

Καρκίνος του παχέος εντέρου (του εντέρου και του ορθού)

Ο οδηγός σας για την καλύτερη δυνατή φροντίδα καρκίνου



Σχετικά με αυτό τον οδηγό

Το να σας πουν ότι πάσχετε από καρκίνο του παχέος εντέρου ή ότι μπορεί να πάσχετε από καρκίνο του παχέος εντέρου μπορεί να είναι συντριπτικό. Πολλά μπορεί να αλλάξουν γρήγορα και ίσως να έχετε πολλές απορίες. Αυτό το φυλλάδιο μπορεί να βοηθήσει να καθοδηγήσει εσάς, την οικογένεια και τους φίλους σας κατά τη διάρκεια αυτής της εμπειρίας.

Πληροφορίες και υποστήριξη

Cancer Council: Για πληροφορίες και υποστήριξη, τηλεφωνήστε στο Cancer Council στο **13 11 20** για να μιλήσετε με έμπειρο επαγγελματία υγείας ή επισκεφθείτε το www.cancer.org.au.

Για περισσότερες πληροφορίες όσον αφορά τον καρκίνο του παχέος εντέρου, ψάξτε για το βιβλιαράκι Κατανοώντας τον Καρκίνο του Παχέος Εντέρου του Cancer Council στην ιστοσελίδα του τοπικού σας Cancer Council.

Bowel Cancer Australia: Για πληροφορίες ή για να μιλήσετε με μία νοσοκόμα καρκίνου, τηλεφωνήστε στο **1800 555 494** ή επισκεφθείτε www.bowelcanceraustralia.org.

Translating and Interpreting Service (Υπηρεσία Μετάφρασης και Διερμηνείας) (TIS): Αν χρειάζεστε διερμηνέα, τηλεφωνήστε στο TIS στο **13 14 50** ή επισκεφθείτε το www.tisnational.gov.au.

Εξέταση αίματος. Θα παρθεί ένα δείγμα αίματος προκειμένου να ελεγχθεί η γενική κατάσταση της υγείας σας και για τυχόν σημάδια ότι χάνετε αίμα από τα κόπρανα.

Παραπεμπτικά

Αν ο γιατρός σας έχει κάποιες ανησυχίες, θα σας παραπέμψει σε ειδικό γιατρό για τον καρκίνο του παχέος εντέρου σε δημόσιο νοσοκομείο ή ιδιωτική κλινική για περισσότερες εξετάσεις. Οι ειδικοί για τον καρκίνο του παχέος εντέρου είναι γιατροί που είναι άρτια εκπαιδευμένοι στον καρκίνο του παχέος εντέρου.



Μπορείτε να φέρετε μαζί στα ραντεβού σας ένα μέλος της οικογένειας ή φίλο.



Χρονοδιαγράμματα

Το ραντεβού σας με τον ειδικό γιατρό θα πρέπει να λάβει μέρος **μέσα σε δύο εβδομάδες** από το παραπεμπτικό.

Αν δε μπορείτε να κλείσετε ραντεβού μέσα σε αυτό το χρονικό διάστημα, μιλήστε με το γιατρό σας.



Ερωτήσεις που ίσως θέλετε να κάνετε

- Μπορώ να διαλέξω αν θέλω να πάω σε δημόσιο νοσοκομείο ή ιδιωτική κλινική;
- Μπορώ να επιλέξω τον ειδικό γιατρό που θα δω;
- Πόσο θα μου κοστίσουν τα ραντεβού;

Αρχικές εξετάσεις και παραπεμπτικό

Συμπτώματα

Ο γιατρός σας θα κάνει μια γενική εξέταση προκειμένου να διαπιστώσει τι είναι αυτό που σας προκαλεί αδιαθεσία. Θα σας ρωτήσει για συμπτώματα που τυχόν έχετε όπως αίμα στα κόπρανα, αλλαγή στον τρόπο που ενεργείτε, ανεξήγητο πόνο στο στομάχι ή απώλεια βάρους.

Αρχικές εξετάσεις που μπορεί να κάνετε

Σωματική εξέταση. Ο γιατρός σας ίσως εξετάσει την κοιλιά σας. Ίσως επίσης εισάγει ένα δάχτυλο με γάντι στο πίσω μέρος σας για να ελέγξει για προβλήματα στον πρωκτό και στο παχύ έντερο. Αυτά είναι τα μέρη ακριβώς μέσα στα οπίσθιά σας.

