



Napravimo promenu zajedno!

Ova brošura je pripremljena po ugledu na brošuru *Women's silent cancers - The state of gynaecological cancers in Europe*, koju je izdalo Evropsko društvo za ginekološku onkologiju (The European Society of Gynaecological Oncology - ESGO) uz koje deluje i udruženje Evropska mreža pacijentskih grupa protiv ginekoloških kancera (The European Network of Gynaecological Cancer Advocacy Groups - ENGAGe).



Naziv projekta:

Napravimo promenu zajedno!

Nosilac projekta:

Društvo za borbu protiv raka Sombor,
Republika Srbija

Partnersko udruženje:

Gradska liga protiv raka Osijek,
Republika Hrvatska

Trajanje projekta: januar - decembar 2014.

Finansijska podrška: ENGAGe

Ciljevi:

Podići nivo svesti o prevenciji i značaju ranog otkrivanja raka, pomoć obolelima i njihovim porodicama da bolje razumeju proces lečenja i da se kasnije i sami aktivno uključe u rad udruženja i preuzmu odgovornu ulogu u borbi protiv raka i na unapređivanju kvaliteta života lečenih od raka.

Aktivnosti:

Informisanje i edukacija kako zdrave tako i lečene populacije putem informativnih brošura, medija i web-sajta Društva, organizovanje radionica po selima, organizovanje konferencije NALORa i učešće u raznim kampanjama koje za cilj imaju borbu protiv raznih oblika raka.

Prevodilac:

Slavica Periškić, prof.

Stručni saradnik:

Prim dr Đerđi Šarić

Recenzija:

Prof dr Vesna Kesić

Sombor, 2014.

KARCINOM KOD ŽENA

Zbog nepoznavanja simptoma maligne bolesti ginekoloških organa, zbog stidljivosti žena i izbegavanja redovnih pregleda kod ginekologa, maligna bolest ženskih polnih organa se još uvek otkriva u uznapredovaloj fazi, kada je lečenje teže a ishod lečenja neizvestan, sa lošijom prognozom. Boljom edukacijom o simptomima bolesti, sprovođenjem skrining programa ranog otkrivanja bolesti, boljim lečenjem i negom, stopa preživljavanja od ove bolesti bila bi veća, a život kvalitetniji. Ovo nije samo problem žena, već je važno da cela javnost bude svesna ovog problema. Donosioci odluka u zdravstvenoj politici treba da budu svesni svoje uloge u unapređenju brige o ženskom zdravlju i zdravlju cele nacije.

Među ginekološkim malignitetima najčešći su: rak materice, jajnika i grlića materice, a ređe se sreću rak vulve (spoljašnje genitalije), vagine i jajovoda. U nekim zemljama u ginekološke malignitete ubraja se i rak dojke.

Evropsko društvo za ginekološku onkologiju (ESGO) zajedno sa udruženjima lečenih od ginekoloških malignoma ima cilj da pomogne ženama koje boluju od ginekoloških oblika raka i njihovim porodicama da dobiju pouzdane i tačne informacije o bolesti, da razumeju prirodu bolesti i mogućnosti lečenja, da im učini dostupnom najbolju terapiju i negu. Pristup ovim informacijama treba da bude što lakši, tačniji, razumljiviji, na različitim jezicima, i prezentovan preko svih medija. Razotkrivanjem mitova i pogrešnih verovanja razbiće se stigma vezana za ginekološke karcinome.

ESGO je 2011. godine osnovao **ENGAGe (Evropsku mrežu)** udruženja lečenih od ginekoloških karcinoma sa ciljem da se izgradi platforma za udruženja pacijenata gde bi se razmenjivale informacije, sprovodila edukacija, pokretalo formiranje novih udruženja koja bi razmenjivala informacije na lokalnom, nacionalnom i evropskom nivou. Napredak u lečenju ginekoloških kancera i promena zdravstvene politike mogu se postići samo zajedničkim delovanjem stručnjaka i udruženja pacijenata. Društvo za borbu protiv raka Sombor je član ove mreže.

