

Τι να αναμένετε κατά τη διάρκεια κάθε σταδίου της
θεραπείας και μετέπειτα

Καρκίνος του Παχέος Εντέρου

Αυτό το ενημερωτικό φυλλάδιο σας εξηγεί τι μπορείτε να ρωτήσετε πριν, κατά τη διάρκεια αλλά και μετά τη θεραπεία σας για τον καρκίνο του παχέος εντέρου. Μπορείτε να ζητήσετε από την ομάδα της περίθαλψής σας περισσότερη ενημέρωση και στήριξη. Η συνεργασία

με την ομάδα της περίθαλψής σας σημαίνει ότι εξασφαλίζετε πως λαμβάνετε τη θεραπεία, τις πληροφορίες και τη στήριξη που είναι κατάλληλες για εσάς.

1. Προσυμπτωματικός Έλεγχος

Ορισμένοι καρκίνοι του παχέος εντέρου διαπιστώνονται στον προσυμπτωματικό έλεγχο. Προσυμπτωματικός έλεγχος σημαίνει ότι μπορείτε να κάνετε μια εξέταση στο σπίτι ή κατά την ιατρική εξέτασή σας η οποία λέγεται Εξέταση Ανίχνευσης Αίματος στα Κόπρανα (FOBT). Αυτή είναι μια εύκολη εξέταση όπου ένα μικρό δείγμα από τα κόπρανα ελέγχεται για να

διαπιστωθεί εάν περιέχουν αίμα. Το National Bowel Cancer Screening Program (Το Εθνικό Πρόγραμμα Προσυμπτωματικού Ελέγχου Καρκίνου του Παχέος Εντέρου) είναι δωρεάν για οποιονδήποτε άνω των 50 ετών. Θα πρέπει να κάνετε την εξέταση κάθε δυο χρόνια. Μπορείτε να ζητήσετε από το γιατρό σας περισσότερες πληροφορίες.

2. Η επίσκεψη στο γιατρό σας

Ο γιατρός σας θα πρέπει να κάνει έναν έλεγχο για να διαπιστώσει αν μπορεί να βρει γιατί δεν αισθάνεστε καλά. Θα σας ρωτήσει για τυχόν συμπτώματα που μπορεί να έχετε:

- Αίμα στα κόπρανα
- Αλλαγές στο πόσο συχνά χρειάζεται να πάτε στην τουαλέτα
- Πόνο στην περιοχή της κοιλιάς ή του στομάχου
- Κάποια μάζα, σκληρότητα ή αλλαγή στην περιοχή του στομάχου
- Χάσιμο βάρους γρήγορα, ή χωρίς λόγο

Ο γιατρός σας θα πρέπει να συνεργάζεται μαζί σας για να σιγουρευτεί ότι έχετε τις πληροφορίες και τη στήριξη που χρειάζεστε. Μπορείτε να ρωτήσετε το γιατρό σας σχετικά με το:

- Τι συμβαίνει στο σώμα σας και γιατί μπορεί να συμβαίνει αυτό
- Τι θα συμβεί ή μπορεί να συμβεί
- Πώς αισθάνεστε και πώς να παραμείνετε συναισθηματικά υγιείς
- Με ποιόν μπορείτε να μιλήσετε για να λάβετε τη στήριξη που χρειάζεστε
- Πού μπορείτε να λάβετε περισσότερες πληροφορίες και υποστήριξη

Ο γιατρός σας ίσως να κάνει εξετάσεις για να ελέγξει για καρκίνο του παχέος εντέρου:

Δακτυλική εξέταση από το ορθό

Ο γιατρός σας ίσως κάνει αυτήν την εξέταση κατά την διάρκεια του ελέγχου. Θα φοράει γάντια και θα βάλει ένα από τα δάκτυλά του στον πρωκτό σας. Ο γιατρός θα ελέγξει για να δει εάν μπορεί να διαπιστώσει κάποιο πρόβλημα στον πρωκτό ή στο ορθό. Αυτά είναι μέρη του σώματος λίγο πιο μέσα από τον πισινό σας.