Διάγνωση και σταδιοποίηση

Ο ειδικός γιατρός θα κάνει μια εξέταση που λέγεται κολονοσκόπηση για να δει τι προκαλεί το συμπτωμάτά σας κι αν έχετε καρκίνο του παχέος εντέρου. Η διαδικασία εξακρίβωσης αν έχετε κάποιο ιατρικό πρόβλημα ονομάζεται **διάγνωση**.

Κολονοσκόπηση. Μία μικρή φωτογραφική μηχανή μέσα σε σωλήνα εισάγεται στο πίσω μέρος σας προκειμένου να εξεταστεί το παχύ σας έντερο. Ο ειδικός γιατρός σας ή ο οικογενειακός γιατρός σας θα σας πει τι πρέπει να κάνετε για να προετοιμαστείτε για αυτή την εξέταση.

Αυτή η εξέταση γίνεται με γενική νάρκωση (θα κοιμηθείτε). Αν η κολονοσκόπηση δείξει καρκίνο, ο ειδικός γιατρός θα κάνει περισσότερες εξετάσεις προκειμένου να δει που ακριβώς είναι ο καρκίνος στο σώμα σας, αν μεγαλώνει ή αν έχει εξαπλωθεί. Αυτό λέγεται **σταδιοποίηση του καρκίνου**. Η **σταδιοποίηση** βοηθάει να βρεθεί η καταλληλότερη θεραπεία για σας.

Μπορεί να κάνετε μία μόνο εξέταση ή έναν συνδυασμό εξετάσεων:

Αξονική τομογραφία (CT). Υπολογιστές και ακτινογραφίες χρησιμοποιούνται για να απεικονίσουν μια λεπτομερή εικόνα του σώματός σας.

Υπερηχογράφημα. Χρησιμοποιούνται ηχητικά κύματα για να απεικονίσουν το σώμα σας.

Μαγνητική τομογραφία (MRI). Μία τομογραφία όπου ισχυρά μαγνητικά κύματα και ραδιοκύματα χρησιμοποιούνται προκειμένου να απεικονίσουν μια λεπτομερή εικόνα του σώματος.

Τομογραφία εκπομπής ποζιτρονίων (PET). Μια μικρή ποσότητα ραδιενεργού υλικού εισάγεται με βελόνα και σαρώνεται όλο σας το σώμα για να φανεί που είναι ο καρκίνος.



Χρονοδιαγράμματα

Τα αποτελέσματα θα πρέπει να βγουν **μέσα σε δυο εβδομάδες** από τη στιγμή που κάνετε τις εξετάσεις.



Ερωτήσεις που ίσως θέλετε να κάνετε

- Τι είναι ο καρκίνος του παχέος εντέρου;
- Τι εξετάσεις πρέπει να κάνω;
- Πόσο θα κοστίσουν οι εξετάσεις και τα ραντεβού;
- Πού θα πρέπει να κάνω θεραπεία; Έχω επιλογές;
- Σε τι στάδιο βρίσκεται ο καρκίνος μου;
- Ποιές υπηρεσίες υποστήριξης είναι διαθέσιμες σε εμένα;

Θεραπεία

Υπάρχουν αρκετοί τρόποι θεραπείας για τον καρκίνο του παχέος εντέρου. Ο ειδικός γιατρός σας θα σας μιλήσει για τις διαφορετικές θεραπείες.

Η θεραπεία σας θα γίνει από μια ομάδα ειδικών και μπορεί να χρειαστείτε περισσότερα από ένα είδος θεραπείας για να πετύχετε το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα. Η ομάδα θα συνεργαστεί με εσάς και την οικογένεια ή τον φροντιστή σας προκειμένου να σχεδιάσει τη θεραπεία σας.

Μπορεί να κάνετε μία μόνο θεραπεία ή έναν συνδυασμό θεραπειών:

Εγχείρηση είναι όταν ο καρκίνος αφαιρείται χειρουργικά. Συνιστάται για πολλά άτομα με καρκίνο του παχέος εντέρου.

Στην ακτινοθεραπεία χρησιμοποιούνται ακτίνες για να καταστρέψουν τα καρκινικά κύτταρα και να σταματήσουν τον καρκίνο να μεγαλώνει. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί επιπλέον της εγχείρησης. Η ακτινοθεραπεία θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί αν έχετε όγκο στον πρωκτό ή εξόγκωμα στο παχύ έντερο.

Στη χημειοθεραπεία χρησιμοποιούνται φάρμακα για να καταστρέψουν τα καρκινικά κύτταρα και να σταματήσουν την ανάπτυξη του καρκίνου. Η χημειοθεραπεία μπορεί να χρησιμοποιηθεί πριν ή μετά την εγχείρηση. Η χημειοθεραπεία μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνη της ή μαζί με ακτινοθεραπεία.

