



Коли у вас діагностовано колоректальний рак

Якщо вам сказали, що у вас рак товстої або прямої кишки, який також називають колоректальним раком, то ви, ймовірно, вже пройшли колоноскопію, інші види сканування та біопсію (тест, при якому проводиться забір зразків тканин для перевірки на рак). Можливо, проводилися інші аналізи ракових клітин на наявність певних білків та генних змін. Можливо, ви пройшли інші види сканування або процедури, щоб з'ясувати, чи не поширився рак. Ці тести допомагають лікарю визначити, який у вас тип колоректального раку, зокрема, його локалізацію - у товстій або у прямій кишці, його стадію та лікування, яке може вам допомогти.

Існує багато методів лікування колоректального раку, включаючи хірургічне втручання, опромінення та лікарські засоби, такі як хіміотерапія, таргетна медикаментозна терапія або імунотерапія. Часто потрібно декілька видів лікування. Лікування здебільшого залежить від типу, стадії та локалізації вашого колоректального раку. Вибір лікування також залежить від результатів тестування ракових клітин, проблем зі здоров'ям, які у вас можуть бути, і вашого особистого вибору. Ваш лікар допоможе вам вирішити, які методи лікування підходять вам найкраще.

Обов'язково запитайте:

- Який у мене тип колоректального раку?
- Яка в мене стадія колоректального раку і що вона означає?
- Про що ще ви дізналися щодо мого колоректального раку з результатів тестів?
- Чи знадобляться мені додаткові аналізи?
- Які методи лікування, на вашу думку, найкраще підходять для лікування мого колоректального раку?
- Які є ймовірні побічні ефекти лікування?

Чого очікувати під час лікування

Бригада онкологічної допомоги пояснить вам план лікування. До цієї бригади можуть входити різні лікарі, медсестри та інші медичні працівники, залежно від потрібного вам типу лікування.

Наприклад, більшості людей із колоректальним раком потрібне хірургічне втручання. Якщо вам потребуватиметься операція, ви будете працювати з хірургом і бригадою онкологічної допомоги, щоб дізнатися, чого чекати до і після операції. Декому з тих, хто переніс операцію, знадобиться накладення стоми (колостоми або ілеостоми), якщо їх товста або тонка кишка (кишечник) погано працюють після операції. Стома – це отвір у черевній порожнині, через який кал виводиться із організму. Декому стома потрібна на кілька місяців (тимчасова), тоді як в інших вона залишається на все життя (постійна). Якщо вам потрібна стома, спеціально натреновані медичні працівники навчать вас доглядати за нею. Вони також допоможуть вам отримати необхідні матеріали.

Якщо вам потрібні інші види лікування, ваш лікар або бригада онкологічної допомоги пояснить, як воно проводиться, допоможе вам

підготуватися до нього, відстежуватиме ваше самопочуття, і допоможе вам впоратися з будь-якими побічними ефектами. Вам також може знадобитися здавати аналіз крові, проходити рентген або сканування у певний час, щоб перевірити ефективність лікування.

Не у всіх, хто проходить лікування колоректального раку, будуть однакові побічні ефекти. Наприклад, побічні ефекти хірургічного втручання відрізняються від побічних ефектів хіміотерапії, таргетної медикаментозної терапії, імунотерапії або променевої терапії. Люди, які отримують однакове лікування, можуть мати різні побічні ефекти.

Обов'язково запитайте:

- Які в мене є варіанти лікування? Який, на вашу думку, для мене кращий і чому?
- У чому полягає мета лікування?
- Які у мене можуть бути побічні ефекти і що я можу зробити у цьому відношенні?
- Чи зміниться в мене робота кишечника в результаті лікування?
- Чи знадобиться мені колостома чи ілеостома і на який період?
- Якщо мені знадобиться стома, хто навчить мене доглядати за нею?
- Якщо колостома або ілеостома у мене тимчасова, коли вона буде закрита (видалена) і хто її закриє?
- Як ми дізнаємося, чи ефективно лікування?
- Як часто я проходитиму лікування і як довго воно триватиме?
- Куди я їздитиму на лікування, і чи зможу я їздити туди машиною самостійно?
- Чи можу я продовжувати займатися своєю звичайною діяльністю, такою як робота, фізичні вправи та статеві відносини?

