



**«12 важных аспектов,
которые необходимо обсудить
с доктором, до начала лечения
рака молочной железы»**

Елена Нежинская
Основатель и директор компании AMG Medical

Содержание

Введение

01. Важно знать и помнить!
02. Общие рекомендации
03. Маммография
04. Биопсия
05. Исследование биопсии
06. Перед операцией по удалению или сохранению груди
07. Восстановление после операции и последующее лечение
08. Химиотерапия
09. Лучевая терапия
10. Гормональная терапия / биологический препарат для предотвращения рецидива
11. Реконструкция груди
12. Лицом к будущему

Введение

Предназначение этого руководства — помочь Вам, Вашей семье и близким Вам людям расширить знания о раке молочной железы и понять, что из себя представляет это заболевание. Ваше непосредственное участие в борьбе с болезнью и в процессе принятия решений необходимо: позаботьтесь о получении всех объяснений от персонала, задайте вопросы и попросите предоставить Вам разъяснения, если не вся информация Вам понятна. Анализы для выявления рака молочной железы, а также постановка диагноза «рак», могут вызвать тревогу, боязнь необходимых процедур лечения, страх перед встречей с врачами и госпитализацией. Важно понимать, что тревожность — это естественное состояние в трудные периоды Вашей жизни. В это время Вы и те, кто находится рядом, переживаете сложные процессы. Вся Ваша семья нуждается в поддержке. При посещении врача многие женщины чувствуют себя уязвимыми, испытывают страх и недоверие. Замечено, что женщины, выбравшее осознанное отношение к недугу, предпочитают получать точные сведения об анализах, течении болезни и методах ее лечения и берут на себя ответственность за свое здоровье. Такие женщины лучше взаимодействуют с лечащим врачом и легче справляются с ситуацией.

Путь к принятию трудного решения начинается со сбора информации и понимания ситуации.

ЕЛЕНА НЕЖИНСКАЯ
Основатель и директор компании AMG Medical

01.

Важно знать и помнить!