Εξετάσεις αίματος

Ίσως κάνετε εξέταση αίματος. Στην εξέταση αίματος ο γιατρός θα πάρει ένα δείγμα από το αίμα σας και θα το εξετάσει για να ελέγξει την υγεία σας. Θα κοιτάξει επίσης για ενδείξεις εάν χάνετε αίμα στα κόπρανά σας.

Ο γιατρός σας ίσως σας στείλει για περισσότερες εξετάσεις σε σπεσιαλίστα (εξειδικευμένο ιατρό). Ο σπεσιαλίστας είναι γιατρός που είναι εκπαιδευμένος να εργάζεται με άτομα που έχουν καρκίνο του παχέος εντέρου. Ο γιατρός σας θα πρέπει να δώσει στον σπεσιαλίστα πληροφορίες από το ιατρικό ιστορικό σας, εάν κάποιος άλλος στην οικογένειά σας έχει καρκίνο και τα αποτελέσματα από τις εξετάσεις σας.

Μπορείτε να ρωτήσετε τον σπεσιαλίστα:

- Τι εξετάσεις πρόκειται να κάνετε
- Τι θα γίνει στις εξετάσεις
- Τι θα αποκαλύψουν οι εξετάσεις

Στις επισκέψεις σας μπορείτε να έχετε μαζί σας κάποιον από την οικογένειά σας ή φίλο σας. Μπορείτε να ζητήσετε από το γιατρό σας περισσότερες πληροφορίες και στήριξη ώστε να σιγουρευτείτε ότι έχετε αυτά που χρειάζεστε.

3. Εξετάσεις

Ο σπεσιαλίστας θα κάνει μια εξέταση που λέγεται κολονοσκόπηση για να δει εάν έχετε καρκίνο του παχέος εντέρου. Αυτή η εξέταση χρησιμοποιείται για να διαπιστωθεί εάν έχετε καρκίνο του παχέος εντέρου. Αυτό λέγεται διάγνωση.

Κολονοσκόπηση

Είναι μια εξέταση όπου μια μικρή κάμερα σε ένα σωλήνα εισέρχεται μέσα στον πρωκτό. Ο σπεσιαλίστας θα χρησιμοποιήσει αυτό για να εξετάσει το παχύ έντερο και να δει εάν υπάρχει κάποια ανωμαλία. Αυτό γίνεται με αναισθησία και έτσι δεν θα το αισθανθείτε. Ο γιατρός σας ή ο σπεσιαλίστας θα πρέπει να σας εξηγήσει τι θα χρειαστεί να κάνετε πριν την κολονοσκόπηση.

Εάν ο σπεσιαλίστας δεν μπορεί να βρει τίποτα ίσως δεν χρειάζεστε άλλες εξετάσεις.

Εάν πράγματι έχετε καρκίνο του παχέος εντέρου, ο σπεσιαλίστας θα κάνει επιπλέον εξετάσεις για να δει εάν ο καρκίνος μεγαλώνει ή εάν έχει εξαπλωθεί. Αυτό λέγεται εξέταση των σταδίων του καρκίνου.

Ίσως να κάνετε μια εξέταση ή

έναν συνδυασμό εξετάσεων:

Μαγνητική τομογραφία (MRI)

Μια τομογραφία όπου χρησιμοποιούνται μαγνητικά πεδία και ραδιοκύματα για να φτιάξουν μια λεπτομερή εικόνα του σώματος.

Αξονική τομογραφία (CT scan)

Υπολογιστές και ακτίνες-χ χρησιμοποιούνται για να φτιάξουν μια λεπτομερή εικόνα του παχέος εντέρου.

Υπερηχογράφημα

Κύματα ήχου χρησιμοποιούνται για να φτιάξουν μια εικόνα του παχέος εντέρου.

Μπορείτε να ρωτήσετε το γιατρό σας πώς να βρείτε μια ομάδα στήριξης από ομοιοπαθείς. Η γνώση ότι υπάρχουν άλλοι άνθρωποι που καταλαβαίνουν τι περνάτε μπορεί να σας βοηθήσει.

Οι φίλοι και η οικογένειά σας μπορούν να μιλήσουν σε μια ομάδα στήριξης για φροντιστές.

