффекты лечения не проходят или если появились какие-либо новые симптомы.

Есть вещи, которые вы можете делать, чтобы сохранить свое здоровье во время и после лечения. Снизить шансы возникновения рака мочевого пузыря может помочь отказ от курения. Если вы работаете с химическими веществами, посоветуйтесь со своим врачом, каких из них следует избегать. Хорошее питание, питьё достаточного количества жидкости, активность, достижение (и поддержание) нормального веса и отказ от алкоголя также могут помочь вам оставаться здоровым и снизить риск возникновения нового рака мочевого пузыря или других видов рака.

## Справиться с чувствами

Наличие рака мочевого пузыря может сделать вас напуганным, унылым или нервным. Испытывать эти чувства — нормально; есть способы помочь вам справиться с ними.

- Не пытайтесь справляться со своими чувствами сами! Говорите о них, какими бы они ни были.
- Это нормально, если вы грустны или расстроены время от времени, но если вы испытываете эти чувства на протяжении нескольких дней и более, то дайте знать своей команде онкологической помощи.
- Если ваш врач говорит, что всё в порядке, продолжайте делать то, что вам нравится, например находиться на свежем воздухе, ходить в кино или на спортивные мероприятия, или же отправляться куда-нибудь пообедать.
- При решении таких задач, как приготовление пищи и уборка, прибегайте к посторонней помощи.

Возможно, вы захотите обратиться к друзьям, семье или к религиозным лидерам или группам. Консультирование тоже может помочь. Некоторые люди считают полезным общение с теми, кто прошел через то же самое. Это может предложить группа взаимопомощи. Расскажите своей команде онкологической помощи о том, что вы чувствуете. Они могут помочь вам найти подходящую поддержку.