Pored edukacije celokupne ženske populacije neophodna je i kontinuirna edukacija stručnih timova koji učestvuju u lečenju ginekoloških kancera. Dokazano je da je kvalitet lečenja bolji kada ga sprovode specijalizirani timovi u specijalizovanim bolnicama koje mogu ponuditi multidisciplinarni pristup. Bolji kvalitet lečenje podrazumeva savremeni terapijski pristup, dovoljan broj stručnjaka koji su ovladali terapijskim veštinama, kvalitetnu opremu za radioterapiju i uključivanje profesionalaca koji mogu sprovoditi psihosocijalnu rehabilitaciju i dugotrajno pratiti pacijenta. Optimalna psihološka pomoć bi trebalo da je dostupna u svim fazama bolesti i tokom perioda posle lečenja, kad god je potrebna i da bude u blizini mesta gde pacijent živi.

Tokom 2014. godine **Društvo za borbu protiv raka Sombor** u partnerstvu sa **Gradskom ligom protiv raka Osijek** sprovodi projekat pod nazivom „**Napravimo promenu zajedno**“ uz podršku ENGAGe. Ciljevi projekta su da se još više podigne nivo svesti o značaju ranog otkrivanja raka, destigmatizacija obolelih, pomoć da žene lakše i brže, sa verom u

2

izlečenje prođu kroz proces lečenja i da se pre ili kasnije i same uključe u rad udruženja i preuzmu odgovornu ulogu u borbi protiv raka i u unapređivanju kvaliteta života lečenih. Aktivnosti projekta uključuju: informisanje i edukacija kako zdrave tako i lečene populacije putem informativnih brošura, medija i sajta Društva, radionica po selima, organizovanje konferencije NALORa i učešće u raznim kampanjama koje za cilj imaju borbu protiv raznih oblika raka.



NACIONALNA ASOCIJACIJA
LEČENIH OD RAKA

RAK GRLIĆA MATERICE (cervikalni kancer)

Grić materice (cerviks), je donja trećina materice (uterusa) koji se nalazi u gornjem delu vagine. Cervikalni kancer je drugi po učestalosti kod žena od 15-39 godina starosti. Javlja se najviše kod žena u zemljama istočne Evrope.

Šta izaziva rak grlića materice (rak cerviksa)?

Svi oblici raka grlića materice (cervikalni kancer) su pruzrokovani infekcijom *human papilloma virusom* (HPV). HPV može da izazove čitav niz prekancero-genih promena poznatih kao *cervikalna intraepitelna neoplazija* (CIN). Samo neke od ovih promena će se razviti u invazivni cervikalni kancer. Ovaj proces od HPV infekcije do invazivnog cervikalnog kancera obično traje 10–15 godina.

Faktori koji povećavaju verovatnoću pojave raka grlića materice obuhvataju sledeće:

- veći broj porođaja
- brojni seksualni partneri
- pušenje

- dugotrajno korišćenje oralnih kontraceptivnih sredstava
- ostale infekcije kao što su herpes i hlamidija
- HIV i poremećaji imunog sistema

Kako se dijagnostikuje/otkriva rak grlića materice?

Prekancerogene promene (CIN) i rak grlića materice u ranoj fazi obično ne izazivaju nikakve simptome. Oni se mogu otkriti samo pomoću citološkog ispitivanja cerviksa, (uzimanjem brisa iz grlića materice - Papanicolau test) ili putem biopsije. Ako se rak razvije, najčešći simptomi su:

- krvarenje između menstruacija ili posle seksualnog osnosa (pre menopauze)
- krvarenje u bilo koje doba (posle menopauze)
- vaginalni sekret neprijatnog mirisa
- nelagodnost ili bol tokom seksualnog odnosa

Testovi kojima se potvrđuje dijagnoza:

- ginekološki pregled
- kolposkopija
- biopsija grlića materice
- skeniranje da se vidi koliko se rak proširio

Kako se leči rak grlića materice?

