

Лечение рака МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Информация, которую вам нужно знать



New York State Department of Health

Cancer Services Program

Your partner for cancer screening, support and information



Содержание

- 1 Введение 1
- 2 Как заботиться о себе, если вам поставили
диагноз «рак молочной железы» 3
- 3 Взаимодействие с врачом или поставщиком
медицинских услуг 5
- 4 Каковы стадии рака молочной железы? 7
- 5 Ваши варианты лечения 11
- 6 Реконструкция молочной железы 19
- 7 Покрывается ли хирургическая операция
медицинской страховкой? 23
- 8 Если у вас нет медицинской страховки 24
- 9 Жизнь после лечения рака молочной железы ... 25
- 10 Вопросы, которые вы можете задать
своей группе медицинского обслуживания 27
- 11 Горячие линии по вопросам о раке молочной
железы, группы поддержки и другие ресурсы ... 31
- 12 Определения 37

1 Введение

Вы не одиноки. На сегодняшний день в Соединенных Штатах проживают более двух миллионов женщин, перенесших рак молочной железы. За последние двадцать лет в лечении рака молочной железы были достигнуты значительные успехи. Женщины, страдающие раком груди, сейчас ведут как никогда долгую и здоровую жизнь, и многие новые методы лечения рака груди имеют меньше побочных эффектов.

Данная брошюра была разработана в Департаменте здравоохранения штата Нью-Йорк для вашего врача, чтобы он/она помог (ла) вам разобраться в возможных вариантах лечения. Данная брошюра предназначена для использования в качестве справочника, с помощью которого вы будете сотрудничать со своей группой медицинского обслуживания при принятии решений, касающихся вашего здоровья и лечения. С помощью следующих советов вам может быть проще пользоваться этой брошюрой.

- Попросите друга или члена вашей группы медицинского обслуживания прочитать брошюру вместе с вами. Или попросите прочитать ее и обсудить с вами, когда вы будете готовы к этому.
- Может быть удобнее читать отдельные разделы брошюры, а не сразу весь текст. Например, если вам только что поставили диагноз «рак молочной железы», возможно, сейчас вы захотите прочитать только разделы 1-4. Разделы 5-8 могут быть полезны при выборе метода лечения, а раздел 9 целесообразно прочитать, когда вы завершаете лечение.
- Медицинские термины, которые вы можете услышать при постановке диагноза или прохождении лечения, **выделены жирным курсивом** во всем тексте брошюры. Определения данных слов представлены в разделе 12 в

конце брошюры. Когда вы понимаете значение слов, которые вы слышите, вам легче понять, что происходит, а это поможет вам в дальнейшем делать осознанный выбор.

- Возможно, в ходе лечения будет целесообразно записывать возникшие у вас вопросы перед встречей с врачом. В тексте брошюры содержатся такие предполагаемые вопросы. У вас также может возникнуть желание записать на пленку предоставляемую вам информацию это можно сделать по согласованию с вашей группой медицинского обслуживания. Можно попросить друга или члена семьи присутствовать на приеме у врача. Он/она вместе с вами может выслушать информацию и оказать вам эмоциональную поддержку.
- Помните, что не существует одного метода лечения, «правильного» для всех пациентов. Сегодня возможно применение новых методов лечения, которых не было всего несколько лет назад.
- Самое важное - никогда не бойтесь попросить повторить информацию и задать вопрос. В такой ситуации не бывает «глупых» вопросов. Задавая вопросы и собирая информацию, вы сможете сделать выбор, который наиболее удобен для вас.

2 Как заботиться о себе, если вам поставили диагноз «рак молочной железы»

Люди по-разному реагируют, когда им ставят диагноз «рак молочной железы». Многие испытывают страх, тревогу, гнев или отказываются в это поверить. Больному может быть трудно сосредоточиться и начать принимать решения о методах лечения. Поговорите с кем-нибудь, кому вы доверяете. Большинству пациентов хотелось бы, чтобы кто-то, кому они доверяют, помог справиться с волной эмоций и помог найти информацию о методах лечения, а также другие ресурсы.

Возможно, вы захотите поговорить с кем-то, кому вы доверяете, кто сможет выслушать вас и оказать вам поддержку. Вы можете обратиться:

- к родственнику;
- к близкому другу;
- к духовному лицу;
- на горячую линию по вопросам о раке груди;
- к пациенту, **перенесшему рак**;
- на форум или в чат в Интернете;
- к профессиональному консультанту;
- к своему врачу;
- в **группу поддержки**;

У групп поддержки может быть много преимуществ. Хотя вы можете получить поддержку у друзей и семьи, возможно, вы захотите вступить в группу поддержки, чтобы общаться с другими людьми, находящимися в схожей ситуации. В группах поддержки вам могут:

- предоставить возможность поговорить о своих чувствах в безопасной и комфортной обстановке;

- помочь решить практические проблемы, такие как связанные с раком личные переживания, трудовые и финансовые вопросы;
- предоставить информацию о том, как справляться с побочными эффектами лечения.

Спросите своего врача, есть ли в вашей больнице группы поддержки больных с раком молочной железы. Некоторые группы поддержки больных раком молочной железы, горячие линии и другие ресурсы в штате Нью-Йорк (New York State, NYS), а также их контактная информация, представлены в разделе 11 данной брошюры.

Познакомьтесь со своей группой медицинского обслуживания. Знакомство с группой медицинского обслуживания это один из самых важных шагов, который вы можете сделать, чтобы почувствовать, что лечение рака молочной железы находится у вас под контролем. Выделите из этой группы одного сотрудника, общаться с которым вам комфортнее всего, который слушает вас и серьезно относится к вашим жалобам. Убедитесь, что в вашей группе медицинского обслуживания понимают, какое участие вы хотите принимать в принятии решений относительно своего лечения.

Уделяйте себе время. Выделяйте время только для себя, чтобы делать вещи, которые радуют вас и, что самое важное, создают позитивный настрой. Например, смотрите фильмы, читайте молитвы или выполняйте упражнения. Окружите себя позитивными людьми, которые принимают вас такой, какая вы есть. Попросите ваших друзей и членов семьи помочь с выполнением трудных дел, например, с подведением баланса чековой книжки или уборкой по дому.

3 Взаимодействие с врачом или поставщиком медицинских услуг

Для вас важно суметь поделиться своими тревогами с врачом. Возможно, вы захотите поговорить с врачом о направлении к специалисту или о том, чтобы получить заключение другого врача. Возможно, у вас будет много вопросов к вашей группе медицинского обслуживания. Вы также можете приносить на приемы список вопросов, пример такого списка приведен в разделе 10, и делать заметки, когда получаете ответы.

Направление к специалисту

Рак - это сложная болезнь, и ни один врач не в состоянии в одиночку предоставить все лечение и обслуживание, которое может вам потребоваться. Специалист - это врач или другой поставщик медицинских услуг, который концентрируется на одной определенной области ваших медицинских потребностей. В течение всего курса лечения рака вас могут направлять ко многим специалистам. В их число могут войти ***практикующая медсестра-специалист, хирург-маммолог, медицинский онколог, диетолог, физиотерапевт, пластический хирург, онколог-радиолог, рентгенолог, социальный работник, хирург-онколог или консультант по генетическим вопросам.***

На данном веб-сайте имеется более подробная информация о том, **как найти врача или терапевтический центр, специализирующийся на лечении рака:** www.cancer.gov/cancertopics/factsheet/Therapy/doctor-facility

Заключение другого врача

Заключение другого врача - это визит к другому врачу для получения альтернативной точки зрения на ваши медицинские потребности. Запрос заключения другого врача - обычное действие. Большинство врачей рады узнать мнение другого врача и, с вашего разрешения, предоставят вашу медицинскую информацию другим специалистам, чтобы предоставить вам медицинское обслуживание. Из-за заключения другого врача не должно приостанавливаться

ваше лечение, и оно не должно повлечь для вас дополнительных расходов, поскольку такие заключения покрываются в большинстве планов медицинского страхования штата Нью-Йорк. Получите заключение другого врача, если вы:

- хотите подтвердить ваш диагноз или метод лечения,
- хотите узнать все возможные для вас варианты лечения или
- чувствуете себя неловко при общении со своим врачом.

