



Τι να αναμένετε κατά τη διάρκεια κάθε σταδίου της
θεραπείας και μετέπειτα

Καρκίνος του Προστάτη

Αυτό το ενημερωτικό φυλλάδιο σας εξηγεί τι μπορείτε να ρωτήσετε πριν, κατά τη διάρκεια αλλά και μετά τη θεραπεία σας για τον καρκίνο του προστάτη. Μπορείτε να ζητήσετε από την ομάδα της περίθαλψής σας περισσότερη ενημέρωση

και στήριξη. Η συνεργασία με την ομάδα της περίθαλψής σας σημαίνει ότι εξασφαλίζετε πως λαμβάνετε τη θεραπεία, τις πληροφορίες και τη στήριξη που είναι κατάλληλες για εσάς.

1. Εξέταση ειδικού προστατικού αντιγόνου

Κάποιοι καρκίνοι του προστάτη βρίσκονται όταν ο γιατρός σας κάνει μια εξέταση που λέγεται εξέταση ειδικού προστατικού αντιγόνου (PSA). Αυτή είναι μια εύκολη εξέταση όπου ο γιατρός σας ελέγχει το αίμα σας για ειδικό προστατικό αντιγόνο. Εάν κάποιος άλλος άντρας στην οικογένειά σας είχε καρκίνο του προστάτη, ο γιατρός σας θα πρέπει να συνεργαστεί και να μιλήσει μαζί σας για να κάνετε αυτήν την εξέταση

κάθε χρόνο. Ακόμα και εάν κανείς στην οικογένειά σας δεν είχε καρκίνο του προστάτη μπορείτε να ζητήσετε να κάνετε αυτήν την εξέταση κατά την επίσκεψη στο γιατρό σας. Ο γιατρός σας θα πρέπει να σας εξηγήσει τους κινδύνους και τα οφέλη της εξέτασης του ειδικού προστατικού αντιγόνου. Μπορείτε να ζητήσετε περισσότερες πληροφορίες από το γιατρό σας.

2. Η επίσκεψη στο γιατρό σας

Ο γιατρός σας θα πρέπει να κάνει έναν έλεγχο για να διαπιστώσει αν μπορεί να βρει γιατί δεν αισθάνεστε καλά. Ο γιατρός σας ίσως σας στείλει για εξετάσεις αίματος.

Ο γιατρός σας θα πρέπει να συνεργάζεται μαζί σας για να σιγουρευτεί ότι έχετε τις πληροφορίες και τη στήριξη που χρειάζεστε. Μπορείτε να ρωτήσετε τον γιατρό σας σχετικά με το:

- Τι συμβαίνει στο σώμα σας και γιατί μπορεί να συμβαίνει αυτό
- Τι θα συμβεί ή μπορεί να συμβεί
- Πώς αισθάνεστε και πώς να παραμείνετε συναισθηματικά υγιείς
- Με ποιόν μπορείτε να μιλήσετε για να λάβετε τη στήριξη που χρειάζεστε
- Πού μπορείτε να λάβετε περισσότερες πληροφορίες και υποστήριξη

Ο γιατρός σας ίσως να κάνει εξετάσεις για να ελέγξει για καρκίνο του προστάτη:

Εξέταση ειδικού προστατικού αντιγόνου (PSA testing)

Ο γιατρός θα πάρει ένα δείγμα του αίματός

σας και θα το ελέγξει για να δει πόσο ειδικό προστατικό αντιγόνο περιέχει. Το ειδικό προστατικό αντιγόνο είναι μια πρωτεΐνη που παράγεται στον προστάτη. Είναι φυσιολογικό να έχετε ορισμένη ποσότητα στο αίμα σας. Πάρα πολλή σημαίνει ότι κάτι δεν πάει καλά.

Μέτρηση της αναλογίας ελεύθερου PSA ως προς το ολικό

Αυτή είναι μια εξέταση που θα κάνει ο γιατρός σας για να διαπιστώσει γιατί ο προστάτης σας παράγει πάρα πολύ ειδικό προστατικό αντιγόνο.