Η ανοσοθεραπεία είναι ένα είδος θεραπείας κατά του καρκίνου που βοηθά το ανοσοποιητικό σύστημα του σώματος να καταπολεμήσει τον καρκίνο.

Στη στοχοθετημένη θεραπεία χρησιμοποιούνται φάρμακα για να επιτεθούν σε συγκεκριμένα στοιχεία των καρκινικών κυττάρων και να σταματήσουν τον καρκίνο να μεγαλώνει.

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε το www.cancer.org.au/cancer-information/treatment.

Διατίθεται επίσης φροντίδα υποστήριξης (θεραπεία ή υπηρεσίες που σας βοηθούν κατά τη διάρκεια της εμπειρίας σας με τον καρκίνο).



Χρονοδιαγράμματα

Η θεραπεία θα μπορεί να ξεκινήσει **μέσα σε τρεις εβδομάδες** (ακτινοθεραπεία και χημειοθεραπεία) ή **πέντε εβδομάδες** (εγχείρηση) από τη στιγμή που θα συμφωνήσετε το σχέδιο θεραπείας.



Μπορείτε να ζητήσετε από το γιατρό σας παραπεμπτικό για άλλο ειδικό γιατρό για μια δεύτερη γνώμη.

Κλινικές δοκιμές

Μπορεί να σας προσφέρουν να πάρετε μέρος σε μια κλινική δοκιμή. Οι κλινικές δοκιμές χρησιμοποιούνται για να εξετάσουν αν καινούριες θεραπείες είναι ασφαλείς και έχουν καλύτερα αποτελέσματα από τις τρέχουσες θεραπείες. Πολλοί άνθρωποι με καρκίνο ζουν τώρα περισσότερο, με καλύτερη ποιότητα ζωής, λόγω των κλινικών δοκιμών.

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε το www.australiancancertrials.gov.au.

Συμπληρωματικές θεραπείες

Μιλήστε με την ομάδα της υγειονομικής σας περίθαλψης σχετικά με τις τυχόν συμπληρωματικές θεραπείες (συμπεριλαμβανομένων και συμπληρωμάτων διατροφής όπως βιταμίνες) που χρησιμοποιείτε ή θα θέλατε να χρησιμοποιήσετε. Κάτι τόσο συνηθισμένο όπως οι βιταμίνες μπορεί να μην ταιριάζουν με τη θεραπεία σας.



Ερωτήσεις που ίσως θέλετε να κάνετε

- Ποιά θεραπεία συνιστάτε;
- Πότε πρέπει να πάω να κάνω τη θεραπεία;
- Πόσο θα κοστίσει η θεραπεία και πόσο θα πρέπει να πληρώσω από την τσέπη μου;
- Ποιές δραστηριότητες/ασκήσεις θα με βοηθήσουν κατά τη διάρκεια της θεραπείας και μετά;
- Μπορώ να συνεχίσω να εργάζομαι;



Ερωτήσεις που ίσως θέλετε να κάνετε

- Πώς θα επηρεάσει την καθημερινότητά μου η θεραπεία;
- Ποιά είναι τα άτομα στην ομάδα μου και ποιο είναι το κύριο άτομο επαφής;
- Τι είδους παρενέργειες μπορεί να έχω από τη θεραπεία μου;
- Με ποιον μπορώ να επικοινωνήσω αν δεν αισθάνομαι καλά ή έχω απορίες;
- Θα επηρεάσει η θεραπεία τη δυνατότητά μου να κάνω παιδιά;



Αποφάσεις όσον αφορά τα έξοδα

Ίσως χρειαστεί να πληρώσετε για μερικά ραντεβού, εξετάσεις, φάρμακα, διαμονή, ταξίδια ή πάρκινγκ.

Μιλήστε με το γιατρό σας, ειδικό γιατρό ή ιδιωτική ασφάλεια υγείας (αν έχετε) προκειμένου να καταλάβετε τι καλύπτεται και ποιά είναι τα έξοδα που εσείς θα πρέπει να πληρώσετε.

Αν έχετε ανησυχίες όσον αφορά τα έξοδα μιλήστε με την ομάδα της υγειονομικής σας περιθαλψής ή με κοινωνικό λειτουργό:

- σχετικά με το τι μπορεί να καλυφθεί από το σύστημα υγείας ή σχετικά με την περίθαλψή σας στο δημόσιο σύστημα
- βοήθεια με τη στέγαση κατά τη διάρκεια της θεραπείας
- τον πιθανό οικονομικό αντίκτυπο της θεραπείας σας.