Если вы зарегистрированы в Организации медицинского обеспечения (Health Maintenance Organization, НМО), вы можете получить заключение другого врача, не входящего в сеть вашего медицинского плана (в том числе посетить специалиста в центре лечения рака), совершенно бесплатно, если вам дал направление врач вашего медицинского плана. Свяжитесь с вашей организацией НМО для обсуждения возможности получения заключения другого врача. Если вы получаете заключение другого врача без направления от врача вашего плана медицинского обслуживания, вам, возможно, придется оплатить эту услугу частично или полностью.

КАК ПОЛУЧИТЬ ЗАКЛЮЧЕНИЕ ДРУГОГО ВРАЧА

- Попросите своего врача направить вас к специалисту по лечению рака молочной железы за пределами его или ее терапевтической группы.
- Свяжитесь с местными или национальными медицинскими ассоциациями.
 - База данных по поиску врача Американской медицинской ассоциации (American Medical Association Doctor Finder database) находится на веб-сайте по адресу: <https://extapps.ama-assn.org/doctorfinder/recaptcha.jsp>. В ней представлена основная информация о лицензированных врачах в США.
 - Американское общество клинических онкологов (American Society of Clinical Oncology) предоставляет интерактивный список врачей-онкологов на веб-сайте по адресу: www.cancer.net/patient/All+About+Cancer/Newly+Diagnosed/Find+an+Oncologist/Find+an+Oncologist+Database
 - База данных членов Американской коллегии хирургов (American College of Surgeons) находится на веб-сайте по адресу: web3.facs.org/acsdire/default_public.cfm. В ней представлен интерактивный список хирургов (поиск нужно вести по узкой специальности «заболевания молочной железы/рак молочной железы»).
 - Комиссия по раку Американской коллегии хирургов (American College of Surgeons' Commission on Cancer) может направить вас в больницы и центры лечения рака груди высокого уровня, которые прошли аккредитацию по предоставлению самого современного и многопрофильного лечения рака молочной железы, на веб-сайте по адресу: www.facs.org/cancer/index.html
- Поговорите с членами организаций по борьбе с раком груди или людьми, у которых уже был такой опыт, чтобы узнать их мнения. В разделе 11 данной брошюры представлен список организаций по борьбе с раком и их контактная информация.

4 Каковы стадии рака молочной железы?

Определение стадий заболевания - это способ описания рака. Знание своей стадии рака поможет вам и вашей группе медицинского обслуживания решить, какое лечение лучше всего вам подходит. Ранними стадиями рака считаются стадии I и II. Поздними стадиями рака считаются стадии III и IV. Выбор лечения будет зависеть от следующих факторов:

- размер вашей **опухоли**;
- обнаружен ли рак в **лимфатических узлах** подмышечной впадины и
- обнаружен ли рак в других частях вашего тела.

Что такое лимфоузлы

- Лимфатические узлы - это небольшие бобовидные структуры, расположенные по всему телу человека.
- Лимфоузлы являются частью иммунной системы организма.
- Лимфатические узлы действуют как фильтры или ловушки для микробов или раковых клеток и помогают бороться с инфекцией или болезнью.
- Иногда раковые клетки проникают в лимфоузлы. Вот почему врачи осматривают лимфоузлы при определении стадии рака.

Что такое подмышечные узлы?

- **Подмышечные узлы** - это лимфатические узлы, находящиеся в подмышечной впадине.
- Когда рак груди распространяется за пределы молочной железы, сначала он обычно поражает подмышечные лимфоузлы.
- Выявление распространения рака на подмышечные лимфоузлы (**диссекция подмышечных лимфатических узлов**) важно для определения стадии рака и метода требуемого лечения.

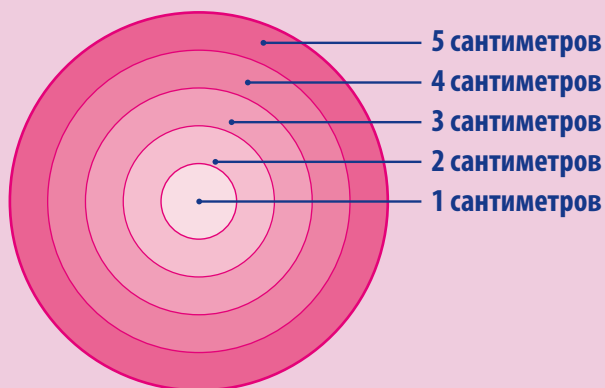
Стадии рака молочной железы

Стадия 0

- **Рак in situ** (также называемый преинвазивный или неинвазивный рак).
- Аномальные клетки обнаружены в выстилке **протоков** молочной железы (протоковая карцинома in situ) и не распространились за пределы протоков на другие ткани в молочной железе; ИЛИ
- Аномальные клетки обнаружены в **дольках** молочной железы (лобулярная карцинома in situ).

Стадия I

- Рак сформировался. Размер опухоли равен 2 см* (1 дюйм) или меньше, и рак НЕ распространился на лимфатические узлы или за пределы молочной железы.



**см означает сантиметры. Один дюйм равен примерно 2,5 сантиметрам. Приведенное выше изображение не отражает точного измерения. В связи с различными настройками компьютеров данное графическое изображение может не соответствовать масштабу.*

(Взято с веб-сайта Национального института рака (National Cancer Institute) www.cancer.gov)

Стадии рака молочной железы

-
- Стадия IIA**
- В молочной железе не найдено опухоли, но опухоль обнаружена в подмышечных лимфоузлах; ИЛИ
 - Размер опухоли равен 2 см* (1 дюйм) или меньше, и рак РАСПРОСТРАНИЛСЯ на подмышечные лимфоузлы; ИЛИ
 - Размер опухоли от 2 до 5 см* (1 и 2 дюйма), но рак НЕ распространился на подмышечные лимфоузлы.
-
- Стадия IIB**
- Размер опухоли от 2 до 5 см* (1 и 2 дюйма), и рак РАСПРОСТРАНИЛСЯ на подмышечные лимфоузлы; ИЛИ
 - Размер опухоли более 5 см* (2 дюйма), но рак НЕ распространился на подмышечные лимфоузлы.
-
- Стадия IIIA**
- В молочной железе не обнаружено опухоли, но рак обнаружен в подмышечных лимфоузлах или в лимфоузлах около грудной кости; ИЛИ
 - Размер опухоли равен 2 см* (1 дюйм) или меньше, и рак распространился на подмышечные лимфоузлы или рак, вероятно, распространился на лимфоузлы около грудной кости; ИЛИ
 - Размер опухоли от 2 до 5 см* (1 и 2 дюйма), и рак распространился на подмышечные лимфоузлы, либо рак, вероятно, распространился на лимфоузлы около грудной кости; ИЛИ
 - Размер опухоли более 5 см*, и рак распространился на подмышечные лимфоузлы, или рак, вероятно, распространился на лимфоузлы около грудной кости.

- Стадия IIIВ**
- Размер опухоли может быть любым и:
 - рак распространился на стенку грудной клетки/или кожу груди; и
 - рак, вероятно, распространился на подмышечные лимфоузлы или лимфоузлы около грудной кости.
 - Рак, который распространился на кожу груди, называется **воспалительным раком молочной железы**. Воспалительный рак молочной железы считается, как минимум, стадией IIIВ. Для получения более подробной информации о воспалительном раке молочной железы посетите веб-сайт по адресу: www.mayoclinic.com/health/inflammatory-breast-cancer/DS00632

- Стадия IIIС**
- На данной стадии могут отсутствовать признаки рака в молочной железе или опухоль может быть любого размера, и рак может распространиться на стенку грудной клетки и/или кожу груди. Также рак распространился на лимфоузлы над или под ключицей, и, вероятно, распространился на подмышечные лимфоузлы или лимфоузлы около грудной кости.
 - Рак либо операбельный, либо неоперабельный. На операбельной стадии рак:
 - обнаружен в десяти или более подмышечных лимфоузлах; ИЛИ
 - обнаружен в лимфоузлах ниже ключицы; ИЛИ
 - обнаружен в подмышечных лимфоузлах и в лимфоузлах около грудной кости.
 - На неоперабельной стадии рак распространился на лимфатические узлы над ключицей.

- Стадия IV**
- Опухоль РАСПРОСТРАНИЛАСЬ на другие органы, чаще всего на кости, легкие, печень или мозг.

