



# После поставување на дијагноза на рак на дојката After a diagnosis of Breast Cancer

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

После ракот на кожата, ракот на дојката е втор најчест вид на рак кој се јавува кај австралиските жени. Рак на дојката се дијагностицира кај повеќе од 12,000 жени во Австралија секоја година. Иако тоа ретко се случува, ракот на дојката исто така може да се појави кај мажи.

Ако ракот на дојката рано се открие, жените имаат многу поголема шанса успешно да се излечат и кај повеќето од нив, ракот нема повторно да се појави после лекувањето.

## Како се лекува ракот на дојката?

Во вашето лекување и нега може да бидат вклучени повеќе различни здравствени стручни лица. Видот на лекувањето што ќе ви го понудат ќе зависи од вашата ситуација и видот на рак на дојката од кој боледувате. Лекување кое е најдобро за една жена може да не биде соодветно за друга.

Иако скоро сите видови на лекување се проследени со несакани последици, повеќето од нив може ефикасно да се контролираат. Прашајте го вашиот доктор да ви објасни какви несакани последици можете да очекувате да се појават и како најдобро ќе можете да ги контролирате.

На дојката може да се направат два вида на оперативни зафати: конзервирачки (сочувување на дојката) или мастектомија. При операцијата за сочувување на дојката се отстранува ткивото зафатено од рак и мал дел од здравото ткиво околу него. Овој оперативен зафат исто така се вика лампектомија, широко отстранување на локална маса или комплетно отстранување на локална маса. Операцијата за сочувување на дојката заедно со терапија на зрачење е ефикасна исто како мастектомијата кај повеќето жени со рак на дојката во раниот стадиум.

Мастектомијата е зафат со кој се отстранува целата дојка во која е откриен рак. Ако размислувате да направите реконструкција на дојката, треба да разговарате со вашиот доктор за тоа пред да одите на операција.

Во повеќето случаи, операцијата на дојката исто така вклучува отстранување на една или повеќе од лимфните јазли под пазувите, за да се провери дали канцерогените клетки се прошириле.

При терапијата со зрачење се користат рендгенски зраци со кои се отстрануваат канцерогените клетки кои можеби останале во вашата дојка или ткивото на дојката после операцијата. После секое зрачење може да чувствувате болка или непријатност, иако самото зрачење е безболно. Терапијата со зрачење нема да ве направи да бидете радиоактивни и не предизвикува губење на косата. Зрачењето обично се изведува во период од пет до шест недели. Терапијата со зрачење исто така може да се користи за да се намали големината на ракот и да се ублажат болката или други симптоми.

При хемотерапијата се користат антиканцерогени лекови кои помагаат да се уништат канцерогените клетки кои можеби се прошириле во други делови на телото, но кои не можат да се откријат. Некои лекови за хемотерапија се во вид на таблети, други се вшприцуваат преку вената на раката или дланката.

Хемотерапијата ја намалува можноста ракот повторно да се појави. Таа може да се користи во дополнително на операција и терапија со зрачење.

Ако во канцерогените клетки има хормонски рецептори, тогаш може да се користи хормонска терапија. Хормонската терапија може да помогне при уништувањето на преостанатите канцерогени клетки во дојката или на било кои канцерогени клетки кои можеби се прошириле во други делови на телото, но кои не можат да се откријат.

Таа може да се користи во дополнително на операција, терапија со зрачење и хемотерапија.

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

Физичката терапија може да го подобри заздравувањето од рак. Истражувањата покажуваат дека редовната физичка активност е корисна и дека таа може да ги намали несаканите последици, на пример, премореноста. Зборувајте за тоа со вашиот физиотерапевт или физиолог и докторот.

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

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

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

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

## Каде можам да добијам веродостојни информации?

**Breast Cancer Network Australia 1800 500 258**  
**www.bcna.org.au** Информативна линија на Советот за рак  
**(Cancer Council Helpline) на 13 11 20**

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

**Интернет страниците на совет за рак**  
**(Cancer Council) www.cancercouncil.com.au**

**Служба за преведување и толкување 13 14 50**