



# Після постановки діагнозу «рак сечового міхура»



Сечовий міхур — це орган у нижній частині таза (живота). Сечовий міхур накопичує сечу, яку виробляють нирки. Сеча виводиться із сечового міхура, коли ви мочитесь. Якщо вам уже сказали, що у вас рак сечового міхура, то ви, ймовірно, вже проходили обстеження, сканування та рентгенодіагностику, здавали аналізи сечі та робили біопсію (дослідження, під час якого беруть деяку кількість тканини та перевіряють її на рак). Інші дослідження можуть проводити на ракових клітинах, перевіряючи їх на певні білки і зміни генів («біомаркери»). У вас можуть також бути інші процедури, щоб з'ясувати, чи проростає цей рак у стінку сечового міхура («інвазивний рак»). Ці дослідження допомагають лікарю дізнатися, який у вас тип раку сечового міхура, яку стадію він має та яке лікування могло б допомогти.

## Лікування раку сечового міхура

Ваше лікування залежатиме від типу й стадії раку сечового міхура. Варіанти вашого лікування будуть також залежати від результатів досліджень на ракових клітинах, вашого здоров'я, а також ваших персональних уподобань.

Для лікування більшості випадків раку сечового міхура використовують хірургічне втручання. Невеликі злоякісні пухлини сечового міхура, які ще не поширилися, нерідко можуть бути видалені. У разі більших злоякісних новоутворень сечового міхура операція може включати видалення пухлини або всього міхура. Видалення сечового міхура має назву «цистектомія». Після операції деяким людям потрібен катетер для відведення сечі. Іноді для відведення сечі роблять отвір у шкірі. Це називається «уростома».

Інше лікування може включати опромінення та лікарські засоби, такі як хіміотерапія, цільова («таргетна») медикаментозна терапія або імунотерапія. У багатьох випадках потрібно більше одного виду терапії.

## Обов'язково запитайте:

- Яка мета лікування?
- Який у мене тип раку сечового міхура?
- Чи проник рак у м'язовий шар сечового міхура?
- Яку стадію має мій рак сечового міхура, і що це означає?
- Чи знадобляться мені додаткові діагностичні дослідження?
- Чи можна видалити цю злоякісну пухлину повністю?
- Чи потрібно видалити мій сечовий міхур? Якщо так, то як я буду мочитися після операції?
- Якщо після операції мені знадобиться катетер або інший пристрій для сечовипускання, як довго він буде у мене?

## Чого очікувати до та під час лікування

Ваша команда онкологічної допомоги пояснить вам план вашого лікування. До складу цієї команди можуть входити різні лікарі, медсестри та інші медичні працівники, залежно від типу лікування, якого ви потребуєте. Наприклад, якщо вам необхідна променева терапія, то ви працюватимете з онкологом-радіологом, щоб дізнатися, чого очікувати до, під час і після променевої терапії. Якщо вам потрібні інші види лікування, ваш лікар або команда онкологічної допомоги пояснять, як це проводиться, допоможуть вам до цього підготуватися, простежать за тим, як у вас йдуть справи і нададуть допомогу в разі будь-яких побічних ефектів. Для того щоб побачити, наскільки ефективно ваше лікування, в певний час у вас можуть проводити аналізи крові, сканування або інші діагностичні дослідження.

Не всі, хто проходить лікування раку сечового міхура, матимуть однакові побічні ефекти. Наприклад, людині можуть видалити частину або весь сечовий міхур. Побічні ефекти цієї хірургії відрізняються від побічних ефектів хіміотерапії, цільової медикаментозної терапії, імунотерапії або опромінення. І люди, які отримують однакове лікування, можуть мати різні побічні ефекти.

## Обов'язково запитайте:

- Чи потрібне мені інше лікування, ніж операція? Як ви вважаєте, що для мене найкраще, і чому?
- Чи є якісь клінічні дослідження для мого типу раку?
- Які побічні ефекти можуть бути у мене, і що я можу з ними зробити?
- Як ми дізнаємося, що лікування працює?
- Як часто я буду проходити лікування? Як довго воно триватиме?
- Куди мені звертатися для лікування? Чи зможу я сам вести машину?
- Чи зможу я продовжувати займатися своїми звичайними справами, такими як робота і фізичні вправи?
- Чи вплине лікування на моє сексуальне життя? Як саме й на який час? Що я зможу зробити, аби допомогти з цим?