5 Ваши варианты лечения

Для лечения рака молочной железы предлагается много вариантов. Лечение, которое вы выберете вместе со своей группой медицинского обслуживания, зависит от многих факторов. В их числе, например:

- стадия рака, которая в большинстве случаев является самым важным фактором (см. раздел 4);
- ваш возраст;
- наступила ли у вас менопауза;
- общее состояние вашего здоровья;
- размер вашей груди;
- результаты лабораторных анализов и определения *опухолевых маркеров*;
- ваша способность и согласие на применение *лучевой терапии*.

Побочные эффекты

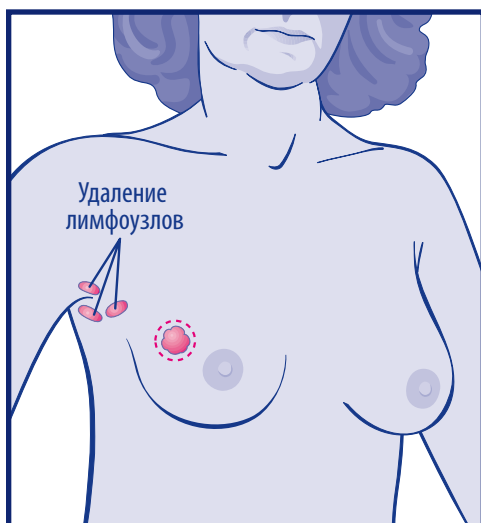
Побочные эффекты - это симптомы или проблемы, возникающие у вас в результате лечения (хирургической операции или медикаментозного лечения). Некоторые побочные эффекты распространены, другие встречаются редко. Многие побочные эффекты поддаются лечению, в результате которого они либо ослабевают, либо их можно контролировать, так что ваше тело может продолжать нормально функционировать. Очень важно обсуждать испытываемые вами побочные эффекты с группой медицинского обслуживания и не прекращать прием лекарств или лечения в связи с ними без консультации с группой медицинского обслуживания. Ниже приводятся побочные эффекты каждого метода лечения.

Хирургическая операция

Большинство женщин, страдающих раком молочной железы, в настоящее время могут выбрать либо **органосохраняющее лечение** (также известное как **лампэктомия**), либо **мастэктомию**. Органосохраняющее лечение это хирургическая операция с сохранением молочной железы, после которой проводится лучевая терапия. В большинстве случаев лампэктомия и мастэктомия в равной мере эффективны для лечения ранних стадий рака молочной железы (стадии I и II). Однако нет никакой гарантии, что рак не возникнет вновь.

ЛАМПЭКТОМИЯ

Во время лампэктомии хирург удаляет опухоль, немного здоровой ткани молочной железы вокруг опухоли и несколько подмышечных лимфоузлов. После лампэктомии почти всегда проводится лучевая терапия с целью снижения риска развития рака в оставшейся ткани молочной железы.



Лампэктомия

Возможные побочные эффекты лампэктомии

Возможно изменение формы груди или онемение части груди. После лампэктомии может развиваться инфекция, плохое заживление раны, кровотечение и реакция на лекарственные препараты, использованные во время операции (**анестезия**).

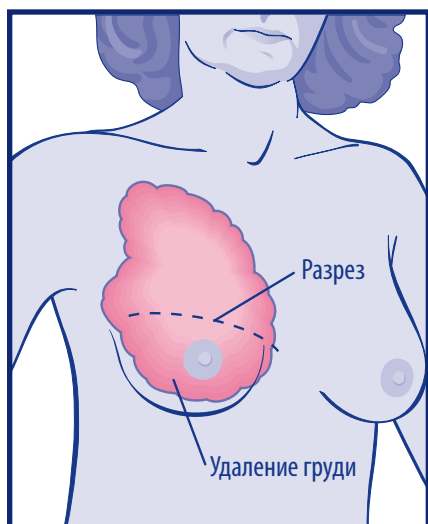
МАСТЭКТОМИЯ

Мастэктомия - это хирургическая операция по удалению молочной железы. Существуют различные типы мастэктомии: полная мастэктомия (также известная как простая мастэктомия) и модифицированная радикальная мастэктомия. Наиболее часто мастэктомия рекомендуется в следующих случаях:

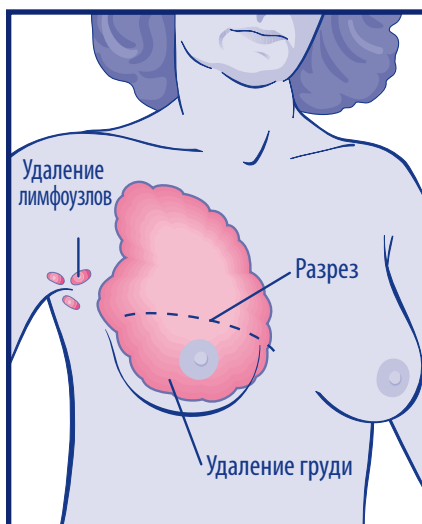
- в молочной железе несколько очагов рака;
- размер опухоли больше 5 см (2 дюйма);
- размер груди небольшой, либо грудь такой формы, что при удалении всей раковой опухоли останется малое количество ткани молочной железы, или грудь будет деформирована;
- вы не хотите или не можете проходить лучевую терапию.

Полная мастэктомия - это хирургическая операция, при которой удаляется максимально возможное количество ткани молочной железы, сосок и некоторое количество вышележащей кожи груди. Подмышечные лимфоузлы НЕ удаляются.

Модифицированная радикальная мастэктомия - это хирургическая операция, при которой удаляется максимально возможное количество ткани молочной железы, сосок, ткань, прилегающая к мышцам грудной клетки, и подмышечные лимфоузлы.



Полная мастэктомия



Модифицированная радикальная мастэктомия

Возможные побочные эффекты мастэктомии

После мастэктомии может развиваться инфекция, плохое заживление раны, реакция на лекарственные препараты, использованные во время операции (анестезия), а также скопление жидкости или крови под кожей.

УДАЛЕНИЕ ЛИМФАТИЧЕСКИХ УЗЛОВ

Независимо от того, назначена вам лампэктомия или мастэктомия, ваш хирург, как правило, проводит **биопсию сигнального лимфоузла**, чтобы выяснить, распространился ли рак на лимфоузлы, без удаления всех лимфоузлов. Сигнальный лимфоузел - это первый лимфоузел, на который с наибольшей вероятностью может распространиться рак. При распространении рака раковые клетки могут сначала появиться в сигнальном лимфоузле. Если в сигнальном лимфоузле не обнаружено раковых клеток, тогда с вероятностью более 97 % в других подмышечных лимфоузлах также не будет раковых клеток. Если в сигнальном лимфоузле обнаружены раковые клетки, хирург удалит намного больше подмышечных лимфоузлов (**диссекция подмышечных лимфоузлов**), чтобы выяснить, сколько еще поражено лимфоузлов.

Возможные побочные эффекты удаления лимфоузлов

После удаления лимфоузлов может возникнуть онемение предплечья или подмышкой, либо отек руки, который называется **лимфедема**. Лимфедема - это патологическое образование жидкости в организме, приводящее к отеку. Лучший способ избежать повреждения руки и снизить шансы возникновения лимфедемы - это тщательное проведение операции, однако лимфедема тоже лечится. Другие состояния могут вызывать те же симптомы. Необходимо обратиться к врачу при возникновении следующих проблем:

- отек руки, возможно, включая пальцы;
- ощущение распухания или тяжести в руке;
- ощущение натянутости кожи;
- невозможность пошевелить суставом руки;
- утолщение кожи с появлением и без появления кожных изменений, таких как волдыри или бугорки;
- чувство стесненности при ношении одежды, обуви, браслетов, часов или колец;
- трудности с засыпанием;
- выпадение волос.

Лимфедема может влиять на повседневную деятельность и способность работать или заниматься хобби. Данные симптомы могут возникать очень медленно, со временем, или быстро, если имеет место инфекция или повреждение руки или ноги.

Для получения более подробной информации о **лимфедеме** посетите веб-сайт: www.health.ny.gov/publications/0399/

Для получения более подробной информации о **хирургических операциях при раке молочной железы** посетите веб-сайт: www.cancer.org/cancer/breastcancer/detailedguide/breast-cancer-treating-surgery

Системная терапия

Системная терапия применяется для уничтожения раковых клеток во всем организме. При этом воздействие осуществляется на все клетки организма, а не только на раковые клетки в молочной железе. Системная терапия может применяться до (**неoadъювантная терапия**) или после (**адъювантная терапия**) хирургической операции или лучевой терапии. **Химиотерапия, гормональная терапия и прицельная терапия** являются видами системной терапии.