Чого очікувати після лікування

Після лікування бригада онкологічної допомоги допоможе вам впоратися з будь-якими побічними ефектами, які у вас все ще можуть бути. Вам також проводитимуть регулярні тести, щоб перевірити, чи немає у вас рецидиву раку, або чи не виник у вас новий рак в іншій частині тіла.

У деяких людей рак може пройти не повністю. Їх лікування може продовжуватися, і все одно їм знадобляться тести для перевірки ефективності лікування.

Обов'язково повідомте свого лікаря або когось із бригади онкологічної допомоги про побічні ефекти, які не проходять після лікування, або про будь-які нові симптоми.

Вам також може бути важко впоратися зі змінами в організмі після лікування. Наприклад, у вас може змінитися робота кишечника. Якщо у вас є колостома або ілеостома, дізнайтеся, що ви можете зробити і як справлятися з тим, що вона у вас є. Деякі люди, які перенесли певні види операцій зв'язаних з колоректальним раком, можуть мати сексуальні проблеми. Поговоріть з бригадою онкологічної допомоги про те, як вирішити будь-які проблеми, які у вас є.

Навіть якщо у вас закінчився курс лікування, і ви почуваєтеся добре, важливо запитати бригаду онкологічної допомоги про регулярний графік наступних тестів. Мета цих тестів – перевірити, чи немає у вас нових поліпів чи рецидиву колоректального раку.

Обов'язково запитайте:

- Як часто мені потрібно відвідувати бригаду онкологічної допомоги?
- Чи знадобляться мені тести, щоб перевірити чи немає в мене рецидиву раку, або обстежити на наявність проблем, спричинених лікуванням?
- Чи потрібен мені подальший план після лікування?
- Чи є пізні або довгострокові побічні ефекти лікування, які я маю відслідковувати?
- Хто може допомогти мені з питаннями щодо стоми, якщо вона в мене є?
- Коли і як я маю зв'язуватися з бригадою онкологічної допомоги?
- Де я можу знайти свою медичну документацію після лікування?

Підтримання здоров'я

Ви можете багато чого зробити для підтримки здоров'я під час та після лікування колоректального раку. Правильне харчування, активність, підтримання здорової ваги, відмова від куріння та споживання алкоголю можуть принести користь. Дещо із зазначеного також може допомогти вам знизити ризик виникнення нового колоректального раку або інших видів раку.

Не забувайте проходити обстеження на інші види раку та продовжуйте перевірятися на наявність інших проблем зі здоров'ям. Поговоріть зі своїм лікарем про план скринінгу та тестування, який підходить саме вам.

Як впоратися зі своїми почуттями

Колоректальний рак може викликати у вас страх, сум або нервозність. Вам також може бути важко впоратися зі змінами у тілі після лікування. Це нормальні почуття і є способи допомогти вам впоратися з ними.

- Не намагайтеся впоратися з цими почуттями самостійно. Говоріть про свої почуття, якими б вони не були.
- Іноді почуття смутку чи пригніченості – це нормально, але якщо ці почуття не минають через декілька днів, повідомте про це бригаду онкологічної допомоги.
- Робіть те, що вам подобається, наприклад, ходіть у кіно, на вечерю в ресторан, проводьте час на свіжому повітрі або відвідайте спортивні заходи, з дозволу лікаря.
- Звертайтеся за допомогою при виконанні таких завдань, як приготування їжі та прибирання.

Ви можете звернутися до друзів, родини або релігійних лідерів чи груп. Деяким людям буває корисно поговорити з тими, хто пережив те саме. Це може запропонувати група підтримки. Іншим може допомогти консультація. Розкажіть бригаді онкологічної допомоги про свої почуття. Вони можуть допомогти вам знайти потрібну підтримку.

Для отримання інформації про рак, повсякденну допомогу та підтримку, зателефонуйте до Американського онкологічного товариства за телефоном **1-800-227-2345** або відвідайте наш сайт в Інтернеті за адресою **cancer.org/coloncancer**.
Ми тут, коли ви потребуєте нас.



cancer.org | 1.800.227.2345

UKRAINIAN
©2022, American Cancer Society, Inc.
No. 080816-Rev. 8/22

