



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

Καρκίνος των Ωοθηκών

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

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

1. 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, για παράδειγμα:

- Φούσκωμα ή πόνο στην περιοχή του στομάχου ή της κοιλιάς που δεν φεύγει
- Δεν αισθάνεστε πείνα ή δεν θέλετε να φάτε
- Δεν μπορείτε να κρατήσετε τα ούρα σας

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

Μπορεί να κάνετε μια εξέταση ή ένα συνδυασμό από εξετάσεις:

Εξέταση της περιοχής της λεκάνης

Ο γιατρός θα εξετάσει την περιοχή της κοιλιάς σας και τον κόλπο για να ελέγξει για όγκους ή μάζες.

Εξετάσεις αίματος

Ο γιατρός θα πάρει ένα δείγμα από το αίμα σας. Θα το εξετάσει για να δει εάν το σώμα σας λειτουργεί σωστά.

Αξονική τομογραφία (CT scan)

Υπολογιστές και ακτίνες-χ χρησιμοποιούνται για να φτιάξουν μια λεπτομερή εικόνα των ωοθηκών.

Διακολπικό υπερηχογράφημα

Ο γιατρός χρησιμοποιεί ένα μικρό εργαλείο υπερήχων στον κόλπο σας. Κύματα ήχου χρησιμοποιούνται για να φτιάξουν μια εικόνα των ωοθηκών σας.

Τα αποτελέσματα από τις εξετάσεις σας θα πρέπει να επιστρέψουν σε μια εβδομάδα. Ο γιατρός σας ίσως σας στείλει να κάνετε περισσότερες εξετάσεις σε σπεσιαλίστα (ειδικό ιατρό). Θα πρέπει να δείτε το σπεσιαλίστα εντός δυο εβδομάδων. Ο σπεσιαλίστας σας είναι γιατρός εκπαιδευμένος να εργάζεται με γυναίκες που έχουν καρκίνο των ωοθηκών. Ο γιατρός σας θα πρέπει να δώσει στον σπεσιαλίστα πληροφορίες από το ιατρικό ιστορικό σας, εάν κάποιος άλλος στην οικογένειά σας είχε καρκίνο και τα αποτελέσματα από τις εξετάσεις σας.

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.

2. Εξετάσεις

Ο σπεσιαλίστας ίσως κάνει εξετάσεις για να δει εάν έχετε καρκίνο των ωοθηκών. Αυτό λέγεται διάγνωση. Εάν πράγματι έχετε καρκίνο των

ωοθηκών, οι εξετάσεις θα δείξουν πώς ο καρκίνος μεγαλώνει ή εάν έχει εξαπλωθεί. Αυτό λέγεται στάδια του καρκίνου.

Μπορείτε να ρωτήσετε τον σπεσιαλίστα:

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

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.

Βιοψία καθοδηγούμενη από αξονική τομογραφία (CT)

Υπολογιστές και ακτίνες-χ χρησιμοποιούνται για να φτιάξουν μια λεπτομερή εικόνα των ωοθηκών. Αυτή η εικόνα χρησιμοποιείται ώστε να βοηθήσει να γίνει η λήψη του δείγματος. Βιοψία είναι όταν ένα μικρό δείγμα από την ωοθήκη σας αφαιρείται για να εξετασθεί στο μικροσκόπιο.

Λήψη υγρού

Ο γιατρός σας χρησιμοποιεί μια βελόνα για να πάρει υγρό από την ωοθήκη σας. Το υγρό αυτό εξετάζεται στο μικροσκόπιο. Αυτό γίνεται με τοπική αναισθησία ώστε να μην μπορείτε να το νοιώσετε.

Εάν διαγνωστείτε με επιθηλιακό καρκίνο των ωοθηκών και είστε κάτω των 70 ετών η ομάδα σας θα σας παραπέμψει σε ένα κέντρο οικογενή καρκίνου για γενετική εξέταση. Με αυτή την εξέταση θα μάθετε εάν έχετε ένα γονίδιο το οποίο αυξάνει τις πιθανότητες σας να πάθετε καρκίνο των ωοθηκών. Αν το γνωρίζετε αυτό σημαίνει ότι εσείς και οι άλλες γυναίκες στην οικογένειά σας μπορείτε να επιλέξετε να δείτε εάν και αυτές έχουν επίσης αυτό το γονίδιο.

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.

3. Θεραπεία

Ο σπεσιαλίστας σας θα πρέπει να συνεργασθεί με μια ομάδα. Η ομάδα σας απαρτίζεται από άτομα που καταλαβαίνουν τον καρκίνο των ωοθηκών.