Abnormalne ćelije mogu se odstraniti pre nego što postanu kancerogene i to hirurškim zahvatom, zamrzavanjem ili laserom. Lečenje ponekad može da se uradi jednom ili kombinacijom sledećih metoda:

- **Hirurškim putem** se leči rak u ranom stadijumu ako je ograničen na cerviks.
- **Zračenjem** se može izlečiti rak u ranom stadijumu. Takođe se koristi da uništi preostale ćelije raka nakon operacije ili da olakša simptome. Vrlo efikasno deluje u slučajevima uznapredovalog kancera u kombinaciji sa hemoterapijom ili bez nje.
- **Hemioterapija** se daje da smanji uznapredovale oblike raka i olakša simptome. Ponekad se koristi pre operacije ili zračenja.

Mogu li se žene zaštititi od raka grlića materice?

HPV virus je prisutan kod većine žena u nekom periodu njihovog života. Međutim, u 80% slučajeva, virus spontano nestane. Samo kod žena koje imaju uporne infekcije izazvane HPV virusom i/ili poreme-

ćaj imuniteta ili genetsku predispoziciju i puše, postoji verovatnoća da se razvije rak grlića materice. Skringing može da smanji rizik od raka grlića materice i do 80% kod žena koje su obuhvaćene skringingom.

U budućnosti HPV vakcinacija bi mogla da pomogne da se smanji rizik raka grlića materice, ali rak time neće biti u potpunosti eliminisan. Skringing grlića materice ostaje i dalje jedna od najvažnijih javnih zdravstvenih intervencija.

RAK JANIKA (ovarijalni kancer)

Jajnici su dve ovalne žlezde koje se nalaze na svakoj strani materice i sa njom su spojene jajovodima. Pored toga što proizvode jajne ćelije, jajnici luče ženske polne hormone estrogen i progesteron. Prognoza petogodišnjeg preživljavanja zavisi od stepena razvijenosti raka u momentu kada je otkriven. Šanse za preživljavanje su manje ako je rak otkriven u podmakloj fazi.

Šta prouzrokuje rak jajnika?

Većina slučajeva raka jajnika se dešava nakon

menopauze. Osim godina starosti, faktori koji mogu povećati rizik su sledeći:

- rani početak menstruacije i kasna menopauza
- rađanje jednog ili nijednog deteta
- dugotrajno korišćenje hormonske terapije (mada oralne kontraceptivne pilule mogu smanjiti rizik)
- endometrioza ili ciste jajnika
- preterana gojaznost
- telesna visina se vezuje za povećan rizik
- ishrana puna zasićenih masti
- pušenje
- ranije lečeni rak dojke
- podatak da je majka ili sestra lečena od raka jajnika
- nasleđeni geni BRCA1 i BRCA 2 (vidi Nasledni karcinomi)

Kako se dijagnostikuje/otkriva rak jajnika?

Rani simptomi raka jajnika su često vrlo nejasni. Postoji verovatnoća da žena, naročito ako ima preko 50 godina, ima rak jajnika ako su sledeći simptomi učestali i uporni:

- oticanje stomaka (abdomena)
- osećaj nadutosti u abdomenu i/ili gubitak apetita
- bol u donjem abdomenu ili sa strane

Testovi koji mogu da ukažu na dijagnozu su sledeći:

- klinički pregled abdomena
- test krvi - nivo tumor markera CA 125
- ultrazvuk i ostale vrste skeniranja
- laparaskopska dijagnostika

Kako se leči rak jajnika?