## Чого очікувати після лікування

Після лікування попросіть свого лікаря-онколога надати вам коротку інформацію про лікування та план подальшого спостереження. Це має назву «план забезпечення виживаності пацієнта». Ваш лікар-онколог співпрацюватиме з вашою сім'єю або лікарем первинної ланки, щоб допомагати впоратися з побічними ефектами лікування та перевіряти загальний стан вашого здоров'я. Ви будете регулярно проходити діагностичні дослідження, щоб перевіряти, чи не повернувся ваш рак або чи не з'явилася нова злоякісна пухлина в іншій частині тіла.

Після лікування ви можете зіткнутися зі змінами у своєму організмі. Хірургічне втручання та інші методи лікування можуть змінити роботу вашого сечового міхура та інших органів. У вас можуть бути сексуальні проблеми або зміни в сечовипусканні. Обов'язково запитайте свого лікаря, чого вам очікувати, і дайте йому знати у разі виникнення якихось проблем.

Люди, які перенесли рак сечового міхура, мають високий ризик виникнення його знову. Навіть якщо ви відчуваєтеся добре, важливо запитати свою команду онкологічної допомоги про графік регулярних обстежень з метою перевірки, чи не повернувся рак сечового міхура.

У деяких людей рак може повністю не зникнути. Вони можуть продовжувати лікування, і діагностичні дослідження все ще будуть потрібні, щоб бачити, наскільки воно ефективне.

## Обов'язково запитайте:

- Де я можу отримати копію короткої інформації про своє лікування?
- Як часто мені потрібно бачитися зі своєю командою онкологічної допомоги?
- Коли та як мені з ними зв'язуватися?
- Чи потрібні мені будуть діагностичні дослідження, щоб побачити, чи не повернувся рак, або перевірити наявність проблем через лікування?
- Чи потрібні мені якісь скринінгові дослідження (на кшталт мамографії або колоноскопії) для виявлення інших видів раку на ранній стадії?
- Чи існують якісь пізні або довгострокові побічні ефекти лікування, за якими мені варто стежити?
- Де я зможу знайти свою медичну документацію після лікування?



Для отримання додаткової інформації та підтримки, відвідайте веб-сайт Американського онкологічного товариства за адресою [cancer.org/ukranian](https://cancer.org/ukranian) або зателефонуйте нам за номером **1-800-227-2345**. Ми тут, коли ми вам потрібні!

## Залишатися здоровим...

Обов'язково повідомте свого лікаря або команду онкологічної допомоги, якщо які-небудь побічні ефекти лікування не зникають або з'явилися нові симптоми!

Є речі, які ви можете робити, щоб зберегти своє здоров'я під час і після лікування. Зменшити ймовірність розвитку раку сечового міхура може допомогти відмова від куріння. Якщо ви працюєте біля хімікатів, уточніть у свого лікаря, яких із них слід намагатися уникати. Добре харчування, пиття достатньої кількості рідини, активність, досягнення й підтримання нормальної ваги та уникання алкоголю також можуть допомогти вам залишатися здоровим і знизити ризик виникнення нового раку сечового міхура або інших видів раку.

## Як розбиратися зі своїми почуттями

Рак сечового міхура може зробити вас наляканим, сумним або нервозним. Мати такі почуття — нормально; є способи допомогти вам впоратися з ними.

- Не намагайтеся впоратися зі своїми почуттями самостійно! Говоріть про них, якими б вони не були.
- Відчувати смуток або пригніченість час від часу — це нормально, але якщо ви відчуваєте їх довше кількох днів, повідомте своїй команді онкологічної допомоги.
- Якщо ваш лікар дозволяє, продовжуйте робити те, що вам подобається, наприклад, проводити час на свіжому повітрі, ходити в кіно, на спортивні заходи чи просто повечеряти.
- Для виконання таких завдань, як приготування їжі та прибирання, звертайтеся по допомогу.

Можливо, ви захочете звернутися до друзів, сім'ї, релігійних лідерів чи груп. Консультування також може допомогти. Деякі люди вважають корисним поспілкуватися з тими, хто пройшов через те ж саме. Це може запропонувати група взаємодопомоги. Розкажіть своїй команді онкологічної допомоги, як себе відчуваєте. Вони допоможуть вам знайти потрібну підтримку.