Ο γιατρός σας ίσως σας στείλει για περισσότερες εξετάσεις σε σπεσιαλίστα (εξειδικευμένο ιατρό). Ο σπεσιαλίστας σας είναι ένας γιατρός που ονομάζεται ουρολόγος. Οι ουρολόγοι είναι εκπαιδευμένοι να βλέπουν άντρες με καρκίνο του προστάτη. Ο γιατρός σας θα πρέπει να δώσει στον σπεσιαλίστα πληροφορίες από το ιατρικό ιστορικό σας, εάν κάποιος άλλος στην οικογένειά σας έχει καρκίνο και τα αποτελέσματα από τις εξετάσεις σας.

Στις επισκέψεις σας μπορείτε να έχετε μαζί σας κάποιον από την οικογένειά σας ή φίλο σας. Μπορείτε να ζητήσετε από το γιατρό σας περισσότερες πληροφορίες και στήριξη ώστε να σιγουρευτείτε ότι έχετε αυτά που χρειάζεστε.

3. Εξετάσεις

Ο σπεσιαλίστας θα πρέπει να κάνει εξετάσεις για να δει εάν έχετε καρκίνο του προστάτη. Αυτό λέγεται διάγνωση. Εάν έχετε καρκίνο του προστάτη, οι εξετάσεις θα δείξουν πώς μεγαλώνει ο καρκίνος ή εάν έχει εξαπλωθεί. Αυτό λέγεται στάδια του καρκίνου.

Μπορείτε να ρωτήσετε τον σπεσιαλίστα:

- Τι εξετάσεις πρόκειται να κάνετε
- Τι θα γίνει στις εξετάσεις
- Τι θα αποκαλύψουν οι εξετάσεις

Ίσως να κάνετε μια εξέταση ή έναν συνδυασμό εξετάσεων:

Δακτυλική εξέταση από το ορθό (DRE)

Ο γιατρός θα φοράει γάντια και θα βάλει ένα από τα δάκτυλά του στον πρωκτό σας. Ο γιατρός θα ελέγξει για να δει εάν μπορεί να νοιώσει κάποιο πρόβλημα με τον προστάτη.

Μαγνητική τομογραφία (MRI)

Μια τομογραφία όπου χρησιμοποιούνται μαγνητικά πεδία και ραδιοκύματα για να φτιάξουν μια λεπτομερή εικόνα του σώματος.

Αξονική τομογραφία (CT scan)

Υπολογιστές και ακτίνες-χ χρησιμοποιούνται για να φτιάξουν μια λεπτομερή εικόνα του σώματος.

Βιοψία

Αφαιρούνται μικρά δείγματα του προστάτη για να εξεταστούν στο μικροσκόπιο.

Ο σπεσιαλίστας σας θα πρέπει να μιλήσει μαζί σας σχετικά με τους κινδύνους και τα οφέλη της βιοψίας του προστάτη. Θα πρέπει να έχετε χρόνο και να ζητήσετε περισσότερες πληροφορίες και υποστήριξη πριν αποφασίσετε.

Μπορείτε να ρωτήσετε το γιατρό σας πώς να βρείτε μια ομάδα στήριξης από ομοιοπαθείς. Η γνώση ότι υπάρχουν άλλοι άνθρωποι που καταλαβαίνουν τι περνάτε μπορεί να σας βοηθήσει.

Οι φίλοι και η οικογένειά σας μπορούν να μιλήσουν σε μια ομάδα στήριξης για φροντιστές.

4. Θεραπεία

Ο σπεσιαλίστας σας θα πρέπει να συνεργάζεται με μια ομάδα. Η ομάδα σας απαρτίζεται από ανθρώπους που καταλαβαίνουν τον καρκίνο του προστάτη.