ХИМИОТЕРАПИЯ

При химиотерапии для уничтожения раковых клеток используются лекарственные средства. Наиболее часто лекарства вводятся в кровь при помощи **иглы для внутривенных инъекций** (в/в), которая вводится в вену. В других случаях лекарства могут представлять собой таблетки. Химиотерапия проводится циклично. Вы проходите один курс терапии, затем несколько недель отдыхаете перед следующим курсом терапии. Большинство пациентов проходят химиотерапию амбулаторно в больнице, кабинете врача или дома. В редких случаях пациентам необходимо оставаться в больнице во время терапии.

Возможные побочные эффекты химиотерапии

Все пациенты по-разному реагируют на химиотерапию. К наиболее **распространенным побочным эффектам** относятся:

- сильная усталость (утомление);
- потеря аппетита;
- тошнота и/или рвота (см. рекомендации по преодолению ниже);
- понос или запор;
- изменение веса;
- язвочки на слизистой полости рта или на губах;
- кратковременное выпадение волос;
- пониженное содержание форменных элементов крови, что может увеличить риск возникновения инфекции или кровотечения.

Другие возможные побочные эффекты, связанные с химиотерапией, включают изменение менструального цикла, истончение костей, покалывание или онемение в кистях рук и ступнях, изменение цвета кожи и изменения концентрации внимания и памяти (часто называемое «химический мозг»).

Следующие рекомендации могут помочь при тошноте или рвоте.

- Попросите лекарство против тошноты и рвоты.
- Ешьте мало, но часто; не ешьте за 3-4 часа до проведения терапии.
- Употребляйте в пищу фруктовое мороженое, сладкое желе, манную кашу, овсяную кашу, печеный картофель или фруктовые соки, смешанные с водой.
- Во время приема пищи тщательно пережевывайте ее и расслабьтесь.
- Научитесь делать физические упражнения для снятия стресса.

Когда вы проходите курс химиотерапии, ваш организм менее устойчив в борьбе с инфекциями. Следующие шаги могут помочь поддержать ваше здоровье, когда вы проходите химиотерапию.

- Избегайте больших скоплений народа и людей с простудными и другими заразными заболеваниями.
- Мойтесь ежедневно, часто мойте руки с мылом или антибактериальным гелем для рук и осторожно чистите зубы после каждого приема пищи.
- При работах в саду или других работах, где ваши руки могут соприкоснуться с грязными или острыми предметами, надевайте перчатки, чтобы защитить ваши руки от порезов.
- Если вы порезались, держите рану в чистоте и под повязкой.
- Соблюдайте здоровую диету и больше отдыхайте.

Для получения более подробной информации о **химиотерапии**, включая справочник лекарств от рака, посетите веб-сайт:

www.cancer.org/docroot/ETO/ETO_1_5x_Guide_for_Patients_and_Families.asp

ГОРМОНАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ

Некоторые виды рака молочной железы восприимчивы к **эстрогену** и **прогестерону**, двум **гормонам**, которые вырабатывает ваш организм. Гормональная терапия препятствует поступлению этих гормонов, необходимых для роста рака, в чувствительные к ним раковые клетки. В данной терапии используются лекарства, которые могут либо блокировать путь гормонов к раковым клеткам, либо снижают уровень гормонов в организме. В некоторых случаях может быть рекомендована хирургическая операция по удалению яичников, которые вырабатывают эстроген и прогестерон. Примером гормональной терапии является препарат тамоксифен.

Возможные побочные эффекты гормональной терапии

Все пациенты по-разному реагируют на гормональную терапию. К наиболее **распространенным побочным эффектам** относятся:

- усталость;
- приступы жара;
- влагалищные выделения или раздражение влагалища;
- тошнота;
- набор веса;
- изменения менструального цикла.

Другие потенциальные побочные эффекты, связанные с гормональной терапией, включают боли в костях, понос, снижение мышечной массы и силы, а также истончение костей.

Для получения более подробной информации о **гормональной терапии** посетите веб-сайт: www.cancer.org/Cancer/BreastCancer/OverviewGuide/breast-cancer-overview-treating-hormone-therapy

ПРИЦЕЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ

При прицельной терапии используются лекарства или другие вещества для проведения направленных изменений в клетках, которые вызывают рак. Данный вид терапии вызывает только определенные изменения клеток, которые могут возникнуть не у всех людей с раком груди. Прицельная терапия, как правило, с меньшей вероятностью, чем химиотерапия, может повредить нормальные, здоровые клетки.

Возможные побочные эффекты прицельной терапии

Все пациенты по-разному реагируют на прицельную терапию. К наиболее **распространенным побочным эффектам** относятся:

- сыпь или отек в месте инъекции при прицельной терапии;
- гриппоподобные симптомы;
- утомляемость.
- понос или рвота;
- кровотечение из носа;
- повышенное артериальное давление;

Для получения более подробной информации о **прицельной терапии** посетите веб-сайт: www.cancer.org/Cancer/BreastCancer/OverviewGuide/breast-cancer-overview-treating-targated-therapy

Лучевая терапия

При лучевой терапии (также называемой радиотерапия) применяется высокоактивное излучение для уничтожения раковых клеток. **Лучевая терапия** может быть проведена до или после хирургической операции. Большинство пациентов проходят внешнюю лучевую терапию, при которой аппарат облучает часть тела, пораженную раком. Радиационное облучение также может исходить из радиоактивного материала, помещенного непосредственно в молочную железу. Некоторые люди могут проходить оба вида лучевой терапии. Количество и частота проведения лучевой терапии зависит от размера вашей опухоли, типа проведенной хирургической операции, типа полученного радиационного облучения и ваших предпочтений, а также предпочтений вашей группы медицинского обслуживания.

Возможные побочные эффекты лучевой терапии

Все пациенты по-разному реагируют на радиотерапию. К наиболее **распространенным побочным эффектам** относятся:

- отек и тяжесть в груди;
- изменения кожного покрова на обрабатываемом участке, похожие на солнечный ожог;
- утомляемость.

Менее распространенные побочные эффекты лучевой терапии включают дискомфорт в подмышечной впадине, боль в грудной клетке, ощущение ущемленного сердцебиения, сухой кашель и одышку.

Для получения более подробной информации о **лучевой терапии** посетите веб-сайт: www.cancer.org/Treatment/TreatmentsandSideEffects/PhysicalSideEffects/DealingwithSymptomsatHome/caring-for-the-patient-with-cancer-at-home-radiation-therapy

6 Реконструкция молочной железы

После мастэктомии женщина может выбрать, носить ли ей *протез* в форме груди, который подходит к ее бюстгалтеру, или специально разработанный бюстгалтер, уже содержащий форму молочной железы, сделать пластическую операцию по реконструкции груди или отказаться от всего. Некоторые женщины предпочитают покрыть послеоперационные шрамы красивой татуировкой. Другие отказываются от протеза, татуировки или пластической операции по реконструкции молочной железы. Это в высшей степени личное решение. Обсудите доступные вам варианты со своим пластическим хирургом: врач поможет вам выбрать наилучший вариант, при котором вам будет удобно, и внешний вид которого вас устроит.

Если вам провели мастэктомию, существуют различные виды пластической реконструкции молочной железы. Важно понимать, что искусственная грудь никогда не будет ощущаться или функционировать как настоящая; но результат операции будет выглядеть, как настоящая грудь. Если вы хотите, чтобы вам провели реконструкцию молочной железы, важно обсудить это с вашим хирургом до проведения мастэктомии и попросить направить вас к опытному пластическому хирургу. Многие женщины начинают реконструкцию одновременно с проведением мастэктомии; некоторые ждут несколько месяцев или даже лет.