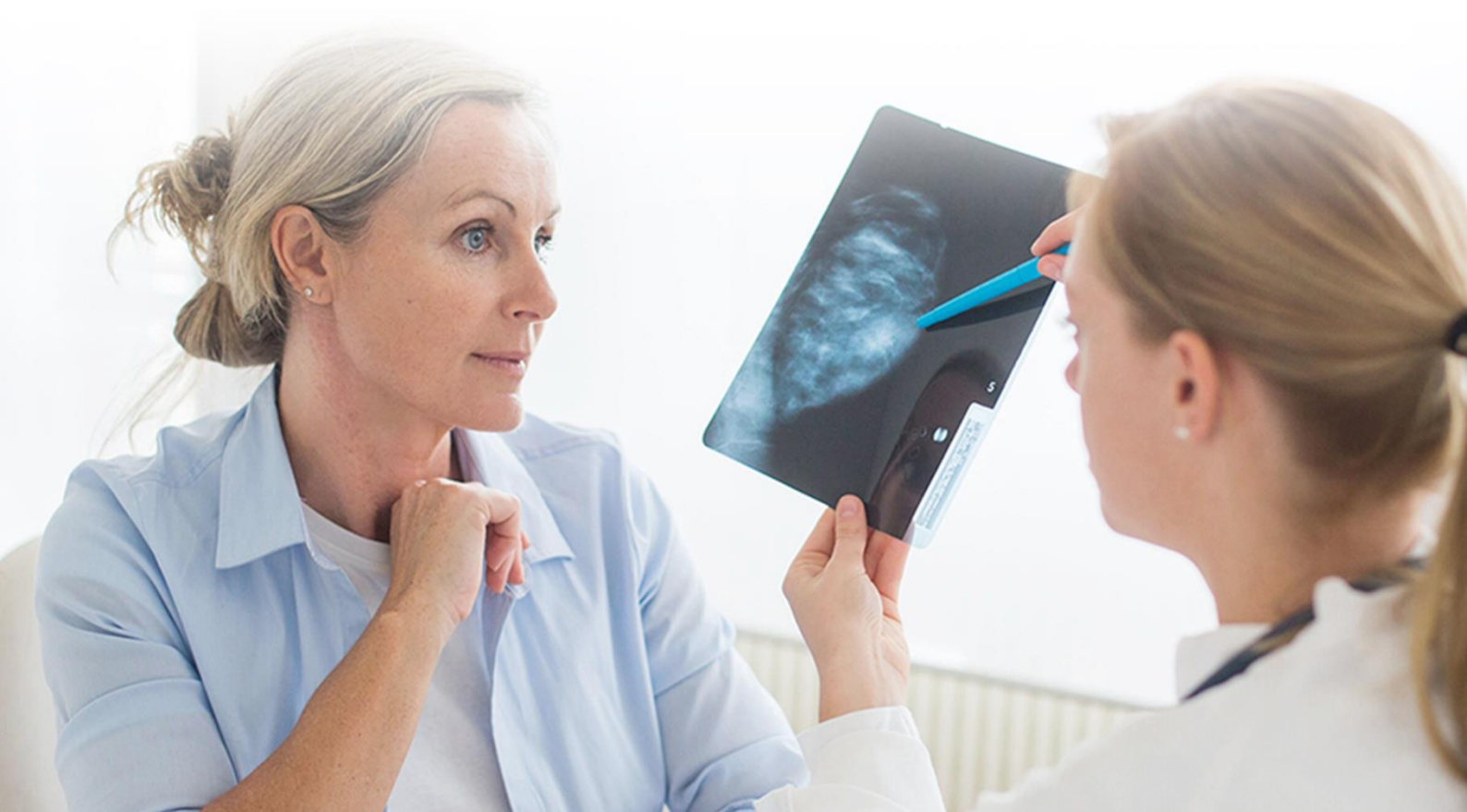
Нет причины бояться задавать вопросы, а также попросить медицинское заключение дополнительного специалиста. Это — право каждого пациента! Важно прийти с сопровождающим и убедиться, что все предоставленные Вам объяснения ясны и понятны, включая информацию о преимуществах, недостатках, ожидаемых побочных эффектах. Важно записать все сказанное и сохранить в специально предназначенную для этого папку. Рекомендуется заранее выяснить, как облегчить ожидаемые побочные эффекты, такие как боль, усталость, тошнота и рвота. Если Вам какие-либо из объяснений непонятны, рекомендуется проконсультироваться с врачом или другим сотрудникам многопрофильного персонала и попросить предоставить дополнительные объяснения.



- На консультации врача Вам следует приходить в сопровождении кого-либо из близких. Всегда помогает присутствие близкого человека, который поддержит Вас и внимательно выслушает врача, сформулирует необходимые вопросы.
- Продумайте заранее и запишите вопросы, которые Вы намерены обсудить с врачом. Беседа о состоянии здоровья может Вас расстроить и Вы забудете, о чем хотели спросить. Составленный заранее список поможет сконцентрироваться на главном из беспокоящих Вас проблем. Формулируйте вопросы предельно конкретно, начните с самых важных, касающихся основных проблем.
- Спрашивайте от первого лица, используя местоимение «я» вместо общих формулировок. Не бойтесь проявлять настойчивость. Если Вы не все поняли в словах врача, требуйте объяснить подробнее, не обращая внимания на нетерпение доктора. Если полученная от врача информация кажется недостаточной, попросите его порекомендовать Вам дополнительные источники и иллюстративные материалы (снимки, диски и интернет-сайты).
- Записывайте ответы врача, чтобы перечитать и обдумать их после консультации. При повторном посещении обратите внимание на изменения в Вашем состоянии за прошедший период. Принесите с собой любой прибор для записи речи и попросите у врача разрешение на запись беседы. Позже Вы сможете прослушать запись с семьей и близкими друзьями, чтобы усилить впечатление и укрепить свое мнение об услышанном от врача.
- Используйте возможность запросить второе мнение после постановки окончательного диагноза и получения рекомендаций о методах лечения. Если Вы посетили только хирурга и получили от него направление на операцию, непременно проконсультируйтесь и с онкологом.
- Запросите на руки копии всех документов, результаты анализов и все справки, которые пригодятся для последующих действий и продолжения лечения, и сохраняйте их в специальной папке.
- Важно проинформировать всех врачей о лекарствах, которые Вы регулярно принимаете, чтобы специалисты могли установить, стоит ли Вам продолжать принимать их в течение лечения.
- Наблюдающему Вас врачу и персоналу клиники необходимо знать, что Вы намерены активно участвовать в принятии решений, касающихся Вашего здоровья.