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
- Πότε θα αρχίσει και πόσο θα διαρκέσει η θεραπεία
- Κίνδυνοι και οφέλη από τη θεραπεία
- Πως 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 θα πρέπει να σας μιλήσει σχετικά με την επιλογή διατήρησης της γονιμότητας. Διατήρηση γονιμότητας σημαίνει ότι είστε ικανή να αποκτήσετε μωρό όταν είστε έτοιμη. Η ομάδα

σας θα πρέπει να σας δώσει πληροφορίες σχετικά με τον κίνδυνο της πρόωρης εμμηνόπαυσης και τις ορμονικές αλλαγές. Μερικές φορές η θεραπεία σας μπορεί να σημαίνει ότι η περίοδός σας σταματά. Μπορείτε να ζητήσετε περισσότερο χρόνο πριν αποφασίσετε για τη θεραπεία σας, ή να ζητήσετε μια δεύτερη γνώμη. Η ομάδα σας ίσως σας παραπέμψει σε ειδικό για θέματα γονιμότητας ή σύμβουλο γενετικής έτσι ώστε να έχετε όλες τις πληροφορίες που χρειάζεστε για να κάνετε μια επιλογή.

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 τον καρκίνο των ωοθηκών. Η εγχείρηση θα πρέπει να γίνει από έναν ογκολόγο γυναικολόγο που είναι πολύ πεπειραμένος και κάνει πολλές εγχειρήσεις καρκίνου των ωοθηκών.

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

Μπορεί να χρησιμοποιηθεί αναλόγως με τον καρκίνο των ωοθηκών σας..

Χημειοθεραπεία ή θεραπεία με φάρμακα είναι όταν φάρμακα χρησιμοποιούνται για να σταματήσει το μέγιστο του καρκίνου.

Στοχευμένη θεραπεία είναι όταν γίνεται στο σώμα σας ένεση με φάρμακα που επιτίθενται στον καρκίνο.

Αυτές μπορεί να χρησιμοποιηθούν πριν ή μετά τη θεραπεία ή εάν η εγχείρηση δεν είναι μια καλή επιλογή.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τη θεραπεία και τις παρενέργειες μπορείτε να ρωτήσετε το γιατρό σας ή **επισκεφτείτε:** www.cancer.org.au/about-cancer/treatment

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.

4. Μετά τη θεραπεία σας

Μπορείτε να μιλήσετε στην ομάδα σας σχετικά με τις τυχόν αλλαγές έχετε μετά τη θεραπεία σας. Κάποιες θεραπείες σημαίνουν ότι οι ορμόνες σας θα αλλάξουν. Κάποιες θεραπείες ίσως σημαίνουν ότι θα έχετε πρόωμη εμμηνόπαυση. Αυτό ίσως σημαίνει ότι μπορεί να έχετε παρενέργειες, για παράδειγμα:

- Να ιδρώνετε το βράδυ
- Εξάψεις ή ξαφνικά να νοιώθετε πολλή ζέστη και μετά κρύο
- Έλλειψη ενδιαφέροντος για το σεξ

Υπάρχουν πολλοί τρόποι για να σιγουρευτείτε ότι νοιώθετε υγιείς και να διαχειριστείτε τις παρενέργειές σας μετά τη θεραπεία σας.

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:

- Εξετάσεις που κάνατε για τη διάγνωση καρκίνου των ωοθηκών, και τα αποτελέσματα αυτών των εξετάσεων
- Τη θεραπεία που κάνατε και πότε την κάνατε
- Υποστηρικτικές υπηρεσίες και άλλα πλάνα θεραπείας που λάβατε

Εσείς και ο γιατρός σας θα πρέπει να έχετε ένα σχέδιο επακόλουθης παρακολούθησης που να περιλαμβάνει:

- Την παρακολούθηση που είναι καλύτερη για εσάς
- Σχεδιασμό 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 μιλά σχετικά με:

- 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 οι καρκίνος των ωοθηκών 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 εξετάζετε τακτικά. Εάν παρατηρήσετε οτιδήποτε διαφορετικό, πηγαίετε στο γιατρό σας. Μπορείτε να ζητήσετε από το γιατρό να σας εξετάσει και να σας δώσει πληροφορίες και στήριξη.

5. 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 παρενέργειές 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 της 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 για 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 των ωοθηκών. 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**

Ovarian Cancer Australia

- Πληροφορίες και υποστήριξη: **1300 660 334**
- www.ovariancancer.net.au

Carers Australia

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

