



После постановки диагноза «рак почки»



Почки — это два органа позади верхней задней стенки брюшной полости (живота). Почки удаляют отходы из других органов, образуя мочу, которая выводится из организма во время мочеиспускания. Рак почки называют также «почечным раком». Если вам уже сказали, что у вас рак почки или почечный рак, то вы, вероятно, уже проходили сканирования и рентгенодиагностику, сдавали анализы крови и мочи, а также 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, распространился ли этот рак. Эти исследования помогают врачу узнать, какой у вас тип рака почки, какова его стадия, и какое лечение могло бы помочь.

Лечение рака почки

Варианты вашего лечения будут также зависеть от результатов исследований на раковых клетках, от вашего здоровья, а также от ваших персональных предпочтений. Некоторые небольшие, медленно растущие злокачественные опухоли почек не требуют немедленной терапии. В этом случае врачи могут наблюдать и ждать, чтобы увидеть, растёт ли опухоль до лечения.

Для лечения большинства случаев рака почки используется хирургическое вмешательство. Оно может быть единственным необходимым методом лечения, особенно если рак — лишь в одной из почек, и не распространился на другие части тела. Хирургическое вмешательство с целью удаления части почки или всей почки носит название «нефрэктомия».

Другое лечение может включать абляцию, лучевую терапию и лекарственные средства, такие как химиотерапия, медикаментозная терапия направленного действия или иммунотерапия. Во многих случаях нужно более одного вида терапии. Ваше лечение будет зависеть от типа и стадии рака почки, а также от его местонахождения. Ваш врач поможет вам решить, какие средства лечения являются для вас лучшими.

Не забудьте спросить:

- Какова цель лечения?
- Какой у меня тип рака почки?
- Этот рак поразил одну почку или обе?
- Какова стадия моего рака почки, и что это значит?
- Что еще вы узнали по результатам моих диагностических исследований?
- Понадобятся ли мне дополнительные диагностические исследования?
- Нужна ли мне будет операция?
- Может ли быть удалена эта опухоль?
- Мне нужно удалить одну почку или обе?

Чего ожидать до и во время лечения

Ваша команда онкологической помощи объяснит ваш 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. Он скажет вам, чего ожидать до, во время и после лучевой терапии. Если вам нужны другие виды терапии, то ваша команда онкологической помощи объяснит вам, как эта терапия проводится, поможет к ней подготовиться, проследит за тем, как идут ваши дела, и поможет справиться с любыми побочными эффектами. 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 все проходящие через терапию по поводу рака почки имеют одни и те же побочные эффекты. Например, побочные эффекты удаления почки 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:

- Какие у меня есть варианты лечения? 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?

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.

Обязательно говорите своему врачу или кому-либо из команды онкологической помощи, если какие-то побочные эффекты лечения не проходят или появились какие-то новые симптомы!

После лечения вы можете столкнуться с изменениями в своем организме. Хирургическое вмешательство и другие виды лечения могут изменить работу ваших почек, что может различным образом повлиять на организм. Обязательно спросите врача, чего вам ожидать, и сообщайте ему, если возникают какие-либо проблемы.

У людей, которые перенесли рак почки, есть риск его возвращения, появления рака в другой почке или возникновения некоторых других типов рака. Даже если после окончания лечения вы чувствуете себя хорошо, важно спросить у своей команды онкологической помощи о графике регулярных диагностических исследований последующего наблюдения, чтобы проверять, не вернулся ли рак почки.

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 и плана последующего наблюдения?
- 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 или позвоните нам по телефону **1-800-227-2345**. Мы здесь, когда нужны вам!

Остаться здоровым

Есть вещи, которые вы можете делать, чтобы сохранить свое здоровье во время и после лечения. Снизить шансы возникновения рака почки может помочь отказ от курения. Важно также проверять и держать под контролем артериальное давление. Достижение и поддержание нормального веса, хорошее питание, активность, а также отказ от алкоголя тоже могут помочь вам оставаться здоровым и снизить риск возникновения нового рака почки или других видов рака.

Справиться с чувствами

Наличие рака почки 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.