Ниже приведены конкретные вопросы по тематике «Диагностика и различные методы лечения рака молочной железы», которые помогут Вам при консультациях с различными специалистами.

- Как проводят маммографию?
- Болезненна ли эта процедура?
- Если у Вас сохранился менструальный цикл, в какие дни цикла Вам рекомендуется проходить маммографию?
- Соответствует ли установка для маммографии текущим стандартам качества?
- Кто из специалистов расшифровывает маммограмму?
- Это врач рентгенолог или специалист по маммограммам?
- Как выглядит маммография?
- Насколько точно она показывает рак груди?
- Необходимо ли Вам проходить ультразвуковое обследование груди?
- Сколько времени уходит на ожидание результатов маммографии и кому их доставляют?
- Вам тоже необходимо получить на руки копию результатов маммографии. Что следует делать, если маммограмма показывает проблему?
- Что делать, если в груди есть уплотнение, а результаты маммографии в норме (опухоль не обнаружена)?



Перед каждой процедурой просите форму письменного согласия на вашем родном языке, чтобы прочитать ее в спокойной обстановке, понять и оценить потенциальный риск, описанный в форме, и обдумать все пункты, которые Вам необходимо подписать.

- Какова цель биопсии?
- Какой из видов биопсии рекомендуется в Вашем случае и почему?
- В чем разница между хирургической биопсией и пункцией при помощи иглы (тонкоугольная аспирационная пункционная биопсия)?
- Насколько надежна проведенная биопсия?
- Извлекают ли уплотнение полностью при хирургической биопсии?
- Биопсия проводится под общим или местным наркозом?
- Где ее проводят и как долго она продолжается?
- Что такое маркер?
- Что особенного в биопсии с маркером и как она проводится?
- Остается ли шрам после биопсии?
- Сколько времени нужно ждать результатов биопсии?
- Как скоро после биопсии следует приходить на проверку?
- К этому времени результаты теста уже будут получены?
- Какие симптомы ожидаются после биопсии?
- В каких случаях нужно обращаться к врачу, не дожидаясь результатов?



Исследования биопсии. Вопросы к хирургу и онкологу по результатам:

- На какие вопросы отвечает проведение биопсии?
- Какой из видов рака молочной железы диагностирован у меня и каковы характеристики опухоли?
- До какой стадии развилась моя болезнь и что это означает?
- Можете еще раз подробно объяснить патологию, прежде всего размер опухоли и насколько задеты лимфатические узлы?
- Что этот ответ означает для меня?
- Получен ли ответ на проверку рецепторов эстрогена и прогестерона?
- Что это означает для меня?
- Проведены ли анализы извлеченной при биопсии ткани или запланированы последующие ее анализы?
- Следует ли мне пройти дополнительное обследование, чтобы узнать, не распространилась ли болезнь на другие органы (печень, легкие, кости)?
- ПЭТ кт ? МРТ головного мозга?
- В случае распространения на отдаленные органы, какие дальнейшие действия?
- Понадобится ли лечение перед операцией?
- Каков общий план моего лечения?
- Что он включает: лучевую терапию, химиотерапию, гормональное лечение?
- В каком порядке будут следовать лечебные процедуры?
- Все виды лечения будут проходить в этой клинике или какие-то процедуры проводятся в другой клинике?
- Что предпочтительнее?
- Есть ли альтернатива этому плану лечения?
- Как продолжать наблюдаться после лечения, в общих чертах.

Перед операцией по удалению или сохранению груди. Вопросы к хирургу и онкологу:

- Какой вид операции Вы рекомендуете и почему?
- Возможна ли в моем случае операция по сохранению груди — удаление части молочной железы (лампэктомия)?
- Если нет, то почему Вы думаете, что в моем случае нецелесообразно проводить операцию по сохранению груди?
- Вы полагаете, что необходимо полностью удалить грудь (мастэктомия)?
- Каков ожидаемый ход операции?
- Где и какие шрамы останутся?
- Будут ли во время операции удалены подмышечные лимфатические узлы?
- Почему следует удалять эти узлы и какие осложнения могут возникнуть после такой операции?
- Возможно ли восстановление груди непосредственно во время мастэктомии и если возможно, то может ли быть рекомендовано в моем случае?
- Не помешает ли реконструированная грудь дальнейшему лечению, например радио терапии?
- Каков риск и есть ли преимущества у такого восстановления. Каким временем я располагаю для дальнейших консультаций перед операцией?
- Какие анализы опухоли следует проводить во время операции и после нее?
- Возможно нужно получить лечение непосредственно перед операцией?



