



После постановки диагноза «лейкемия» («лейкоз»)



Лейкемия — это рак клеток крови, начинающийся в костном мозге (губчатая ткань в центральной части большинства костей). Костный мозг — это место, где образуются новые клетки крови. Если вам уже сказали, что у вас лейкемия, то вы, вероятно, уже сдавали анализы крови и проходили биопсию костного мозга (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 также и другие процедуры. Эти исследования помогают вашему врачу узнать, какой у вас тип лейкемии и какое лечение было бы наилучшим для вас.

Разновидности лейкемии

Лейкемия известна как «жидкий рак». Она обычно не формирует плотную («солидную») опухоль, как происходит в случае большинства злокачественных новообразований.

Существует много типов лейкемии. Она может быть быстро растущей (**острой**) или медленно растущей (**хронической**). Она начинается в **миелоидных** клетках крови или в **лимфоцитарных** клетках крови.

Наиболее распространенные типы лейкемии:

- Острая лимфоцитарная лейкемия
- Острая миелоидная лейкемия
- Хроническая лимфоцитарная лейкемия
- Хроническая миелоидная лейкемия
- Хроническая миеломоноцитарная лейкемия

У взрослых может быть острая или хроническая лейкемия миелоидного или лимфоцитарного типа. У детей и подростков чаще всего наблюдается острая лейкемия любого типа. Некоторые лейкемии имеют подтипы и стадии. Это говорит врачам о том, насколько далеко она зашла, и какое лечение могло бы быть наиболее эффективным. Ваш врач может больше рассказать вам о вашей лейкемии.

Лечение лейкемии

Существует много способов лечения лейкемии. Ваше лечение будет зависеть от типа, подтипа и стадии рака, а также от других проблем со здоровьем, которые у вас могут быть.

Острая лейкемия

Большинство типов острой лейкемии очень серьезны. Лечение нужно начинать немедленно. Как правило, оно бывает интенсивным и долгим, и обычно длится около двух лет.

Чаще всего лечение начинают с внутривенной химиотерапии. Могут быть добавлены другие виды лечения, такие как медикаментозная терапия направленного действия. После первого цикла лечения может использоваться трансплантация стволовых клеток.

Лечение детей может отличаться от лечения взрослых.

Хроническая лейкемия

Не все типы хронической лейкемии требуют немедленного лечения. Если лечение необходимо, могут быть рекомендованы химиотерапия, медикаментозная терапия направленного действия или трансплантация стволовых клеток.

Не забудьте спросить:

- Какой у меня тип лейкемии?
- Каковы подтип и стадия? Что это означает?
- Что еще вы узнали по результатам моих диагностических исследований?
- Понадобятся ли мне дополнительные диагностические исследования или анализ биомаркеров?
- Какова цель лечения?
- Какие у меня есть варианты лечения? Что, по вашему мнению, лучше всего для меня, и почему?
- Была ли бы у меня эффективной трансплантация стволовых клеток?
- Есть ли какие-либо клинические исследования для моего типа лейкемии?

Чего ожидать до и во время лечения

Врач, который лечит вашу лейкемию, может быть гематологом (врач, специализирующийся на болезнях крови) или онкологом (врач, специализирующийся на онкологических заболеваниях). В зависимости от типа необходимого вам лечения, в вашу команду онкологической помощи могут входить различные врачи, медсестры и другие медицинские работники.

Например, если вам нужна химиотерапия, вы пройдете через фазы или циклы лечения, в промежутках между которыми будут проводить диагностические исследования и медицинские осмотры. Ваша команда онкологической помощи поможет вам понять, чего ожидать до, во время и после каждой фазы лечения. Они объяснят, как эта терапия проводится, помогут к ней подготовиться, проследят за тем, как идут ваши дела, и помогут справиться с любыми побочными эффектами. Для того чтобы увидеть, насколько эффективно ваше лечение, в определенное время у вас будут брать анализы крови, а также проводить сканирования и иные диагностические исследования.

Не все проходящие через терапию по поводу лейкемии имеют одни и те же побочные эффекты. Например, побочные эффекты химиотерапии отличаются от побочных эффектов медикаментозной терапии направленного действия.

В период лечения лейкемии обычным является изменение количества клеток крови. Это может повысить у вас вероятность заражения различными инфекциями. Временами вы можете также чувствовать сильную слабость и усталость. Если вы получаете химиотерапию в высоких дозах, то побочные эффекты могут усугубиться.

Не забудьте спросить:

- Какие побочные эффекты могут быть у меня? Что я могу с ними сделать? Вы ожидаете, что они будут серьезными?
- Как мы узнаем, что эта терапия работает?
- Как часто я буду проходить лечение? Как долго оно будет длиться?
- Где будет проводиться мое лечение? Если я буду в больнице, то как долго?
- Смогу ли я продолжать заниматься своими обычными делами?
- Какие особые меры предосторожности мне нужно принять?

Чего ожидать после лечения

После лечения ваш врач поможет вам справиться с любыми побочными эффектами, которые у вас могут быть. У вас будет также много обследований и анализов для проверки на наличие клеток лейкемии.

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

У людей, которые перенесли лейкемию, есть риск ее возвращения или появления некоторых других типов рака. Даже если после окончания лечения вы чувствуете себя хорошо, важно спросить о графике регулярных диагностических исследований последующего наблюдения, чтобы проверять, не вернулась ли лейкемия.

Не забудьте спросить:

- Как часто мне нужно видеться со своей командой онкологической помощи?
- Когда и как я должен к ним обращаться?
- Понадобятся ли мне дополнительные анализы крови и биопсии костного мозга? Как часто они мне будут нужны?
- Нужны ли мне будут другие диагностические исследования, чтобы увидеть, не вернулся ли рак, или проверить наличие проблем из-за лечения?

- Возможны ли какие-либо поздние или долгосрочные побочные эффекты?
- Нужны ли мне скрининговые исследования для раннего обнаружения других видов рака?
- Где я смогу найти свою медицинскую документацию?

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 способствовать сохранению здоровья во время и после лечения. Сюда входят хорошее питание, активность, достижение и поддержание нормального веса, а также отказ от курения. Временами вы можете чувствовать слабость и усталость. С этим может помочь активный образ жизни. Лейкемия может сделать вас более подверженным инфекциям, поэтому вам нужно будет следить за появлением их признаков и защищать себя от больных людей. Спросите свою команду онкологической помощи о признаках инфекций, а также о том, как справляться с утомляемостью и другими симптомами.

Справиться с чувствами

Наличие лейкемии может сделать вас замкнутым, 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 отправляйтесь 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. Могут также помочь консультирование или группа взаимопомощи. Расскажите своей команде онкологической помощи о том, что вы чувствуете. Они могут помочь вам найти подходящую поддержку.



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!