



# Що таке рак?

What is cancer? – Ukrainian



Every cancer. Every life.®

У Сполучених Штатах Америки рак вражає кожного другого чоловіка і кожен третю жінку. Є ймовірність, що рак уразив вас або когось із ваших знайомих.

Рак з'являється тоді, коли є зміни в клітинних компонентах людини, які називаються "генами". Якщо ці зміни призводять до раку, вражені клітини можуть вийти з-під контролю і витіснити нормальні клітини. Ракові клітини можуть також поширюватися з того місця, де вони виникли, в інші частини тіла.

## Де може з'явитися рак?

Рак може з'явитися у будь-якій частині організму. Сюди входять органи, м'язи, кістки та кров. Рак називають за частиною тіла або типом клітин, де він з'являється. Наприклад, рак, який з'являється в молочній залозі, називають «раком молочної залози» (навіть якщо він поширюється на інші частини тіла).

## Коли рак поширюється та розростається

Іноді ракові клітини можуть поширюватися в інші частини тіла (метастаз). Вони можуть потрапляти в лімфатичні вузли або інші органи, викликаючи проблеми в роботі організму.

Деякі типи раку розростаються швидко. Інші ростуть повільніше. Деякі з більшою ймовірністю поширюються на інші частини тіла. Інші схильні залишатися там, де з'явилися.

## Що таке пухлина?

Пухлина — це утворення або ущільнення, що складається з багатьох клітин. Деякі пухлини є раком (злоякісні), але багато пухлин не є раком (доброякісні).

Деякі види раку спричинені змінами в клітинах крові і не викликають пухлин. Це такі види раку, як лейкемія, мієлома та лімфома.

## Що є причиною раку?

Існує багато факторів ризику виникнення раку. Ваш ризик захворіти на рак може підвищитися внаслідок:

- деяких звичок способу життя
- генних змін, які ви отримуєте від батьків (тобто успадкованих)
- впливу речей, які є на роботі, вдома чи на вулиці та можуть спричинити рак

## Словник

Ось деякі слова, які ви можете почути від своєї команди онкологічної допомоги.

**Доброякісний.** Пухлини, які не є раком

**Біомаркери.** Частини деяких ракових клітин, які можуть бути використані для вибору найкращого лікування, перевірки ефективності лікування та спостереження за тим, чи не повернувся рак. Їх також називають «онкомаркерами».

**Стадія раку.** Розмір злоякісної пухлини та чи поширився рак з того місця, де з'явився

**План лікування раку.** Схема лікувальних процедур, які ви отримаєте, коли саме їх буде проведено, та як довго, швидше за все, триватиме лікування

**Гени.** Компоненти клітин, які повідомляють клітинам, коли рости, ділитися та виконувати свої функції. Ви отримуєте гени від батьків.

**Лімфатичні вузли.** Невеликі структури, які фільтрують в організмі рідину. Вони затримують такі речі, як ракові клітини та збудники інфекцій. Імунні клітини в лімфатичних вузлах допомагають організму боротися з інфекціями та раком.

**Злоякісний.** Пухлини, які є раком

**Метастаз.** Коли рак поширюється з однієї частини тіла на іншу

**Фактор ризику.** Щось, що підвищує ризик захворіти на рак

**Скринінг-тести.** Діагностичні дослідження, які проводять для виявлення раку ще до того, як у людини з'являться будь-які симптоми

Ці речі можуть викликати зміни в генах, які здатні призвести до раку. Проте в багатьох випадках причина раку не відома.

Ви не можете змінити гени, отримані від батьків, але можете знизити ризик розвитку раку таким чином:

- уникаючи тютюну та пасивного куріння
- вживаючи здорову їжу
- будучи активним
- підтримуючи здорову вагу
- обмежуючи кількість випитого алкоголю
- захищаючи свою шкіру від сонця

## Як виявляють рак?

Деякі види раку виявляють, коли у людини є симптоми, які не зникають. Інші види раку виявляють, коли людина проходить регулярні скринінг-тести. Скринінг-тести можуть допомогти виявити певні види раку до того, як у людини з'являться симптоми, або коли злякисні пухлини менші за розміром та їх легше лікувати.

## Що означає стадія раку?

Коли рак виявлено, команда онкологічної допомоги захоче з'ясувати його стадію і будь-які інші фактори, які можуть бути використані для прийняття рішення про найкраще лікування.

Щоб визначити стадію раку, проводять діагностичні дослідження, які показують, наскільки велика злякисна пухлина і чи поширився рак на інші частини тіла. Більш низька стадія (наприклад, 1 або 2) означає, що рак поширився не дуже сильно. Більше число (наприклад, 3 або 4) означає, що хвороба поширилася більше.

## Як лікують рак?

Лікування раку залежить від типу та стадії вашого раку. Воно також буде залежати від результатів аналізів, які можуть бути зроблені з використанням ваших ракових клітинах («біомаркери»), щоб побачити, чи є в них якісь зміни, які можуть вплинути на лікування.

Рак лікують за допомогою хірургічних втручань, радіоактивного випромінювання та лікарських засобів. Часто застосовують більше одного виду лікування (якщо разом вони працюють краще).

**Хірургічне втручання** використовують для часткового або повного видалення злякисної пухлини. Це може бути єдине необхідне лікування, якщо злякисна пухлина лише в одному місці. Або хірургічне втручання може застосовуватися разом з іншими засобами лікування.

**Радіоактивне випромінювання** може вбити ракові клітини або сповільнити їх ріст в одній ділянці тіла. Більшість променевих процедур схожі на отримання рентгенівського знімка. Але іноді опромінення проводять всередині тіла, близько до пухлини.

**Ліки** використовують, щоб вбити ракові клітини або змусити їх рости повільніше. Вони можуть лікувати рак у будь-якій частині тіла. Ці лікарські засоби називають «хіміотерапією», «таргетною медикаментозною терапією», «імунотерапією» та «гормональною терапією».

Деякі з цих ліків вводять у вену через голку («внутрішньовенно»). Інші дають у вигляді таблеток. А деякі застосовують інакше, наприклад, вводять у сечовий міхур. Кожен препарат діє по-своєму, тому іноді використовують разом два або більше препаратів.

Разом зі своєю командою онкологічної допомоги ви вирішите, яке лікування буде найкращим. Команда підтримуватиме вас під час всього лікування. Вони даватимуть відповіді на запитання, допомагатимуть впоратися з побічними ефектами та відстежуватимуть, як працює ваше лікування.



Щоб дізнатися більше, відвідайте веб-сайт Американського онкологічного товариства за адресою **cancer.org** або зателефонуйте нам за номером **1-800-227-2345**. Ми тут, коли вам потрібні.