

# Καρκίνος του παγκρέατος

Ο οδηγός σας για την καλύτερη δυνατή φροντίδα καρκίνου



## Σχετικά με αυτό τον οδηγό

Το να σας πουν ότι πάσχετε από καρκίνο του παγκρέατος ή ότι μπορεί να έχετε καρκίνο του παγκρέατος 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](http://www.cancer.org.au).

Για περισσότερες πληροφορίες όσον αφορά τον καρκίνο του παγκρέατος ψάξτε για το βιβλιαράκι Κατανοώντας τον Καρκίνο του Παγκρέατος του Cancer Council στην ιστοσελίδα του τοπικού σας Cancer Council.

**PanKind:** Για πληροφορίες για ασθενείς και φροντιστές, τηλεφωνήστε στο **(02) 7207 6970** ή επισκεφθείτε το [www.pankind.org.au](http://www.pankind.org.au).

**Pancare Australia:** Για περισσότερες πληροφορίες ή για να μιλήσετε με μία νοσοκόμα καρκίνου, τηλεφωνήστε στο **1300 881 698** ή επισκεφθείτε το [www.pancare.org.au](http://www.pancare.org.au).

**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](http://www.tisnational.gov.au).

## Αρχικές εξετάσεις και παραπεμπτικό

### Συμπτώματα

Ο γιατρός σας θα κάνει μία γενική εξέταση προκειμένου να διαπιστώσει τι είναι αυτό που σας προκαλεί αδιαθεσία. Θα σας ρωτήσουν για συμπτώματα που τυχόν έχετε όπως το να χάνετε βάρος χωρίς λόγο, δυνατό πόνο στην περιοχή του στομάχου ή της κοιλιακής χώρας, ή αν το δέρμα σας κιτρινίζει ή τα ούρα σας σκουραίνουν.

### Αρχικές εξετάσεις που μπορεί να κάνετε

**Ανάληψη αίματος για να εκτιμηθεί η λειτουργία του συκωτιού και οι δείκτες όγκων.** Ένα δείγμα αίματος θα συλλεχθεί και θα εξεταστεί για να φανεί αν το συκώτι σας δουλεύει καλά (εξέταση λειτουργίας συκωτιού) και να φανεί αν έχετε δείκτες όγκων.

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

**Υπέρηχος.** Κύματα ήχου χρησιμοποιούνται για να απεικονίσουν το πάγκρεας.

### Παραπεμπτικά

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



**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 μία εβδομάδα** 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;

## Διάγνωση και σταδιοποίηση

Ο ειδικός γιατρός θα κάνει περισσότερες εξετάσεις για να δει αν έχετε καρκίνο του παγκρέατος. Η διαδικασία εξακρίβωσης αν έχετε κάποιο ιατρικό πρόβλημα ονομάζεται **διάγνωση**. Μπορεί να κάνετε μία μόνο εξέταση ή έναν συνδυασμό εξετάσεων:

**Αξονική τομογραφία (CT).** Αν δεν έχετε ήδη κάνει.

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

**Τομογραφία εκπομπής ποζιτρονίων (PET).** Ένα μικρό ποσό ραδιενεργού υλικού εισάγεται με βελόνα και σαρώνεται όλο σας το σώμα για να φανεί που είναι ο καρκίνος.

**Υπέρηχος ενδοσκόπησης (EUS).** Ένας ευέλικτος σωλήνας που έχει επάνω φωτογραφική μηχανή (ονομάζεται ενδοσκόπιο) εισάγεται μέσα στο λαιμό σας για να φτάσει στο στομάχι σας. Χρησιμοποιεί κύματα ήχου για να απεικονίσει το πάγκρεας.

**Λαπαροσκόπηση.** Μικρές τομές γίνονται στην κοιλιακή χώρα ή το στομάχι. Ο ειδικός βάζει έναν μικρό σωλήνα με μια κάμερα στο τέλος, μέσω της τομής, στην κοιλιακή σας κοιλότητα για να κοιτάξει το πάγκρεας και άλλα όργανα. Αυτή είναι η λαπαροσκόπηση. Αυτό γίνεται με γενική νάρκωση (θα κοιμηθείτε).

**Βιοψία.** Ένα μικρό δείγμα από το πάγκρεας σας συλλέγεται για να ελεγχθεί κάτω από το μικροσκόπιο. Η βιοψία μπορεί να συλλεχθεί κατά τη διάρκεια της EUS ή λαπαροσκόπησης.

Αυτές οι εξετάσεις θα δώσουν στον ειδικό περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τον καρκίνο όπως που ακριβώς βρίσκεται στο σώμα σας, αν μεγαλώνει ή αν έχει εξαπλωθεί και σε ποιο στάδιο βρίσκεται. Αυτό ονομάζεται **σταδιοποίηση του καρκίνου**. Η **σταδιοποίηση** βοηθάει να βρεθεί η καταλληλότερη θεραπεία για σας.