Η ομάδα σας θα επανεξετάσει τα αποτελέσματα από τις εξετάσεις σας. Θα πρέπει να σας ρωτήσει τι θέλετε και τι χρειάζεστε. Θα πρέπει να δουλέψετε μαζί για να φτιάξετε το καλύτερο δυνατόν πλάνο για τη θεραπεία σας.

Μπορείτε να ρωτήσετε την ομάδα σας:

- Ποια θεραπεία θα κάνετε
- Γιατί κάνετε αυτή τη θεραπεία
- Τι θα γίνει σ' αυτή τη θεραπεία
- Τι θα κάνει αυτή η θεραπεία
- Πόσο θα διαρκέσει η θεραπεία
- Κίνδυνοι και οφέλη της θεραπείας
- Πώς μπορεί να αισθάνεστε κατά τη διάρκεια της θεραπείας, για τις πιθανές παρενέργειες και τι μπορείτε να κάνετε για να νιώθετε όσο το δυνατόν καλύτερα
- Τι μπορείτε να αναμένετε μετά τη θεραπεία

Η ομάδα σας ίσως σας προτείνει να λάβετε μέρος σε μια κλινική δοκιμή. Μια κλινική δοκιμή χρησιμοποιείται για να δοκιμαστεί μια καινούργια θεραπεία, ή για

να διαπιστωθεί εάν μια θεραπεία έχει καλύτερα αποτελέσματα από κάποια άλλη. Μπορείτε να ζητήσετε περισσότερο χρόνο, ή μια δεύτερη γνώμη πριν αποφασίσετε για τη θεραπεία σας.

Συμπληρωματικές θεραπείες συμπεριλαμβάνουν πράγματα όπως μασάζ, βελονισμό και διαλογισμό καθώς και άλλα φάρμακα που μπορεί να παίρνετε ενώ κάνετε τη θεραπεία σας. Κάποιες συμπληρωματικές θεραπείες ίσως να μη συμφωνούν με τη θεραπεία σας. Έτσι, είναι πολύ σημαντικό να μιλήσετε στην ομάδα σας σχετικά με τις οποιεσδήποτε συμπληρωματικές θεραπείες κάνετε, ή θα θέλατε να κάνετε.

Μπορείτε να ζητήσετε περισσότερο χρόνο πριν κάνετε μια επιλογή. Μπορείτε επίσης να ζητήσετε να μιλήσετε με έναν ακτινοθεραπευτή ογκολόγο ή κάποιον άλλο ουρολόγο για περισσότερες πληροφορίες. Ο ακτινοθεραπευτής ογκολόγος είναι επίσης σπεσιαλίστας για τη θεραπεία του καρκίνου. Μιλώντας σε κάποιον ουρολόγο ή ακτινοθεραπευτή ογκολόγο σημαίνει ότι έχετε άλλη μια γνώμη πριν κάνετε μια επιλογή σχετικά με το ποια θεραπεία είναι κατάλληλη για εσάς. Μπορείτε να ζητήσετε όσο χρόνο, πληροφορίες και υποστήριξη χρειάζεστε για να επιλέξετε τη θεραπεία σας.

Η θεραπεία που θα κάνετε εξαρτάται από το εάν ο καρκίνος είναι μόνο στον προστάτη ή εάν έχει εξαπλωθεί σε άλλα μέρη του σώματος

Ίσως να κάνετε μια θεραπεία ή έναν συνδυασμό θεραπειών:

Ενεργητική παρακολούθηση/επιτήρηση είναι όταν δεν κάνετε θεραπεία ή η θεραπεία δεν γίνεται αμέσως. Η ομάδα σας θα ελέγχει τον καρκίνο συχνά για να δει εάν αλλάζει ή μεγαλώνει.

Αυτή χρησιμοποιείται εάν έχετε καρκίνο του προστάτη σε πρώιμο στάδιο και ο καρκίνος δεν έχει εξαπλωθεί.