Μπορείτε να τηλεφωνήσετε στο Cancer Council (Αντικαρκινικό Συμβούλιο) στο **13 11 20** για να μιλήσετε με επαγγελματία υγείας για οικονομική στήριξη.

Για περισσότερες πληροφορίες όσον αφορά τα έξοδα, επισκεφθείτε www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance

και

www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance/what-will-i-have-to-pay-for-treatment.

Ανάρρωση

Η θεραπεία για τον καρκίνο μπορεί να προκαλέσει σωματικές και συναισθηματικές αλλαγές.

Μερικά άτομα χρειάζονται ένα **στόμιο** μετά την εγχείρηση του παχέος εντέρου. Αυτό είναι ένα άνοιγμα που γίνεται στο στομάχι ώστε τα κόπρανα να συλλέγονται εξωτερικά σε μία σακούλα που δεν στάζει και δεν μυρίζει.

Αυτή μπορεί να είναι προσωρινή όσο το παχύ έντερό σας αναρρώνει ή μόνιμη. Αν χρειάζεστε στόμιο, μία νοσοκόμα ειδική στα στόμια ή διαιτολόγος θα σας δώσει πληροφορίες σχετικά με την εγχείρηση και το πώς να προσαρμοστείτε στη ζωή με το στόμιο.

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε το www.cancer.org.au/cancer-information/stoma.

Σχέδιο επακόλουθης φροντίδας

Η ομάδα της υγειονομικής σας περιθαλψής θα συνεργαστεί μαζί σας προκειμένου να κάνει ένα σχέδιο για σας και το γιατρό σας. Αυτό το σχέδιο θα εξηγήσει:

- ποιο θα είναι το κύριο πρόσωπο επικοινωνίας μετά τη θεραπεία
- πόσο συχνά θα πρέπει να κάνετε εξετάσεις και τι είδους εξετάσεις θα είναι
- την κατανόηση και αντιμετώπιση των παρενεργειών της θεραπείας
- πώς να έχετε άμεση βοήθεια αν νομίζετε ότι ο καρκίνος έχει επιστρέψει ή χειροτερεύσει.

Πολλοί άνθρωποι ανησυχούν ότι ο καρκίνος θα επιστρέψει. Ο ειδικός και η ομάδα της υγειονομικής σας περιθαλψής θα σας μιλήσουν για τις ανάγκες σας και μπορεί να σας παραπέμψουν σε άλλους επαγγελματίες υγείας και κοινοτικές υπηρεσίες υποστήριξης.

Άλλες πληροφορίες που ίσως σας δώσουν:

- ποια είναι τα σημάδια και τα συμπτώματα που θα πρέπει να προσέχετε σε περίπτωση επιστροφής ο καρκίνος
- μακροπρόθεσμα αποτελέσματα της θεραπείας και οι ειδικό γιατροί που πρέπει να δείτε
- πώς να κάνετε υγιείς επιλογές τρόπου ζωής προκειμένου να έχετε τη μεγαλύτερη πιθανότητα ανάρρωσης και διατήρησης της υγείας.

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε το www.cancer.org.au/cancer-information/after-a-diagnosis/after-cancer-treatment.



Ερωτήσεις που ίσως θέλετε να κάνετε

- Πού μπορώ να αποταθώ αν δεν αισθάνομαι καλά;
- Τι μπορώ να κάνω για να είμαι όσο γίνεται πιο υγιής;
- Πού μπορώ να βρω περισσότερη βοήθεια;

Η ζωή με καρκίνο σε προηγμένο στάδιο

Αν ο καρκίνος επιστρέψει

Μερικές φορές ο καρκίνος μπορεί να επιστρέψει μετά τη θεραπεία. Μπορεί να επιστρέψει στο ίδιο σημείο ή μπορεί να εμφανιστεί κάπου αλλού στο σώμα σας.

Αν ο καρκίνος επιστρέψει, ίσως παραπεμφθείτε στον ειδικό γιατρό ή το νοσοκομείο όπου έγινε η αρχική θεραπεία, ή σε διαφορετικό ειδικό γιατρό.

Η θεραπεία θα εξαρτηθεί από το πόσο έχει εξαπλωθεί ο καρκίνος, πόσο γρήγορα μεγαλώνει και τα συμπτώματα που έχετε.