### Χρονοδιαγράμματα

Τα αποτελέσματα θα πρέπει να είναι διαθέσιμα **εντός μίας εβδομάδας** από τη στιγμή που θα κάνετε τις εξετάσεις.



### Ερωτήσεις που ίσως θέλετε να κάνετε

- Τι είναι ο καρκίνος του παγκρέατος;
- 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 διατίθενται;

## Θεραπεία

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

Η θεραπεία σας θα γίνει από μία ομάδα ειδικών και μπορεί να χρειαστείτε περισσότερο από ενός είδους θεραπεία για να επιτύχετε τα καλύτερα δυνατά αποτελέσματα. Η ομάδα θα συνεργαστεί με εσάς και την οικογένειά 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.

**Η ακτινοθεραπεία** χρησιμοποιεί ακτίνες για να σκοτώσει τα καρκινικά κύτταρα και να σταματήσει τον καρκίνο να μεγαλώνει. Η ακτινοθεραπεία μπορεί να χρησιμοποιηθεί μαζί με χημειοθεραπεία.

**Στη χημειοθεραπεία** χρησιμοποιούνται φάρμακα για να καταστρέψουν τα καρκινικά κύτταρα και να σταματήσει τον καρκίνο να μεγαλώνει.

**Η στοχευμένη θεραπεία** χρησιμοποιεί φάρμακα για να επιτεθεί σε συγκεκριμένα στοιχεία των καρκινικών κυττάρων και να σταματήσει τον καρκίνο να μεγαλώνει. Ίσως χρησιμοποιηθεί να η εγχείρηση δεν είναι κατάλληλη ή ο καρκίνος έχει εξαπλωθεί.

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε το [www.cancer.org.au/cancer-information/treatment](http://www.cancer.org.au/cancer-information/treatment).

## Ανακουφιστική φροντίδα

Ο ειδικός γιατρός σας μπορεί να σας παραπέμψει σε υπηρεσίες ανακουφιστικής φροντίδας, ωστόσο αυτό δε σημαίνει πάντοτε φροντίδα-τέλους-ζωής. Σήμερα άτομα μπορούν να παραπεμφθούν σε αυτές τις υπηρεσίες πολύ νωρίτερα αν ζουν με καρκίνο. 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.

Επιπλέον θεραπείες υποστήριξης (θεραπείες ή υπηρεσίες που σας υποστηρίζουν κατά τη διάρκεια της εμπειρίας καρκίνου) είναι επίσης διαθέσιμες.



### Χρονοδιαγράμματα

Η θεραπεία θα πρέπει να ξεκινήσει **εντός τεσσάρων εβδομάδων** από τη διάγνωση σας, λαμβάνοντας υπόψη πόσο επείγουσα είναι η θεραπεία που απαιτείται και το είδος της 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 [www.australiancancertrials.gov.au](http://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 ταιριάζει 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;
- Πώς θα επηρεάσει την καθημερινότητά μου η θεραπεία;
- Ποιά είναι τα άτομα στην ομάδα μου και ποιο είναι το κύριο πρόσωπο 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 θα πρέπει να πληρώσετε εσείς.

Αν έχετε ανησυχίες όσον αφορά τα έξοδα μιλήστε με την ομάδα της υγειονομικής σας περίθαλψης 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 όσον αφορά 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](http://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](http://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.

### Σχέδιο επακόλουθης φροντίδας

Η ομάδα της υγειονομικής σας περίθαλψης 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 περίθαλψης 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 που επιστρέψει ο καρκίνος
- μακροπρόθεσμα αποτελέσματα της θεραπείας και οι ειδικοί 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](http://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;

## Προγραμματισμός φροντίδας εκ των προτέρων

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](http://www.advancecareplanning.org.au).

### Ανακουφιστική φροντίδα

Αν ζείτε με καρκίνο ή ο καρκίνος επιστρέψει, ο ειδικός σας ίσως σας παραπέμψει σε υπηρεσίες ανακουφιστικής φροντίδας.

Μιλήστε με το γιατρό σας ή τον ειδικό γιατρό σας ή επισκεφθείτε το [www.palliativecare.org.au](http://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 οικογένεια ή το φροντιστή σας. Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε το [www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment](http://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 οικογένεια 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 οικογένεια ή το φροντιστή μου;
- Μπορεί να μου δοθεί παραπεμπτικό για μια κοινοτική υπηρεσία υποστήριξης;

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 καρκίνο του πάγκρεας (2η έκδοση), που διατίθενται στην ιστοσελίδα [www.cancer.org.au/OCF](http://www.cancer.org.au/OCF).