



Після постановки діагнозу «рак нирки»



Нирки — це два органи, розташовані за верхньою задньою стінкою черевної порожнини (живота). Нирки видаляють відходи з інших органів, утворюючи сечу, яка виводиться з організму, коли ви мочитеся. Рак нирки називають також «нирковим раком». Якщо вам уже сказали, що у вас рак нирки, то ви, ймовірно, вже проходили сканування та рентгенодіагностику, здавали аналізи крові й 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 та зміни генів («біомаркери»). У вас можуть також бути інші процедури, щоб з'ясувати, чи поширився цей рак. Ці дослідження допомагають лікарю дізнатися, який у вас тип раку нирки, яку стадію він має та яке лікування могло б допомогти.

Лікування раку нирки

Варіанти вашого лікування будуть також залежати від результатів досліджень на ракових клітинах, вашого здоров'я, а також ваших персональних уподобань. Деякі невеликі форми раку нирки, які ростуть повільно, не потребують негайного лікування. У цьому випадку, перш ніж почати лікування, лікарі можуть спостерігати й чекати, щоб побачити, чи росте ця пухлина.

Для лікування більшості випадків раку нирки використовують хірургічне втручання. Це може бути єдиним необхідним лікуванням, особливо якщо рак знаходиться лише в одній нирці й не поширився на інші частини тіла. Хірургічне втручання з метою часткового або повного видалення нирки називається «нефректомія».

Інше лікування може включати абляцію, опромінення та лікарські засоби, такі як хіміотерапія, цільова («таргетна») медикаментозна терапія або імунотерапія. У багатьох випадках потрібно більше одного виду терапії. Ваше лікування залежатиме від типу й стадії раку нирки, а також його місцезнаходження. Ваш лікар допоможе вам вирішити, які методи лікування найкраще підходять саме вам.

Обов'язково запитайте:

- Яка мета лікування?
- Який у мене тип раку нирки?
- Цей рак знаходиться в одній нирці чи в обох?
- Яку стадію має мій рак нирки, та що це означає?
- Що ще ви дізналися з результатів моїх діагностичних досліджень?
- Чи знадобляться мені додаткові діагностичні дослідження?
- Чи знадобиться мені операція? Чи можна видалити цю пухлину?
- Мені треба видаляти одну нирку чи обидві?

Чого очікувати до та під час лікування

Ваша команда онкологічної допомоги пояснить 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. Він розкаже, чого очікувати до, під час і після променевої терапії. Якщо вам потрібні інші види лікування, ваша команда онкологічної допомоги пояснить, як це проводиться, допоможе вам до цього підготуватися, простежить за тим, як у вас йдуть справи, та допоможе впоратися з будь-якими побічними ефектами. Для того щоб побачити, наскільки ефективно ваше лікування, в певний час у вас можуть проводити аналізи крові, а також сканування та інші діагностичні дослідження.

Не всі, хто проходить лікування раку нирки, мають однакові побічні ефекти. Наприклад, побічні ефекти видалення нирки відрізняються від побічних ефектів хіміотерапії, цільової медикаментозної терапії, імунотерапії та променевої терапії. І люди, які отримують однакове лікування, можуть мати різні побічні ефекти.

Обов'язково запитайте:

- Які варіанти лікування є для мене? Як ви вважаєте, що для мене найкраще та чому?
- Чи є якісь клінічні дослідження для мого типу раку?
- Які побічні ефекти можуть бути у мене та що я можу з ними зробити?
- Як ми дізнаємося, що лікування працює?
- Як часто я буду проходити лікування? Як довго воно триватиме?
- Куди мені треба буде звертатися для лікування? Чи зможу я сам вести машину?
- Чи зможу я продовжувати займатися своїми звичайними справами, такими як робота і фізичні справи?

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.

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

Після лікування ви можете зіткнутися зі змінами у своєму організмі. Хірургічне втручання та інші види лікування можуть змінити роботу ваших нирок, що може різними шляхами вплинути на організм. Обов'язково запитайте лікаря, чого вам очікувати, та дайте йому знати у разі виникнення якихось проблем.

Люди, які перенесли рак нирки, мають ризик виникнення його знову, появи раку в іншій нирці або появи деяких інших видів раку. Навіть якщо після закінчення лікування ви відчуваєтеся добре, важливо запитати свою команду онкологічної допомоги про графік регулярних діагностичних досліджень подальшого спостереження з метою перевірки, чи не повернувся ваш рак нирки.

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 копії короткої інформації про своє лікування та плану подальшого спостереження?
- 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 або зателефонуйте нам за номером **1-800-227-2345**. Ми тут, коли ми вам потрібні!

Залишатися здоровим

Є речі, які ви можете робити, щоб зберегти своє здоров'я під час і після лікування. Зменшити ймовірність розвитку у вас раку нирки може допомогти відмова від куріння. Важливо також перевіряти й тримати під контролем свій кров'яний тиск. Досягнення й підтримання нормальної ваги, добре харчування, активність та уникання алкоголю також можуть допомогти вам залишатися здоровим і знизити ризик виникнення нового раку нирки або інших видів раку.

Як розбиратися зі своїми почуттями

Рак нирки 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.