4. Θεραπεία

Ο σπεσιαλίστας σας θα πρέπει να συνεργάζεται με μια ομάδα. Η ομάδα σας απαρτίζεται από άτομα που καταλαβαίνουν τον καρκίνο του παχέος εντέρου.

Η ομάδα σας θα επανεξετάσει τα αποτελέσματα από τις εξετάσεις σας. Θα πρέπει να σας ρωτήσει τι θέλετε και τι χρειάζεστε. Θα πρέπει να δουλέψετε μαζί για να φτιάξετε το καλύτερο δυνατόν πλάνο για τη θεραπεία σας.

Μπορείτε να ρωτήσετε την ομάδα σας:

- Ποια θεραπεία θα κάνετε
- Γιατί κάνετε αυτή τη θεραπεία
- Τι θα γίνει σ' αυτή τη θεραπεία
- Τι θα κάνει αυτή η θεραπεία
- Πόσο θα διαρκέσει η θεραπεία
- Κίνδυνοι και οφέλη της θεραπείας

- Πώς μπορεί να αισθάνεστε κατά τη διάρκεια της θεραπείας, για τις πιθανές παρενέργειες και τι μπορείτε να κάνετε για να νιώθετε όσο το δυνατόν καλύτερα

- Τι μπορείτε να αναμένετε μετά τη θεραπεία

Η ομάδα σας ίσως σας προτείνει να λάβετε μέρος σε μια κλινική δοκιμή. Μια κλινική δοκιμή χρησιμοποιείται για να δοκιμαστεί μια καινούργια θεραπεία, ή για να διαπιστωθεί εάν μια θεραπεία έχει καλύτερα αποτελέσματα από κάποια άλλη. Μπορείτε να ζητήσετε περισσότερο χρόνο, ή μια δεύτερη γνώμη πριν αποφασίσετε για τη θεραπεία σας.

Συμπληρωματικές θεραπείες συμπεριλαμβάνουν πράγματα όπως μασάζ, βελονισμό και διαλογισμό καθώς και άλλα φάρμακα που μπορεί να παίρνετε ενώ κάνετε τη θεραπεία σας. Κάποιες συμπληρωματικές

Θεραπείες ίσως να μη συμφωνούν με τη θεραπεία σας. Είναι πολύ σημαντικό να μιλήσετε στην ομάδα σας σχετικά με τις οποιεσδήποτε συμπληρωματικές θεραπείες κάνετε, ή θα θέλατε να κάνετε.

Ίσως να κάνετε μια θεραπεία ή έναν συνδυασμό θεραπειών:

Εγχείρηση είναι όταν ο καρκίνος αφαιρείται.

Αυτή είναι η πιο συχνή θεραπεία για άτομα με καρκίνο του παχέος εντέρου.

Ραδιοθεραπεία ή ακτινοθεραπεία είναι όταν χρησιμοποιείται ακτινοβολία για να σταματήσει το μεγάλωμα του καρκίνου.

Ίσως να χρησιμοποιηθεί εάν η εγχείρηση δεν είναι μια καλή επιλογή. Ραδιοθεραπεία ίσως χρησιμοποιηθεί εάν έχετε έναν ορθικό όγκο ή μάζα στο ορθό σας.

Χημειοθεραπεία ή θεραπεία με φάρμακα είναι όταν φάρμακα χρησιμοποιούνται για να σταματήσουν το μεγάλωμα του καρκίνου.

Ίσως χρησιμοποιηθεί πριν ή μετά από εγχείρηση. Η χημειοθεραπεία ίσως χρησιμοποιηθεί μόνη της, ή μαζί με ραδιοθεραπεία.

Η ομάδα σας θα πρέπει να μιλήσει μαζί σας σχετικά με τις ανάγκες σας πριν, κατά τη διάρκεια και μετά τη θεραπεία σας. Μπορείτε να ζητήσετε πληροφορίες και στήριξη οποιαδήποτε στιγμή για να σιγουρευτείτε ότι έχετε όλα αυτά που χρειάζεστε.

Η ομάδα σας μπορεί να σας συνδέσει με άλλες υπηρεσίες και επαγγελματίες υγείας για να σιγουρευτεί ότι παραμένετε σωματικά και συναισθηματικά υγιείς.