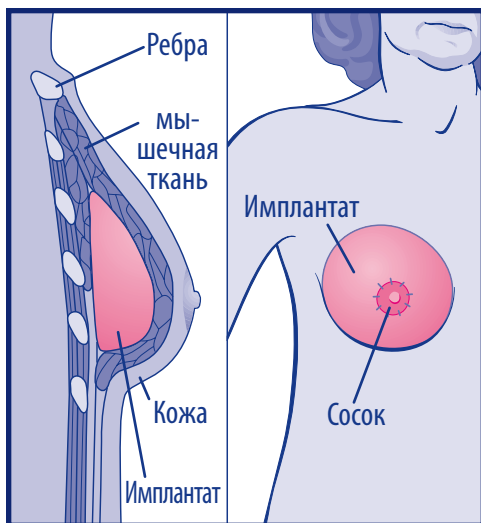
Операция по реконструкции молочной железы с целью ее восстановления - это решение для любой женщины, которая лишилась груди в результате рака. Закон штата Нью-Йорк требует, чтобы по программам медицинского страхования, в которых предоставляется покрытие медицинских и хирургических потребностей, оплачивалась реконструкция молочной железы и операция на другой молочной железе для получения в результате двух одинаковых грудей. Требуемая оплата за реконструкцию молочной железы не применяется к медицинским планам самостоятельного страхования или к некоторым планам, оплачиваемым работодателями за пределами штата. Если у вас есть вопросы относительно законов, касающихся реконструкции молочной железы, или других страховых законов, позвоните в Департамент страхования штата Нью-Йорк (New York State Insurance Department) по телефону 1-800-342-3736.

Если вы думаете о проведении реконструкции молочной железы, в данном разделе предоставляется информация о типах возможных хирургических операций.

Реконструкция при помощи имплантатов

Имплантаты - это пластиковые мешочки, заполненные **силиконом** (вид жидкого пластического материала) или **солевым раствором** (соленой водой). Данные мешочки помещаются под кожу за мышцу грудной клетки. Имплантаты не устанавливаются на всю жизнь, и позднее вам может потребоваться еще хирургическая операция для их замены. Иногда солевые имплантаты «морщатся» в верхней части или со временем смещаются, однако многие женщины не считают подобные изменения достаточно проблемными для замены имплантата.

Управление по контролю качества пищевых продуктов и лекарственных средств (Food and Drug Administration, FDA) в течение многих лет проводило исследования безопасности силиконовых имплантатов молочной железы для иммунной системы; самые последние исследования показывают, что данные имплантаты не вызывают проблем в иммунной системе. В 2006 г. FDA одобрило два вида силиконовых имплантатов для хирургической операции по реконструкции молочной железы. Если вы думаете о том, чтобы установить силиконовые имплантаты, возможно, вы захотите обсудить результаты исследований FDA со своим хирургом и решить, подходят ли они вам.



Реконструкция молочной железы при помощи имплантатов

Возможные побочные эффекты реконструкции молочной железы при помощи имплантатов

У женщин, которым была проведена реконструкция молочной железы при помощи имплантатов, иногда возникает боль, инфекция или разрыв имплантата. Кроме того, некоторые женщины могут быть недовольны тем, как выглядит результат, либо со временем вокруг имплантата могут образоваться шрамы, отчего искусственная грудь выглядит менее привлекательно.

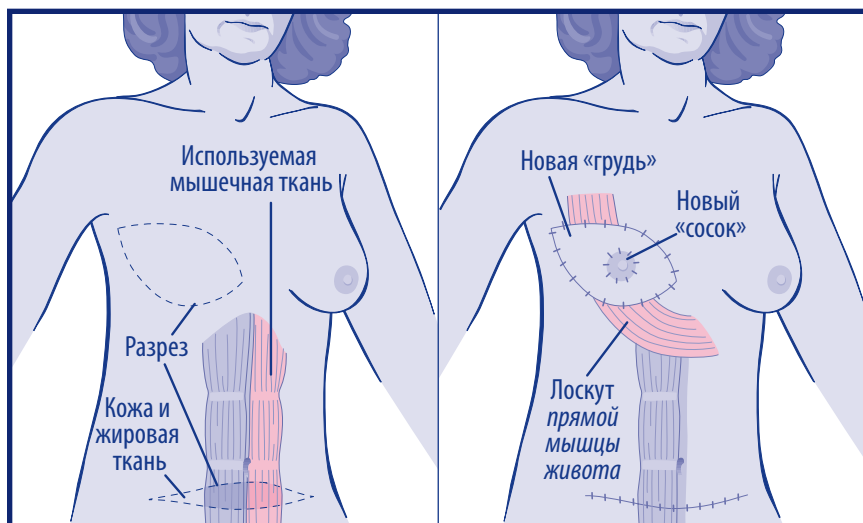
Реконструкция молочной железы при помощи тканевых лоскутов

При хирургических операциях с тканевыми лоскутами для реконструкции молочной железы используется мышечная ткань, жир, кожа и кровеносные сосуды, перенесенные с другой части тела. Данные ткани могут быть взяты:

- из нижней части живота (**TRAM-лоскут** или **DIEP-лоскут**);
- спины;
- ягодиц.

В данных хирургических операциях иногда также используется имплантат, чтобы новая грудь выглядела так же, как и другая.

При начале данного процесса женщина должна знать, что часто требуется более одной операции. Дополнительные действия включают добавление соска, операцию на противоположной молочной железе, чтобы груди выглядели одинаково, и совершенствование формы восстановленной молочной железы.



Реконструкция молочной железы при помощи тканевых лоскутов

Возможные побочные эффекты реконструкции молочной железы при помощи тканевых лоскутов

При данных хирургических операциях остаются шрамы в двух местах – один в том месте, откуда была взята ткань, и другой на новой груди. Со временем шрамы могут стать не такими заметными и могут никогда не исчезнуть полностью. Также

может наблюдаться слабость в мышцах в том месте, откуда была взята ткань, разница в размере и форме груди или плохое кровоснабжение новой груди. Снизить данные риски может помочь выбор пластического хирурга, прошедшего специальное обучение для проведения подобных операций, и который уже проводил их успешно на многих других женщинах.

Чтобы найти **сертифицированного пластического хирурга по реконструкции молочной железы в вашем районе**, посетите веб-сайт Американского общества пластических хирургов по адресу: www.plasticsurgery.org/ или позвоните по номеру 1-888-4PLASTI (1-888-475-2784).

Для получения более подробной информации о **компаниях, продающих протезы молочной железы**, посетите веб-сайт по адресу: www.cancer.org/Cancer/BreastCancer/MoreInformation/breast-prostheses-and-hair-loss-accessories-list

7 Покрывается ли хирургическая операция медицинской страховкой?

В соответствии с законом штата Нью-Йорк все планы медицинского страхования, покрывающие госпитализацию, должны покрывать больничное лечение после операции по лечению рака груди в течение периода времени, который вы и ваша группа медицинского обслуживания считаете достаточным для вашего выздоровления. Планы медицинского страхования, предоставляющие покрытие медицинских и хирургических потребностей в штате Нью-Йорк, также обязаны оплачивать расходы на реконструкцию молочной железы после операции по удалению раковой опухоли, а также при необходимости операцию на другой молочной железе. Планы самостоятельного страхования и некоторые планы, оплачиваемые работодателями за пределами штата, не обязаны оплачивать расходы на реконструкцию молочной железы. Некоторые планы могут иметь ограничения в отношении места проведения хирургической операции по реконструкции молочной железы. Свяжитесь с вашей страховой компанией или организацией НМО, чтобы получить подробную информацию о вашем плане. Если у вас есть вопросы в отношении данного закона или других страховых законов, позвоните в Департамент страхования штата Нью-Йорк по телефону 1-800-342-3736.

Чтобы найти ваш **местный Отдел потребительских услуг (Consumer Services office) Департамента страхования**, посетите веб-сайт по адресу: www.ins.state.ny.us/hpoffnos.htm

8 Если у вас нет медицинской страховки

Если вы являетесь жителем штата Нью-Йорк и у вас нет медицинской страховки, а вам требуется лечение рака груди, возможно, вы имеете право на участие в программе по лечению рака Medicaid Cancer Treatment Program (МСТР) или в общественной программе медицинского страхования, такой как Medicaid или Family Health Plus. Программа МСТР обеспечивает полное покрытие Medicaid для лечения рака молочной железы, реконструкции молочной железы после операции и других медицинских расходов для лиц, соответствующих определенным критериям участия в программе. Лица, зачисленные в программу МСТР, должны пользоваться услугами поставщика медицинских услуг, участвующего в программе Medicaid штата Нью-Йорк, в отношении всех покрываемых медицинских расходов.

Для получения более подробной информации о программе **МСТР** или чтобы узнать, есть ли у вас право на участие в этой программе, посетите веб-сайт по адресу: www.health.ny.gov/nysdoh/bcctp/bcctp.htm или позвоните в программу штата Нью-Йорк по предоставлению услуг, связанных с лечением рака (New York State Cancer Services Program), по номеру 1-866-442-2262.