Αναμονή σε επαγρύπνηση είναι όταν δεν κάνετε θεραπεία ή η θεραπεία δεν γίνεται αμέσως. Η ομάδα σας θα ελέγχει τον καρκίνο όπως στην ενεργητική παρακολούθηση, αλλά όχι τόσο συχνά.

Αυτή χρησιμοποιείται εάν είστε μεγαλύτερος σε ηλικία, ή εάν έχετε άλλα προβλήματα υγείας.

Χημειοθεραπεία ή θεραπεία με φάρμακα είναι όταν φάρμακα χρησιμοποιούνται για να σταματήσουν το μεγάλωμα του καρκίνου.

Ίσως χρησιμοποιηθεί μαζί με τη θεραπεία στέρησης ανδρογόνων. Χρησιμοποιείται εάν ο καρκίνος του προστάτη σας έχει εξαπλωθεί σε άλλα μέρη του σώματός σας.

Ραδιοθεραπεία ή ακτινοθεραπεία είναι όταν χρησιμοποιείται ακτινοβολία για να σταματήσει το μεγάλωμα του καρκίνου.

Χρησιμοποιείται με ή χωρίς εγχείρηση. Χρησιμοποιείται εάν έχετε καρκίνο του προστάτη σε πρώιμο στάδιο, ή ο καρκίνος δεν έχει εξαπλωθεί.

Η βραχυθεραπεία είναι ένα είδος ραδιοθεραπείας όπου ένα εμφύτευμα τοποθετείται μέσα στο σώμα σας κοντά στον όγκο. Το εμφύτευμα θα παρέχει την ραδιοθεραπεία.

Η θεραπεία στέρησης ανδρογόνων (ADT) είναι ένας τύπος ορμονικής θεραπείας. Θα λάβετε ορμόνες από ένα χάπι ή μια ένεση. Αυτές οι ορμόνες θα αλλάξουν τον τρόπο που μεγαλώνει ο καρκίνος και θα τον σταματήσουν για να μην εξαπλωθεί περισσότερο. Η ομάδα σας θα πρέπει να μιλήσει μαζί σας για το τι θα συμβεί και για το τι μπορεί να συμβεί κατά τη διάρκεια της θεραπείας σας στέρησης ανδρογόνων.

Η θεραπεία στέρησης ανδρογόνων χρησιμοποιείται εάν ο καρκίνος του προστάτη έχει εξαπλωθεί σε άλλα μέρη του σώματός σας.

Προστατεκτομή είναι μια εγχείρηση όπου αφαιρείται ο προστάτης.

Χρησιμοποιείται εάν έχετε καρκίνο του προστάτη σε πρώιμο στάδιο, ή ο καρκίνος δεν έχει εξαπλωθεί. Αυτό θα πρέπει να γίνει από χειρουργό που είναι πολύ πεπειραμένος στην εγχείρηση του προστάτη.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τη θεραπεία και τις παρενέργειες μπορείτε να ρωτήσετε το γιατρό σας ή **επισκεφτείτε:**

www.cancer.org.au/about-cancer/treatment

Η ομάδα σας θα πρέπει να μιλήσει μαζί σας σχετικά με τις ανάγκες σας πριν, κατά τη διάρκεια και μετά τη θεραπεία σας. Μπορείτε να ζητήσετε πληροφορίες και στήριξη οποιαδήποτε στιγμή για να σιγουρευτείτε ότι έχετε όλα αυτά που χρειάζεστε.

Η ομάδα σας μπορεί να σας συνδέσει με άλλες υπηρεσίες και επαγγελματίες υγείας για να σιγουρευτεί ότι παραμένετε σωματικά και συναισθηματικά υγιείς.