Восстановление после операции и последующее лечение. Вопросы к хирургу:

- Какие побочные эффекты следует ожидать после операции?
- Нужен ли специальный бюстгальтер после операции?
- Как я буду чувствовать себя после операции и как скоро смогу вернуться к обычному распорядку жизни?
- Какие меры предосторожности следует предпринимать после операции (например, как принимать душ после удаления груди и лимфатических узлов)?
- Можно ли поднимать тяжёлые предметы? Ребенка?
- Существуют ли специальные упражнения, которые я должна делать после операции, связанной с раком груди?
- Когда следует приступать к ним?
- Когда необходимо начинать физиотерапевтические процедуры и как их делать?
- Когда можно проводить запланированное послеоперационное обследование?
- В каких случаях следует обращаться за неотложной медицинской помощью, забегая вперед по сравнению с планом обследования?
- Когда будет получен окончательный результат о наличии и типе опухоли и патологии лимфоузлов?
- Можно ли / нужно ли ускорить этот процесс?
- Настаивайте на выдаче на руки копии медицинского заключения по результатам обследования. Кто из врачей после операции будет отвечать за постоянное обследование и как часто я должна буду являться на осмотр?
- Через какое время после операции следует посетить онколога?



- Что такое химиотерапия?
- Почему химиотерапия необходима в моем случае?
- Необходима ли она?
- В каком виде я буду получать химиотерапевтическое лечение?
- Какой протокол лечения?
- Приводит ли лечение к необратимым последствиям (прекращение цикла, проблемы с сердцем)?
- Восстанавливается ли это по окончании лечения?
- Каковы побочные эффекты у запланированной для меня химиотерапии?
- Как долго они могут длиться?
- О каких побочных эффектах я должна незамедлительно сообщить врачу?
- Какие препараты и средства позволяют снизить побочные эффекты?
- Вызывает ли химиотерапия выпадение волос? Бровей?
- Когда следует начинать химиотерапию, где и каким образом ее будут проводить?
- Можно ли проходить химиотерапию по месту жительства?
- Сколько длится каждый сеанс и лечение в целом?
- Смогу ли я продолжать свой обычный жизненный распорядок? (работа, питание, спорт, секс и т.п.)
- Чего мне следует избегать или остерегаться, чего не следует делать?
- Какой диеты рекомендуется придерживаться во время лечения?
- Разрешено ли принимать дополнительные препараты во время лечения?
- Может ли возникнуть необходимость госпитализации во время лечения?
- Можно ли приходить на сеанс лечения одной или обязательно в сопровождении близких?
- Можно ли загорать во время лечения?
- Как предохраняться от ультрафиолета ?

Лучевая терапия. Вопросы к онкологу радиологу:

- Что такое лучевая терапия и почему она мне необходима?
- Сколько длится каждый сеанс и вся назначенная лучевая терапия в целом?
- Где будет проходить лечение?
- Кто будет наблюдать за моим лечением и контролировать состояние после сеансов?
- Можно ли приходить на сеанс облучения одной или сопровождение обязательно?
- Какие побочные эффекты вызывает лучевая терапия и как можно их снизить?
- В чем опасность такого лечения?
- Чего следует избегать во время терапии?
- Как защитить кожу в облучаемой зоне?
- Могу ли я поддерживать во время лечения обычный жизненный распорядок — работа, питание, спорт, секс и т.п.?
- Как часто следует приходить на обследование после завершения лечения?