Для получения более подробной информации о **Medicaid** посетите веб-сайт по адресу: www.health.ny.gov/health_care/medicaid/ или позвоните на информационную линию программы Medicaid штата Нью-Йорк (New York State Medicaid Help Line) по номеру 1-800-541-2831.

Для получения более подробной информации о **программе Family Health Plus** посетите веб-сайт по адресу: www.health.ny.gov/nysdoh/fhplus/ или позвоните на информационную линию программы Family Health Plus по телефону 1-877-9FHPLUS (1-877-934-7587).

9 Жизнь после лечения рака молочной железы

Человек, перенесший рак, - это человек, которому поставили диагноз «рак», от момента постановки диагноза, во время лечения и после лечения. Чтобы сохранить свое здоровье после завершения лечения рака, эти пациенты могут предпринимать некоторые меры.

Последующий уход

Очень важно продолжать встречаться со своей группой медицинского обслуживания даже после завершения лечения. Первое время вы, возможно, будете приходить на прием к врачу каждые 3-6 месяцев. Вероятно, чем дольше у вас не будут обнаруживаться признаки рака, тем реже вам потребуется приходить на прием. Не забывайте:

- продолжать ходить на прием к своему основному лечащему врачу для регулярных медосмотров;
- сообщать врачу безотлагательно о любых проблемах со здоровьем или изменениях в области, где проводилось лечение, или в вашей другой молочной железе, и
- продолжайте делать **маммограммы** и проходить клинические обследования молочной железы в соответствии с рекомендациями своего врача.

Медицинская карта

Хранение копий вашей медицинской документации позволит вам отслеживать свое лечение. Вы также будете располагать точной информацией, чтобы предоставить ее другим врачам в случае переезда или смены страхового плана.

Вы можете запросить документы, заполнив форму разрешения на выдачу медицинской документации в кабинете вашего врача или больницы. Храните все ваши документы в одном месте, где вы легко можете их найти.

Вы также можете попросить вашего врача, лечившего рак, предоставить вам краткое резюме (1-2 страницы), которое поможет вашему основному лечащему врачу обеспечить вам наилучший уход на протяжении всей жизни. Резюме должно включать:

- ваш диагноз, вид рака и стадию;
- результаты всех ваших анализов;
- описания всех хирургических операций, включая их результаты;
- все виды терапии: по химиотерапии – название лекарств, включая дозировку, время приема и побочные эффекты; по лучевой терапии – место, которое подвергалось облучению, и общее количество полученной радиации;
- любые другие виды терапии, например диета или консультирование;
- список рекомендуемых анализов при последующем наблюдении и как часто они должны проводиться, а также
- полную контактную информацию по всем специалистам, участвовавшим в лечении рака.

Настоятельно порекомендуйте своим близким родственникам (дочерям, сестрам) пройти рекомендуемые обследования на наличие рака молочной железы.

Помните, что люди, перенесшие рак груди, могут стать для остальных примером победителей и лидеров.

Для получения более подробной информации по **выживанию и жизни после лечения рака** посетите веб-сайт по адресу:
cancernet.nci.nih.gov/cancertopics/life-after-treatment

10 Вопросы, которые вы можете задать своей группе медицинского обслуживания

Ниже предлагается примерный список вопросов, которые вы можете задать, когда вам впервые поставили диагноз. Перепишите их и возьмите с собой, когда пойдете на прием к врачу.

Вопросы, которые вы можете задать своей группе медицинского обслуживания

Поставлен диагноз «рак»

- Вы не могли бы записать название специфического типа рака молочной железы, который обнаружен у меня?
- Есть ли признаки рака в моих лимфатических узлах?
- Какая у меня стадия рака молочной железы?
- Насколько высока вероятность, что рак в моем случае распространился за пределы молочной железы?
- Какие преимущества имеет лечение в специализированном центре лечения раковых заболеваний?
- Какие еще опухолевые маркеры использовались при диагностике рака молочной железы в моем случае (например, **гормональные рецепторы** эстрогена и прогестерона)?

Генетическое тестирование

- Следует ли мне сходить на прием **к консультанту по генетическим вопросам?**
- Есть ли вероятность того, что рак возник у меня из-за наследственности?
- Находятся ли члены моей семьи в группе повышенного риска заболевания раком молочной железы?
- Существуют ли другие виды рака, которые могут развиваться у меня с высокой вероятностью?

Для получения более подробной информации по генетическому тестированию посетите веб-сайт по адресу: www.cancer.gov/cancertopics/Genetic-Testing-for-Breast-and-Ovarian-Cancer-Risk

Вопросы, которые вы можете задать своей группе медицинского обслуживания

Лечение рака

- Когда начнется мое лечение? Когда оно завершится?
- Какие у меня варианты выбора лечения?
- Как часто будет проводиться терапия?
- Сколько времени будет длиться каждый терапевтический сеанс?
- Куда мне следует обращаться за лечением?
- Смогу ли я после этого самостоятельно вести машину, чтобы вернуться домой?
- Какие побочные эффекты могут у меня возникнуть?
- Существуют ли лекарства или другие средства, которые помогут справиться с побочными эффектами?
- Что я могу сделать, чтобы позаботиться о себе до, во время и после лечения?
- Следует ли мне ожидать каких-либо длительных побочных эффектов?
- Кто будет нести ответственность за мое лечение?

Хирургическая операция по удалению опухоли молочной железы

- Подойдет ли мне органосохраняющая операция на молочной железе? Какую операцию вы порекомендуете мне? Почему?
- Какой величины останется шрам? В каком месте он будет?
- Сколько ткани молочной железы будет удалено?
- Будет ли проведена биопсия сигнального лимфоузла, чтобы определить, нужно ли удалять другие лимфоузлы при помощи диссекции подмышечного лимфоузла? Почему да или почему нет?
- Будут ли мне удалять лимфоузлы? Почему да или почему нет?
- Нужно ли мне будет оставаться в больнице? Если да, то как долго?
- Могу ли я поговорить с кем-то, кому проводили такую же операцию, какую будут проводить мне?
- Каких занятий мне следует избегать? Когда я смогу вернуться к своим обычным занятиям?

Вопросы, которые вы можете задать своей группе медицинского обслуживания

- Потребуется ли область, на которой проводится операция, особого ухода?
- Меня отправят домой с дренажной трубкой, швами, скобками, которые требуют удаления и специального ухода?
- Что мне следует делать, если у меня возникли побочные эффекты? Кому следует позвонить?

Химиотерапия

- Нужна ли мне химиотерапия?
- Насколько успешна химиотерапия для моего типа рака?
- Могу ли я работать, проходя сеансы химиотерапии?
- Как можно предотвратить или контролировать тошноту?
- У меня выпадут волосы?
- У меня закончатся менструации?
- Повлияет ли это на мою способность забеременеть и родить ребенка?

Гормональная терапия

- Поможет ли мне гормональная терапия?
- Насколько успешна гормональная терапия для моего типа рака?
- Есть что-нибудь, что поможет справиться с побочными эффектами?
- Как долго должна длиться гормональная терапия?

Прицельная терапия

- Поможет ли мне лечение с помощью прицельной терапии?
- Насколько успешна целенаправленная терапия для моего типа рака?
- Есть что-нибудь, что поможет справиться с побочными эффектами?

Вопросы, которые вы можете задать своей группе медицинского обслуживания

Лучевая терапия

- Потребуется ли мне лучевая терапия?
- Насколько успешна лучевая терапия для моего типа рака?
- Как будет проводиться облучение?
- Как терапия подействует на мою кожу?
- Как я могу устранить дискомфортные ощущения на коже во время сеансов лучевой терапии?

Реконструкция молочной железы

- Какой тип хирургической операции даст наилучшие результаты в моем случае? Какие у меня есть варианты выбора?
- Сколько мне потребуется операций?
- Безопасны ли имплантаты молочной железы?
- Сколько операций по реконструкции молочной железы вы провели?
- Можно взглянуть на фотографии женщин, которым вы провели реконструкцию молочной железы? Могу ли я связаться с одной из них?
- Сколько времени займет восстановительный период?
- Каких занятий следует избегать? Когда я смогу вернуться к моим обычным занятиям?

11 Горячие линии по вопросам о раке молочной железы, группы поддержки и другие ресурсы

Данные национальные организации или организации штата могут предоставить вам информацию о группах поддержки, горячих линиях, где работают обученные волонтеры, которые могут ответить на вопросы о лечении и поддержке, а также могут предоставить другую информацию, материалы и услуги, связанные с раком молочной железы. Позвонив на данные горячие линии или посетив данные веб-сайты, вы свяжетесь с организациями, предоставляющими поддержку в вашем регионе.