5. Μετά τη θεραπεία σας

Μπορείτε να μιλήσετε στην ομάδα σας σχετικά με τις τυχόν αλλαγές που έχετε μετά τη θεραπεία σας. Μερικές θεραπείες μπορεί να προξενήσουν βλάβη στα νεύρα και στους μύς που είναι κοντά στον προστάτη και στο παχύ έντερο. Αυτό ίσως σημαίνει ότι μπορεί να έχετε παρενέργειες:

- Ακράτεια ή να μην μπορείτε να κρατήσετε τα ούρα, κόπρανα ή αέρια
- Στυτική δυσλειτουργία ή να μην μπορείτε να έχετε ή να κρατήσετε τη στύση σας
- Στειρότητα ή να μην μπορείτε να αποκτήσετε παιδί

- Έλλειψη ενδιαφέροντος για το σεξ

Υπάρχουν πολλοί τρόποι για να βεβαιωθείτε ότι νοιώθετε υγιείς και να αντιμετωπίσετε τις παρενέργειές σας μετά τη θεραπεία σας. Μπορείτε να συνεργαστείτε με την ομάδα σας ώστε να σιγουρευτείτε ότι θα επιστρέψετε σ' αυτά που θέλετε να κάνετε μόλις είστε έτοιμοι.

Μετά το τέλος της θεραπείας σας, η ομάδα σας θα πρέπει να σας δώσει μια συνοπτική περίληψη της θεραπείας. Η συνοπτική περίληψη της θεραπείας σας έχει όλες τις πληροφορίες για τη θεραπεία που κάνατε:

- Τις εξετάσεις που κάνατε για τη διάγνωση καρκίνου του προστάτη και τα αποτελέσματα αυτών των εξετάσεων
- Τη θεραπεία που κάνατε και πότε την κάνατε
- Υποστηρικτικές υπηρεσίες και άλλα πλάνα θεραπείας που λάβατε

Η ομάδα σας θα πρέπει να συνεργαστεί μαζί σας για να κάνει ένα σχέδιο τώρα που τελείωσε η θεραπεία σας. Ο σπεσιαλίστας σας θα αποφασίσει πια ειδικότητα σπεσιαλίστα ή ποιος γιατρός θα είναι καλύτερος να αναλάβει τη φροντίδα σας. Θα πρέπει να έχετε ένα σχέδιο επακόλουθης παρακολούθησης που να περιλαμβάνει:

- Την παρακολούθηση που είναι καλύτερη για εσάς
- Σχέδιο για τη διαχείριση των τυχόν παρενεργειών της θεραπείας
- Πώς να λάβετε γρήγορα βοήθεια εάν νομίζετε ότι ο καρκίνος έχει επανέλθει ή έχει χειροτερέψει

Ο γιατρός σας θα πρέπει να συνεργάζεται μαζί σας και να σας μιλάει για:

- Το πώς να βρίσκετε περισσότερες πληροφορίες και στήριξη για να παραμείνετε σωματικά και συναισθηματικά υγιείς και να λαμβάνετε αυτά που χρειάζεστε
- Να προσέχετε για σημάδια και συμπτώματα που μπορεί να σημαίνουν ότι ο καρκίνος επανέρχεται
- Πρόληψη και υγιεινή διαβίωση

Μερικές φορές ο καρκίνος του προστάτη μπορεί να επιστρέψει μετά τη θεραπεία. Συνήθως διαπιστώνεται σε μια επίσκεψη επακόλουθης παρακολούθησης, ή εάν παρατηρήσετε ότι επανήλθαν οποιαδήποτε συμπτώματα, ελάτε πίσω . Είναι σημαντικό να κάνετε τακτικές εξετάσεις. Εάν παρατηρήσετε οτιδήποτε διαφορετικό πηγαίνετε στο γιατρό σας. Μπορείτε να ζητήσετε από το γιατρό σας να σας εξετάσει και να σας δώσει πληροφορίες και στήριξη.

6. Η ζωή με καρκίνο

Παρενέργειες

Κάποιοι άνθρωποι έχουν παρενέργειες κατά τη διάρκεια και μετά τη θεραπεία τους. Παρενέργειες είναι η αντίδραση του σώματός σας στη θεραπεία που κάνετε. Είναι φυσιολογικές αλλά μπορεί να σας κάνουν να μην νοιώθετε καλά. Μπορεί να έχετε παρενέργειες αμέσως, καθόλου, ή μήνες μετά τη θεραπεία σας.