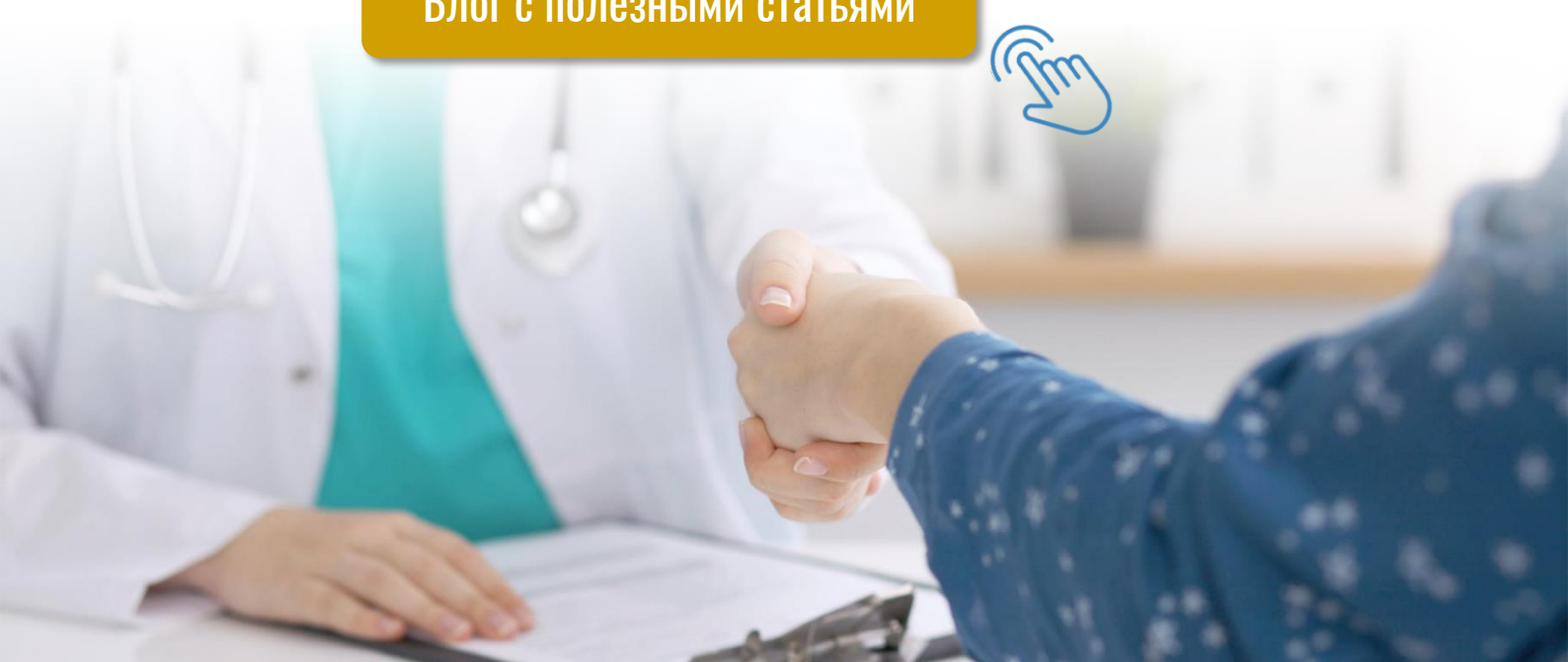


10.

Гормональная терапия / биологический препарат для предотвращения рецидива. Вопросы к онкологу:

- По какой причине мне назначено это лечение?
- Какое лечение обязательно для меня?
- Каким способом и как часто я буду проходить этот курс лечения?
- Каким образом мне будет помогать это лечение?
- Каковы его краткосрочные и долгосрочные побочные эффекты?
- О каких побочных эффектах я должна незамедлительно сообщить врачу?
- Запланированы ли дополнительные лечебные процедуры помимо этого?
- Если да, то что именно и в какое время?
- Есть ли альтернатива этому плану лечения?
- Должна ли я менять свой обычный распорядок жизни во время этого лечения?
- Нужно ли мне избегать или опасаться чего-либо во время этого лечебного курса?
- Требуется ли моим родственникам (дочерям / сестрам) пройти обследование / диагностику? Какую? Какой именно линии родства?
- Есть ли превентивное лечение в этом случае?

Блог с полезными статьями



Реконструкция груди. Вопросы к пластическому хирургу:

На первой встрече с врачом попросите у него буклет о реконструкции груди и форму письменного согласия, чтобы дома внимательно ознакомиться со всеми материалами. Возможно, Вам стоит обсудить прочитанное со своим партнером, это поможет принять соответствующее Вашей ситуации решение. Попросите показать Вам иллюстрации маммопластики и предоставить возможность поговорить с женщинами, пережившими операции по реконструкции груди.