**Горячая линия по вопросам о раке молочной железы университета Адельфи (Adelphi University Breast Cancer Hotline)
1-800-877-8077**

Горячая линия штата, на которой предоставляется информация, направления и эмоциональная поддержка для людей, у которых возникли вопросы о раке молочной железы. Работает без выходных; на ней работают обученные волонтеры, многие из которых перенесли рак молочной железы.

Веб-сайт: www.adelphi.edu/nysbreastcancer

**Национальная горячая линия Американского общества по борьбе с раком (American Cancer Society, ACS)
1-800-ACS-2345 (1-800-227-2345)**

Местные отделения перечислены на белых страницах вашей телефонной книги, также их можно найти на веб-сайте ACS. Предоставляется бесплатная информация и эмоциональная поддержка со стороны обученных волонтеров в любое время - до, во время или после лечения. **Веб-сайт: www.cancer.org**

Горячая линия сети перенесших рак молочной железы (Breast Cancer Network of Strength Your Shoes Hotline)

На английском языке: 1-800-221-2141, на испанском языке: 1-800-986-9505

Волонтеры, перенесшие рак, делятся личным опытом во всем, начиная с информации о лечении и заканчивая эмоциональным выздоровлением. В местных филиалах также можно узнать о том, где найти парики или протезы.

Веб-сайт: www.networkofstrength.org

Breastcancer.org

Некоммерческая организация в интернете, предоставляющая всеобъемлющую информацию по диагнозу «рак молочной железы», лечению, исследованиям и повседневным делам, которые влияют на жизни людей, перенесших рак груди.

Веб-сайт: www.breastcancer.org

Рак и карьера

Ресурс в интернете для женщин, возвращающихся на работу после лечения рака.

Веб-сайт: www.cancerandcareers.org

Cancer Care, Inc.

275 Seventh Avenue, New York, NY 10001

1-800-813-HOPE (1-800-813-4673) или (212) 712-8080

Организация, предоставляющая разнообразные услуги по консультированию и эмоциональной поддержке для больных раком лично, по телефону и по электронной почте; также предоставляет образовательные программы и финансовую помощь нуждающимся пациентам. Все услуги бесплатны.

Веб-сайт: www.cancercare.org

Cancer Hope Network

2 North Road – Suite A, Chester, NJ 07930

1-877-HOPENET (1-877-467-3638)

Предоставляет индивидуальную поддержку для больных раком и их семей с помощью волонтеров, перенесших рак. **Веб-сайт: www.cancerhopenetwork.org**

Сообщество людей, перенесших рак (Cancer Survivors Network)

Социальная сеть, доступная через интернет, для людей, перенесших рак, их семей, лиц, осуществляющих уход, и друзей, где члены данной сети могут поделиться переживаниями и опытом и получить информацию об услугах.

Веб-сайт: www.acscsn.org

CancerNet

Информация о раке от Американского общества клинической онкологии. Предоставляет всеобъемлющую информацию всем, у кого есть вопросы о раке, пациентам, лицам, осуществляющим уход, медицинским специалистам, исследователям и прочим лицам. **Веб-сайт: www.cancer.net**

Преодоление: жизнь с раком (Coping: Living with Cancer)

P.O. Box 682268, Franklin, TN 37068-2268

(615) 791-3859

Журнал для людей, живущих с раком, — как для самих больных, так и для их друзей и членов семьи. **Веб-сайт: www.copingmag.com/cwc**

Клуб Гильды (Gilda's Club)

Сообщество, предоставляющее бесплатную эмоциональную и социальную поддержку людям, больным раком, а также их семьям и друзьям. Семинары спонсоров, лекции, группы поддержки и социальные мероприятия; местные отделения перечислены на их веб-сайте. **Веб-сайт: www.gildasclub.org**

Фонд Лэнса Армстронга (Lance Armstrong Foundation)

Предлагается информация по раку, клиническим исследованиям, о людях, перенесших рак, а также правовой защите, сбору средств и волонтерским возможностям. **Веб-сайт: www.livestrong.org**

Жизнь вне рака груди (Living Beyond Breast Cancer)

10 East Athens Avenue, Suite 204, Ardmore, PA 19003

1-888-753-5222

Предлагается самая современная информация женщинам по лечению рака груди, в том числе рецидивирующего, и исследованиям. **Веб-сайт: www.lbbc.org**

Хорошо выглядеть... чувствовать себя еще лучше

Данная программа сосредоточена на методах, которые могут помочь людям, проходящим лечение рака, улучшить свою внешность. **Веб-сайт:**
www.lookgoodfeelbetter.org

Национальная коалиция по борьбе с раком молочной железы (National Breast Cancer Coalition)

1707 L Street NW, Suite 1060, Washington, DC 20036

(202) 296-7477

Национальная правозащитная группа, которая пытается добиться увеличения выделения средств на исследования, доступа к медицинским услугам и образованию. **Веб-сайт:** www.natlbcc.org

Горячая линия Национального института рака (National Cancer Institute Cancer Information Hotline) по предоставлению информации о раке **1-800-4-CANCER (1-800-422-6237)**

Бесплатно предлагается самая современная информация на английском и испанском языках о лечении, клинических испытаниях, раке на поздних стадиях и услугах в вашем районе, а также рекомендации по здоровому питанию.

Веб-сайт: www.nci.nih.gov

На веб-сайте Института рака можно найти информацию о *клиническом испытании* (исследование, в ходе которого проверяется безопасность и эффективность нового метода лечения рака или хирургической операции). **Веб-сайт:**
canceret.nci.nih.gov/dinicaltrials/finding/treatment-trial-guide

Национальная сеть по вопросам, связанным с лимфедемой (National Lymphedema Network)

Latham Square, 1611 Telegraph Avenue, Suite 1111, Oakland, CA, 94612-2138

1-800-541-3259

Предоставляет полную информацию по предотвращению и лечению лимфедемы, а также группы поддержки. **Веб-сайт:** www.lymphnet.org

Национальная сеть по вопросам женского здоровья (National Women's Health Network)

514 10th St. NW, Suite 400, Washington, DC 20005

(202) 347-1140

Отстаивает вопросы женского здоровья. Предоставляются информационные бюллетени и документы с изложением своей позиции по вопросам женского здоровья. **Веб-сайт:** nwhn.org

Программа услуг по борьбе с раком Департамента здравоохранения штата Нью-Йорк (New York State Department of Health Cancer Services Program) 1-866-442-CANCER (1-866-442-2262)

Контролирует программы в каждом округе и городе штата Нью-Йорк, в которых предлагаются: обследование и диагностическое тестирование на выявление рака молочной железы, шейки матки и рака прямой кишки жителям Нью-Йорка, имеющим право на участие в программе, не имеющим страховки или имеющим страховку на малую сумму, а также помощь с зачислением в программу лечения рака Medicaid (Medicaid Cancer Treatment Program), которая предоставляет покрытие лечения имеющим право на участие в ней лицам с диагнозами рак молочной железы, рак шейки матки, рак простаты и рак прямой кишки. Абоненты, позвонившие по телефону, и посетители веб-сайта также могут получить доступ к программам по месту жительства, финансируемым Департаментом здравоохранения штата Нью-Йорк (NYS DOH), в которых предоставляется поддержка, просвещение и консультирование для лиц, перенесших рак груди, а также долгосрочные и краткосрочные услуги поддержки по получению доступа к юридическим, финансовым и медицинским услугам и контактную информацию консультантов по генетическим вопросам.

Веб-сайт: www.health.ny.gov/nysdoh/cancer/center/partnerships

Онкологическая ссылка: Центр по борьбе с раком университета Пенсильвании (The University of Pennsylvania Cancer Center Resource)

Всеобъемлющий источник информации обо всех видах рака, включая рак молочной железы. Включает ссылки на списки обсуждений темы рака в интернете и базу данных врачей Национального института рака. **Веб-сайт: www.oncolink.com**

SHARE: Self-Help for Women with Breast or Ovarian Cancer (Самопомощь для женщин с раком груди или яичников)

1501 Broadway, Suite 1720, New York, NY 10036

(212) 719-0364

Горячая линия по вопросам о раке молочной железы: на английском языке (212) 382-2111, на испанском языке (212) 719-4454

Организация самопомощи, предлагающая группы поддержки, образовательные программы, горячие линии, программы поддержания здоровья и правовой защиты для женщин с раком молочной железы или яичников. Все программы для пациентов и их семей/лиц, осуществляющих уход, бесплатны.