Μπορείτε να μιλήσετε στο γιατρό σας για τις παρενέργειές σας ή **επισκεφτείτε:** www.cancervic.org.au/about-cancer/survivors/long-term-side-effects

Έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας

Η ομάδα σας ίσως συνεργαστεί μαζί σας για να κάνετε έναν έγκαιρο προγραμματισμό φροντίδας. Ο έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας είναι ένας τρόπος να δηλώσετε τις επιθυμίες σας και να βεβαιωθείτε ότι όλοι γνωρίζουν τι θέλετε να γίνει στο μέλλον με την ιατρική φροντίδα σας.

Μπορείτε να μιλήσετε στο γιατρό σας για να κάνετε μαζί έναν έγκαιρο προγραμματισμό φροντίδας ή **επισκεφτείτε:** www.advancecareplanning.org.au

Ανακουφιστική φροντίδα

Η ανακουφιστική φροντίδα χρησιμοποιείται στα διάφορα στάδια της θεραπείας σας για να σας βοηθήσει να νοιώθετε καλά. Η ανακουφιστική φροντίδα μπορεί να βοηθήσει με την ανακούφιση του πόνου, να μειώσει τα συμπτώματά σας και να βελτιώσει την ποιότητα της ζωής σας.

Μπορείτε να μιλήσετε στο γιατρό σας για το είδος της ανακουφιστικής φροντίδας που είναι καλύτερος για εσάς ή **επισκεφτείτε:** www.palliativecare.org.au

Έξοδα

Υπάρχουν έξοδα σε κάθε στάδιο του καρκίνου σας περιλαμβανομένης της θεραπείας, της στέγασης και της μεταφοράς. Ίσως έχετε έξοδα εάν κάνετε θεραπεία σε μια ιδιωτική υπηρεσία υγείας ακόμα και εάν έχετε ιδιωτική ασφάλεια υγείας. Μπορείτε να μιλήσετε στην ομάδα σας και με τον ασφαλιστή της ιδιωτικής ασφάλειας υγείας εάν έχετε ερωτήσεις για τα έξοδα κάθε θεραπείας που μπορεί να κάνετε. Μπορείτε επίσης να μιλήσετε στην κοινωνική λειτουργό στο νοσοκομείο σας.


Μπορείτε να μιλήσετε στο γιατρό σας για τα έξοδα της θεραπείας σας ή **επισκεφτείτε:** www.canceraustralia.gov.au/affected-cancer/living-cancer/dealing-practical-aspects-cancer/costs-treatment

Μπορείτε να μιλήσετε στο γιατρό σας σχετικά με τα έξοδα στέγασης και μεταφοράς ή **επισκεφτείτε:** www.cancercouncil.com.au/get-support/practical-support-services

Υπάρχουν πολλά πράγματα για να σκεφτείτε όταν έχετε καρκίνο του προστάτη. Επίσης υπάρχουν πολλές πληροφορίες και υποστήριξη. Είναι σημαντικό να κάνετε αυτό που είναι σωστό για εσάς. Μπορείτε να συνεργαστείτε με την ομάδα σας για να βεβαιωθείτε ότι έχετε την καλύτερη φροντίδα.

Πληροφορίες και υποστήριξη

Cancer Council

- Μπορείτε να μιλήσετε σε νοσηλεύτη ειδικευμένο στον καρκίνο: **13 11 20**
-  Εάν χρειάζεστε διερμηνέα: **13 14 50**

Prostate Cancer Foundation of Australia

- Πληροφορίες και υποστήριξη: **1800 22 00 99**
- www.prostate.org.au

Carers Australia

- Πληροφορίες και υποστήριξη για φροντιστές: **1800 242 636**

Continence Foundation of Australia

- www.continence.org.au