5. Μετά τη θεραπεία σας

Μπορείτε να μιλήσετε στην ομάδα σας σχετικά με τις τυχόν αλλαγές που έχετε στο να πηγαίνετε στην τουαλέτα ή να τρώτε μετά τη θεραπεία σας. Είναι φυσιολογικό να αισθανθείτε αλλαγές μετά τη θεραπεία σας. Αυτές οι αλλαγές ίσως σημαίνουν ότι χρειάζεστε ένα στόμιο. Στόμιο είναι μια εγχείρηση όπου γίνεται ένα μικρό άνοιγμα από το παχύ έντερο στο εξωτερικό μέρος του σώματος. Μια μικρή σακούλα προσαρμόζεται και τα κόπρανά σας θα περάσουν μέσα στη σακούλα. Ίσως να έχετε το στόμιο για λίγο διάστημα, ή για πάντα. Η ομάδα σας θα πρέπει να σας συνδέσει με μια εξειδικευμένη νοσοκόμα στα στόμια ή με διατροφολόγο. Είναι εκπαιδευμένοι για να σας δώσουν πληροφορίες και στήριξη σχετικά με την εγχείρηση και τι θα συμβεί μετά απ' αυτή. Μπορείτε να ζητήσετε απ' την ομάδα σας περισσότερες πληροφορίες και στήριξη.

Υπάρχουν πολλοί τρόποι για να βεβαιωθείτε ότι νοιώθετε υγιείς μετά τη θεραπεία σας. Μπορείτε να συνεργαστείτε με την ομάδα σας ώστε να σιγουρευτείτε ότι θα επιστρέψετε σ' αυτά που θέλετε να κάνετε μόλις είστε έτοιμοι.

Μετά το τέλος της θεραπείας σας, η ομάδα σας θα πρέπει να σας δώσει μια συνοπτική περίληψη της θεραπείας. Η συνοπτική περίληψη της θεραπείας σας έχει όλες τις πληροφορίες για τη θεραπεία που κάνατε:

- Τις εξετάσεις που κάνατε για τη διάγνωση καρκίνου του παχέος εντέρου και τα αποτελέσματα αυτών των εξετάσεων
- Τη θεραπεία που κάνατε και πότε την κάνατε
- Υποστηρικτικές υπηρεσίες και άλλα πλάνα θεραπειών που λάβατε

Η ομάδα σας θα πρέπει να συνεργαστεί μαζί σας για να κάνει ένα σχέδιο τώρα που τελείωσε η θεραπεία σας. Θα πρέπει να έχετε ένα σχέδιο επακόλουθης παρακολούθησης που να περιλαμβάνει:

- Την παρακολούθηση που είναι καλύτερη για εσάς
- Σχέδιο για τη διαχείριση των τυχόν παρενεργειών της θεραπείας
- Πώς να λάβετε γρήγορα βοήθεια εάν νομίζετε ότι ο καρκίνος έχει επανέλθει ή έχει χειροτερέψει

Ο γιατρός σας θα πρέπει να συνεργάζεται μαζί σας και να σας μιλάει για:

- Το πώς να βρίσκετε περισσότερες πληροφορίες και στήριξη για να παραμείνετε σωματικά και συναισθηματικά υγιείς και να λαμβάνετε αυτά που χρειάζεστε
- Να προσέχετε για σημάδια και συμπτώματα που μπορεί να σημαίνουν ότι ο καρκίνος επανέρχεται
- Πρόληψη και υγιεινή διαβίωση

Μερικές φορές ο καρκίνος του παχέος εντέρου μπορεί να επιστρέψει μετά τη θεραπεία. Συνήθως διαπιστώνεται σε μια επίσκεψη επακόλουθης παρακολούθησης, ή εάν παρατηρήσετε ότι επανήλθαν οποιαδήποτε συμπτώματα, ελάτε πίσω. Είναι σημαντικό να κάνετε τακτικές εξετάσεις. Εάν παρατηρήσετε οτιδήποτε διαφορετικό πηγαίνετε στο γιατρό σας. Μπορείτε να ζητήσετε από το γιατρό σας να σας εξετάσει και να σας δώσει πληροφορίες και στήριξη.