Веб-сайт: www.sharecancersupport.org

Sisters Network, Inc.

2922 Rosedale St., Houston, TX, 77004

1-866-781-1808

Национальная афроамериканская организация людей, перенесших рак молочной железы. Проводятся образовательные программы по работе с населением, Ежегодная национальная афроамериканская конференция по раку молочной железы (Annual National African American Breast Cancer Conference), а также в интернете есть сообщество страдающих раком молочной железы (Breast Cancer Social Network).

Веб-сайт: www.sistersnetworkinc.org

Фонд по борьбе с раком молочной железы Сьюзан Г. Комен (Susan G Komen Breast Cancer Foundation)

Линия помощи Комен 1-800-462-9273

Волонтеры, «которые пережили это», предлагают поддержку, ответы на вопросы и предоставляют образовательные услуги по вопросам, связанным с раком.

Веб-сайт: www.komen.org

Общество здоровья (Wellness Community)

Предоставляет группы поддержки в интернете для больных раком и их семей на английском и испанском языках. **Веб-сайт:**

www.thewellnesscommunity.org/mm/Newly-Diagnosed/Find-Support.aspx

YWCA Encore Plus

Предоставляются обсуждения и реабилитационные упражнения для женщин с раком молочной железы. Свяжитесь с вашим местным отделом YWCA и узнайте, предлагают ли они программу Encore Plus; местонахождение и контактная информация местных отделений YWCA представлены на веб-сайте. **Веб-сайт:**

www.ywca.org/siteapps/custom/ywca/local.aspx?c=djISI6PIKpG&b=281414

12 Определения

Адьювантная терапия Лечение, проводимое после хирургической операции для уничтожения оставшихся раковых клеток и предотвращения повторного возникновения рака в молочной железе или для лечения рака, который распространился в другие части организма.

Анестезия Лекарства, вводимые до и во время хирургической операции, чтобы ее не чувствовать. Вы можете спать или бодрствовать.

Биопсия сигнального лимфоузла Добавление контрастного вещества во время хирургической операции на молочной железе для нахождения первого лимфатического узла, куда отводятся жидкости из опухоли; затем лимфоузел удаляется, чтобы предотвратить распространение рака, и тестируется на наличие раковых клеток.

Внутривенное введение (в/в) Лекарства или жидкости вводятся непосредственно в вену.

Воспалительный рак молочной железы Редкий тип рака, при котором кожа груди краснеет и припухает.

Гормональная терапия Лечение рака молочной железы, которое используется для блокирования женских гормонов (эстрогена и прогестерона). Данные гормоны способствуют росту некоторых типов раковых опухолей в молочной железе.

Гормональные рецепторы Дают организму сигнал «начать» рост клеток молочной железы, как нормальных, так и аномальных.

Гормоны Вещества, производимые различными железами в организме, которые влияют на функционирование органов и тканей.

Группа поддержки Группа людей с похожими проблемами и опытом, которые собираются вместе, чтобы поделиться чувствами, проблемами и информацией друг с другом.

Диетолог Медицинский специалист в области проблем питания, который может предложить помощь с выбором пищи, которую следует потреблять во время лечения рака.

Диссекция подмышечного лимфоузла Удаление лимфоузлов в подмышечной впадине.

Дольки Железы, вырабатывающие грудное молоко.

Имплатат Мешочек, заполненный силиконом или солевым раствором, который помещается под мышцу грудной клетки для реставрации формы груди.

Клиническое испытание Исследование, проводимое среди пациентов, больных раком, для определения безопасности и эффективности перспективных подходов по предупреждению, диагностике и лечению рака.

Консультант по генетическим вопросам Медицинский специалист по генетике и консультированию, который может помочь изучить вашу семейную историю, понять, есть ли у вас риск наследования генной мутации в отношении рака, описать ваши варианты выбора и помочь решить, следует ли вам пройти генетическое тестирование.

Лампэктомия Хирургическое удаление раковой опухоли в молочной железе, небольшого количества здоровой ткани, окружающей опухоль, и лимфоузлов.

Лечение с сохранением молочной железы Лечение рака груди на ранней стадии, включая хирургическую операцию (как правило, лампэктомию).

Лимфатические узлы Часть иммунной системы человека, которая фильтрует жидкости организма и удаляет микробы и другие материалы из организма. Лимфатические узлы в подмышечной впадине обычно удаляются, чтобы выяснить, распространился ли рак молочной железы.

Лимфедема Отек руки, вызванный скоплением жидкости после удаления лимфатических узлов во время хирургической операции или повреждением в результате лучевой терапии.

Лучевая терапия Лечение, при котором используется радиация для уничтожения раковых клеток.

Маммограмма Рентгеновское обследование молочной железы.

Мастэктомия Хирургическая операция по удалению молочной железы.

Медицинский онколог Врач, специализирующийся в диагностировании и лечении рака при помощи химиотерапии или других лекарств.

Методика лоскутной пластики DIEP Жир, кожа и кровеносные сосуды из нижней части живота хирургическим путем переносятся на грудную клетку для реконструкции молочной железы, в результате чего создается новая грудь.

Методика лоскутной пластики TRAM Мышечная ткань из нижней части живота вместе с кожно-жировым слоем хирургическим путем переносится на место проведения мастэктомии, и из этих тканей формируется новая «грудь».

Неoadъювантная терапия Терапия по уменьшению раковой опухоли до хирургической операции.

Онколог-радиолог Врач, использующий лучевую терапию для лечения рака.

Определение стадий рака/Стадия рака Классифицирование рака молочной железы в соответствии с размером и распространением опухоли.

Опухолевые маркеры Вещества, которые могут быть обнаружены в аномальных количествах в крови, моче или тканях у некоторых больных раком.

Опухоль Аномальный рост ткани. Опухоли могут быть доброкачественными (не рак) или злокачественными (рак).

Пациент, перенесший рак Лицо, которому поставили диагноз «рак», с момента постановки диагноза и на протяжении всей его/ее жизни.

Пластический хирург Врач, который может провести реконструкцию молочной железы.

Подмышечные лимфоузлы Лимфатические узлы в подмышечной впадине.

Практикующая медсестра-специалист Медсестра с квалификацией в определенной области, которая может помочь ответить на вопросы и предоставить информацию по ресурсам и услугам поддержки.

Прицельная терапия При прицельной терапии рака используются лекарства или другие вещества для специфического проведения изменений в клетках, вызывающих рак.

Прогестерон Женский гормон, вырабатываемый яичниками, плацентой и надпочечными железами.

Протез Может относиться к искусственной груди, которую можно носить в бюстгалтере после мастэктомии, или техническому названию искусственной груди, которая помещается под кожу при реконструкции молочной железы.

Протоки Трубки и каналы, переносящие грудное молоко из долек молочной железы в соски.

Радиация Энергия, переносимая волнами или потоками частиц. Могут использоваться различные формы радиационного облучения: в низких дозах для диагностики рака и в высоких дозах для лечения рака молочной железы.

Рак in situ Очень ранняя или неинвазивная стадия рака, при которой рост раковых клеток ограничивается протоками или дольками молочной железы.

Рентгенолог Врач, который считывает маммограммы и проводит другие тесты, например рентгеновское или ультразвуковое обследование.

Силикон Жидкий гель, используемый в качестве внешнего покрытия на имплантатах и для формирования внутреннего наполнения некоторых имплантатов молочной железы.

Солевой раствор Соленая вода, используемая для наполнения некоторых имплантатов молочной железы.

Социальный работник Специалист, который может поговорить с вами о ваших эмоциональных и физических потребностях.

Физиотерапевт Медицинский специалист, который обучает упражнениям, помогающим вернуть подвижность в руке и плече после хирургической операции.

Химиотерапия Терапия лекарствами для уничтожения или замедления роста раковых клеток.

Хирург-маммолог Хирург, специализирующийся в операциях на молочной железе.

Хирург-онколог Врач, специализирующийся на проведении хирургических операций для лечения рака, например, удаление новообразования (лампэктомия) или молочной железы (мастэктомия).

Эстроген Важный гормон, регулирующий менструальный цикл и способствующий развитию женских половых характеристик, таких как грудь.



State of New York
Department of Health