- Какие доступные методы и процедуры применяют для восстановления груди (сразу или через какое-то время)?
- Каковы преимущества и недостатки каждого из методов?
- Каковы побочные эффекты и опасности восстановительной хирургии? Какой метод Вы мне рекомендуете и почему?
- Будет ли восстановленная молочная железа напоминать удаленную?
- Повлияет ли восстановленная молочная железа на выявление рака при обследовании вручную или при маммографии?
- Будут ли молочные железы одинаковыми после операции. Сохранятся ли симметрия?
- Сколько времени необходимо оставаться в клинике после операции и как долго продолжается восстановительный период?
- Остается ли после операции дренаж? На какой день его извлекают?
- О каких проявлениях мне следует немедленно сообщить врачу после операции?
- Следует ли мне соблюдать осторожность и избегать чего-либо после операции?
- Нужен ли специальный бюстгальтер после операции?
- Буду ли испытывать боль? Как долго? Что можно сделать в этом случае? Если во время восстановительного периода возникнет необходимость в химиотерапии или лучевой терапии, буду ли я испытывать сильную боль или другие осложнения из-за сочетания реконструкции груди и дополнительного лечения? Можно ли будет это делать?
- Можно ли восстановить сосок и ареолу? Какой метод порекомендуете?
- Можно ли сохранить чувствительность? Если чувствительность пропала, восстановится ли она? Как долго это может занять?
- Можно ли делать реконструкцию молочной железы после окончания всего лечения? Какие у это преимущества и недостатки?

Лицом к будущему - на пути к выздоровлению «После лечения по поводу рака груди я поняла, что моя жизнь изменилась навсегда. Ничто не будет так, как прежде. Я оплакивала то, что потеряла, но в то же время я чувствовала, что мне дан шанс начать новую жизнь» (Н')

Выздоровливающие пациентки часто высказывают необходимость в понимании смысла онкологического заболевания в своей жизни на данный момент. На самом деле, многие обнаруживают, что рак позволил им смотреть на жизнь по-другому и искать новые направления.

Некоторые из них будут размышлять о духовности, о своих целях в жизни и о том, что для них является самым ценным. Эти изменения, как правило, положительные. Многие считают себя счастливыми или благословенными, поскольку им удалось выдержать лечение, и они наслаждаются каждым днем заново.

Восприятие смысла болезни меняется со временем и часто сопровождается смешанными чувствами. Иногда победившие рак вносят изменения в свою жизнь, чтобы подчеркнуть окружающим, что для них является самым важным на данный момент.

Некоторые решают уделять меньше времени работе и проводить больше времени с семьей и друзьями, чаще бывать на природе. Многие понимают, что преодоление кризиса, такого как рак, может придать новые силы, дать возможность расти и развиваться, и развивать индивидуальные способности.

12.

Лицом к будущему -

Окончание лечения может быть хорошей временной точкой для обращения взгляда в будущее. Новые события и начинания могут принести чувство облегчения и радость. Сейчас, по завершении лечения, рекомендуется взять тайм-аут для отдыха и переосмысления, дать время для личного и семейного восстановления, и начать жизнь, в которой нет болезни, в течение долгого времени занимавшей центральное место в жизни.

Значительные жизненные ситуации, будь то положительные или отрицательные, могут предоставить возможность развиваться, учиться и оценить то, что действительно важно.

Многие женщины, которые боролись с раком и победили болезнь, испытывают ощущение, будто они прошли своего рода тернистый путь. Это не тот путь, который они выбрали для себя, но иногда он дает возможность взглянуть на вещи по-другому.

Получи БЕСПЛАТНУЮ консультацию прямо сейчас! Совместно с вами выберем врача и познакомим с ним до приезда в Израиль



Бесплатная консультация





ЕЛЕНА НЕЖИНСКАЯ

Основатель и директор компании AMG Medical

Бесплатная консультация



3 Habarzel St , Tel Aviv 6971005 , Israel



+(972) 52 899 72 20



imedicaltour.ru



AMG
MEDICAL

ADVANCED
MEDICAL
GROUP