Ερωτήσεις που ίσως θέλετε να κάνετε

- Πού είναι ο καρκίνος και μήπως έχει εξαπλωθεί;
- Τι επιλογές θεραπείας έχω;
- Τι πιθανότητες υπάρχουν ότι η θεραπεία θα έχει αποτέλεσμα αυτή τη φορά;
- Υπάρχει κάποια διαθέσιμη κλινική δοκιμή;
- Πού αλλού μπορώ να βρω υποστήριξη;

Έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας

Ο γιατρός σας ή η ομάδα της υγειονομικής σας περίθαλψης ίσως συζητήσει με σας, την οικογένειά σας και το φροντιστή σας τη μελλοντική σας θεραπεία και τις ιατρικές ανάγκες σας.

Έγκαιρη οδηγία φροντίδας

Η έγκαιρη οδηγία φροντίδας, που μερικές φορές είναι γνωστή και ως ζωντανή διαθήκη, είναι ένα νομικά δεσμευτικό έγγραφο το οποίο προετοιμάζετε προκειμένου να ενημερώσετε την οικογένειά σας και την ομάδα της υγειονομικής σας περίθαλψης για τη θεραπεία και τη φροντίδα που τυχόν θέλετε ή δε θέλετε σε περίπτωση που δεν μπορείτε πλέον να λάβετε αυτές τις αποφάσεις μόνοι σας. Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε www.advancecareplanning.org.au.

Ανακουφιστική φροντίδα

Ο ειδικός γιατρός σας μπορεί να σας παραπέμψει σε υπηρεσίες ανακουφιστικής φροντίδας, ωστόσο αυτό δε σημαίνει πάντοτε φροντίδα τέλους της ζωής. Σήμερα άτομα μπορούν να παραπεμφθούν σε αυτές τις υπηρεσίες πολύ νωρίτερα αν έχουν καρκίνο ή ο καρκίνος τους επιστρέψει. Η ανακουφιστική φροντίδα μπορεί να σας βοηθήσει να ζήσετε όσο καλύτερα μπορείτε συμπεριλαμβανομένης και της διαχείρισης του πόνου και των συμπτωμάτων. Αυτή μπορεί να είναι φροντίδα στο σπίτι, σε νοσοκομείο ή σε άλλο μέρος της επιλογής σας.

Μιλήστε με το γιατρό σας ή τον ειδικό γιατρό σας ή επισκεφθείτε το www.palliativecare.org.au.

Όταν παίρνετε αποφάσεις για θεραπεία

Μπορεί να αποφασίσετε να μην κάνετε καθόλου θεραπεία, ή μόνο να κάνετε θεραπεία για να μειώσετε τον πόνο και τις ενοχλήσεις. Μπορεί να θέλετε να συζητήσετε την απόφασή σας με την ομάδα της υγειονομικής σας περίθαλψης, το γιατρό σας, την οικογένειά ή το φροντιστή σας. Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε το www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment.



Ερωτήσεις που ίσως θέλετε να κάνετε

- Τι μπορείτε να κάνετε για να μειώσετε τα συμπτώματά σας;
- Ποια επιπλέον βοήθεια μπορώ να λάβω αν η οικογένειά και οι φίλοι μου με φροντίζουν στο σπίτι;
- Μπορείτε να με βοηθήσετε να μιλήσω στην οικογένειά μου για το τι συμβαίνει;
- Τι είδους υποστήριξη διατίθεται για την οικογένειά ή το φροντιστή μου;
- Μπορεί να μου δοθεί παραπεμπτικό για μία υπηρεσία υποστήριξης στην κοινότητα;

Αποποίηση ευθύνης: Να συμβουλευέστε πάντοτε το γιατρό σας για ζητήματα που επηρεάζουν την υγεία σας. Αυτός ο οδηγός προορίζεται ως γενική εισαγωγή και δεν αντικαθιστά επαγγελματική συμβουλή ιατρικής, νομικής ή οικονομικής φύσης. Οι πληροφορίες για τον καρκίνο ανανεώνονται και αναθεωρούνται συνεχώς από την ιατρική και ερευνητική κοινότητα. Παρόλο που δίνεται μεγάλη προσοχή για τη διασφάλιση της ακρίβειας κατά το χρόνο της δημοσίευσης, το Cancer Council Australia (Αντικαρκινικό Συμβούλιο Αυστραλίας) και τα μέλη του δεν φέρουν καμία ευθύνη για τυχόν τραυματισμό, απώλεια ή ζημιά που προκαλείται από τη χρήση ή την εξάρτηση από τις παραπάνω πληροφορίες.

Δημοσιεύθηκε το Νοέμβριο του 2021.

Αυτό το φυλλάδιο βασίζεται σε πληροφορίες από την καλύτερη δυνατή φροντίδα για άτομα με ορθοκολικό καρκίνο (2η έκδοση), που διατίθενται στην ιστοσελίδα www.cancer.org.au/OCF.