6. Η ζωή με καρκίνο

Παρενέργειες

Κάποιοι άνθρωποι έχουν παρενέργειες κατά τη διάρκεια και μετά τη θεραπεία τους. Παρενέργειες είναι η αντίδραση του σώματός σας στη θεραπεία που κάνετε. Είναι φυσιολογικές αλλά μπορεί να σας κάνουν να μην νοιώθετε καλά. Μπορεί να έχετε παρενέργειες αμέσως, καθόλου, ή μήνες μετά τη θεραπεία σας.

Μπορείτε να μιλήσετε στο γιατρό σας για τις παρενέργειες σας ή **επισκεφτείτε:** www.cancervic.org.au/about-cancer/survivors/long-term-side-effects

Έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας

Η ομάδα σας ίσως συνεργαστεί μαζί σας για να κάνετε έναν έγκαιρο προγραμματισμό φροντίδας. Ο έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας είναι ένας τρόπος να δηλώσετε τις επιθυμίες σας και να βεβαιωθείτε ότι όλοι γνωρίζουν τι θέλετε να γίνει στο μέλλον με την ιατρική φροντίδα σας.

Μπορείτε να μιλήσετε στο γιατρό σας για να κάνετε μαζί έναν έγκαιρο προγραμματισμό φροντίδας ή **επισκεφτείτε:** www.advancecareplanning.org.au

Ανακουφιστική φροντίδα

Η ανακουφιστική φροντίδα χρησιμοποιείται στα διάφορα στάδια της θεραπείας σας για να σας βοηθήσει να νοιώθετε καλά. Η ανακουφιστική φροντίδα μπορεί να βοηθήσει με την ανακούφιση του πόνου, να μειώσει τα συμπτώματά σας και να βελτιώσει την ποιότητα της ζωής σας.

Μπορείτε να μιλήσετε στο γιατρό σας για το είδος της ανακουφιστικής φροντίδας που είναι καλύτερος για εσάς ή **επισκεφτείτε:** www.palliativecare.org.au

Έξοδα

Υπάρχουν έξοδα σε κάθε στάδιο του καρκίνου σας περιλαμβανομένης της θεραπείας, της στέγασης και της μεταφοράς. Ίσως έχετε έξοδα εάν κάνετε θεραπεία σε μια ιδιωτική υπηρεσία υγείας ακόμα και εάν έχετε ιδιωτική ασφάλεια υγείας. Μπορείτε να μιλήσετε στην ομάδα σας και με τον ασφαλιστή της ιδιωτικής ασφάλειας υγείας εάν έχετε ερωτήσεις για τα έξοδα κάθε θεραπείας που μπορεί να κάνετε. Μπορείτε επίσης να μιλήσετε στην κοινωνική λειτουργό στο νοσοκομείο σας.


Μπορείτε να μιλήσετε στο γιατρό σας για τα έξοδα της θεραπείας σας ή **επισκεφτείτε:** www.canceraustralia.gov.au/affected-cancer/living-cancer/dealing-practical-aspects-cancer/costs-treatment

Μπορείτε να μιλήσετε στο γιατρό σας σχετικά με τα έξοδα στέγασης και μεταφοράς ή **επισκεφτείτε:** www.cancerCouncil.com.au/get-support/practical-support-services

Υπάρχουν πολλά πράγματα για να σκεφτείτε όταν έχετε καρκίνο του παχέος εντέρου. Επίσης υπάρχουν πολλές πληροφορίες και υποστήριξη. Είναι σημαντικό να κάνετε αυτό που είναι σωστό για εσάς. Μπορείτε να συνεργαστείτε με την ομάδα σας για να βεβαιωθείτε ότι έχετε την καλύτερη φροντίδα.

Πληροφορίες και υποστήριξη

Cancer Council

- Μπορείτε να μιλήσετε σε νοσηλεύτη ειδικευμένο στον καρκίνο: **13 11 20**
-  Εάν χρειάζεστε διερμηνέα: **13 14 50**

Bowel Cancer Australia

- Πληροφορίες και υποστήριξη: **1800 555 494**
- www.bowelcanceraustralia.org

Carers Australia

- Πληροφορίες και υποστήριξη για φροντιστές: **1800 242 636**

