



После поставување на дијагноза на рак на јајникот

After a diagnosis of Ovarian Cancer

Откако ќе дознаете дека имате рак на јајникот, може да бидете шокирани, вознемирени, загрижени или збунети. Овие реакции се нормални. Може да биде корисно ако зборувате за можностите за лекување со вашиот доктор, семејство и пријатели. Поставувајте прашања и побарајте онолку информации колку што чувствувате дека ви се потребни. Од вас зависи колку ќе сакате да бидете вклучени при донесувањето одлуки за вашето лекување.

Ракот на јајникот е деветиот најчест вид на рак кај австралиските жени, со дијагностицирање на повеќе од 1200 случаи секоја година. Не се знае зошто некои жени заболуваат од рак на јајникот а други не. Дијагностицирањето на ракот на јајникот може да биде тешко затоа што симптомите се често неодредени и слични на симптомите на многу други чести болести.

Како се лекува ракот на јајникот?

Во вашето лекување и нега може да бидат вклучени повеќе различни здравствени стручни лица. Видот на лекувањето што ќе ви го понудат ќе зависи од стадиумот во кој се наоѓа ракот и вашата општа здравствена состојба. Иако скоро сите видови на лекување се проследени со несакани последици, повеќето од нив може ефикасно да се контролираат. Прашајте го вашиот доктор да ви објасни какви несакани последици можете да очекувате да се појават и како најдобро ќе можете да ги контролирате.

Операцијата обично е првото лекување на ракот на јајникот. Целта на операцијата е да се потврди дијагнозата, да се утврди каде се проширил ракот во случаи на рак во ран стадиум и да се отстрани колку што е можно повеќе од туморот во случаи на рак во напреднат стадиум. Ова овозможува другите видови на лекување, на пример, хемотерапијата и терапијата со зрачење, да бидат поефикасни.

При хемотерапијата се користи комбинација на лекови кои помагаат да се нападат канцерогените клетки и да се забави или запре нивниот раст. Хемотерапијата ќе им се препорача на повеќето жени како дел од лекувањето, затоа што таа го намалува ризикот ракот повторно да се појави.

Хемотерапија за рак на јајникот обично се дава преку апарат за инфузија во вената на раката. Вашиот гинеколог-онколог или онкологот-специјалист ќе ви објасни кои лекови се препорачуваат за хемотерапија на ракот што го имате. Исто така ќе ви објаснат кои се несаканите последици, колку долго треба да ги примате лековите за хемотерапија и каде можете да примате хемотерапија.

При терапијата со зрачење се користат рендгенски зраци со кои се отстрануваат канцерогените клетки. Само мал број на жени со рак на јајникот ќе имаат терапија со зрачење. Вашиот лекарски тим ќе разговара со вас дали ви се препорачува терапија со зрачење. Терапијата со зрачење исто така може да се користи за да се намали големината на ракот, да се ублажат болките, чувството на непријатност или други симптоми.

Диететската терапија, или здрава исхрана која вклучува разновидна храна, ќе осигура да ги примате потребните материи за вашиот организам за тој да може да се справи со лекувањето и заздравувањето. Осигурете се да разговарате со вашиот диететичар и доктор.

Физичката терапија може да го подобри заздравувањето од рак. Истражувањата покажуваат дека редовната физичка активност е

корисна и дека таа може да ги намали несаканите последици, на пример, премореноста. Зборувајте за тоа со вашиот физиотерапевт или физиолог и докторот.

Што да правам во врска со моето физичко и емотивно здравје?

- Не се плашете да побарате професионална и емотивна поддршка.
- Размислете да се вчлените во некоја група за поддршка на лица заболени од рак.
- Научете да ги игнорирате несаканите совети и 'страшните приказни'.
- Живејте го животот од ден за ден и запаметете дека секој ден веројатно ќе биде различен.

Комплементарните (дополнителните) терапии може да се успешни заедно со медицинското лекување и некои од нив се покажале дека го подобруваат квалитетот на животот или дека ја намалуваат болката. Не постојат докази дека овие терапии може да го излечат или спречат ракот. Важно е да запаметите дека некои од овие терапии не се проверени за несакани последици, дека тие може да делуваат негативно на медицинското лекување и дека може да се скапи. Известете го вашиот доктор за сите комплементарни терапии кои размислувате да ги користите.

Запаметете, ако сте загрижени или имате прашања, ве молиме стапете во контакт со вашиот доктор.

Каде можам да добијам веродостојни информации?

Информативна линија на Советот за рак (Cancer Council Helpline) на 13 11 20

Информации и поддршка за вас и вашето семејство по цена на локален телефонски повик од било каде во Австралија.

Интернет страниците на совет за рак (Cancer Council)
(со врски до Советите за рак во државите и териториите)
www.cancer.org.au

Национален центар за рак на дојката и јајникот (National Breast and Ovarian Cancer Centre)
www.nbcc.org.au

Национална мрежа за рак на јајникот (National Ovarian Cancer Network)
1300 660 334
www.ovca.org

Гинеколошко здружение за рак (Gynaecological Cancer Society)
1800 700 288
www.gcsau.org

Австралискиот совет за рак му се заблагодарува на Националниот центар за рак на дојката и јајникот за нивниот придонес при подготвувањето на овој информативен лист.

Служба за преведување и толкување 13 14 50