- **Hirurškim putem** – preporučuje se kod većine žena sa rakom jajnika. Operacija najčešće podrazumeva i odstranjivanje materice, jajovoda i jajnika i trbušne maramice. (Ako se rak raširio takođe se mogu odstraniti ostala tkiva u abdomenu i karlici uključujući i delove creva).
- **Hemioterapija** se najčešće daje nakon hirurškog zahvata da se spreči ponovno javljanje raka, a kod uznaperovanih slučajeva se daje pre operacije, da smanji količinu malignog tkiva. Takođe se koristi u slučaju ponovnog javljanja bolesti. Hemioterapija se može davati direktno u abdomen (*intraperitonealna hemioterapija*). U toku su

istraživanja da se vidi uloga ovog tipa lečenja kada se koristi sa toplom hemoterapijom (HIPEC).

- **Radioterapija** (zračenje) se retko koristi u slučajevima raka jajnika, ali se može koristiti u uznapredovaloj bolesti radi olakšanja simptoma kao što su bol ili krvarenje .

Mogu li se žene zaštititi od raka jajnika?

U sadašnjem trenutku ne postoje testovi koji bi mogli pouzdano da identifikuju žene sa rakom jajnika u ranoj fazi. Ali trebalo bi povećati svest među ženama (i njihovim porodičnim lekarima) da je oticanje abdomena ili nadutost najčešći rani simptom i zahvaljujući tome bi se rak dijagnostifikovao u vreme kada može biti izlečen. Žene koje spadaju u rizičnu grupu zbog porodične istorije (videti Nasledni rak) trebalo bi da redovno idu na ginekološke preglede. Mada nema čvrstih dokaza da su hormonske terapije povezane sa pojavom raka jajnika, svim ženama se preporučuje da koriste što manje hormonskih lekova za lečenje simptoma menopauze.

RAK VULVE, spoljašnjih ženskih genitalnih organa
Vulva se sastoji od nekoliko spoljašnjih organa: unutrašnjih i spoljašnjih usni, klitorisa, otvora vagine i uretre (mokraćnog kanala iz mokraćne bešike). Rak vulve je redak a žene preko 65 godina spadaju u grupu sa najvećim rizikom da dobiju rak vulve. Ali, ova bolest počinje da se javlja i kod mlađih žena, verovatno zbog povećanja stope HPV infekcija i pušenja cigareta.

Šta izaziva rak vulve?

Većini slučajeva raka vulve prethode abnormalne promene kožnih ćelija vulve, koje se zovu *vulvarna intraepitelna neoplazija* (VIN). Uzroci VIN obično zavise od starosti žene:

- dugotrajna infekcija sa HPV koji uzrokuje rak (kod žena ispod 45 godina)
- dermatološki poremećaj koji se zove **Lichen sclerosus**. To je dosta česta bolest kože kod žena preko 45 godina od koje vulva postaje crvena i bolna.

Ostali faktori koji povećavaju rizik su:

- raniji rak grlića materice ili abnormalne promene ćelija grlića materice
- HIV ili poremećaj imunog sistema (imunosupresija)
- infekcija genitalnim herpesom
- pušenje

Kako se dijagnostikuje/otkriva rak vulve?

Najčešći simptom raka vulve je dugotrajni svrab koji ne reaguje na lečenje ili se ponovo javlja ubrzo nakon lečenja.

Ostali simptomi su:

- krvarenje
- bol ili osetljivost
- zadebljale crvene, bele ili tamne mrlje na vulvi
- iscedak iz vagine ili krvarenje
- žareći bol prilikom prolaska mokraćne
- ranica, izraslina ili čvorić na vulvi
- mladež na vulvi koji menja oblik ili boju

Testovi koji potvrđuju dijagnozu:

- spoljašnji pregled vulve
- biopsija uzorka tkiva vulve
- ispitivanje unutrašnjosti mokraćne bežike i rektuma radi utvrđivanja proširenosti bolesti
- skeniranje da se proverí da li se rak proširio na ostatak tela.

Kako se leči rak vulve?

Operacija je najčešći način lečenja abnormalnih promena ćelija vulve (VIN) i raka vulve. To podrazumeva ili odstranjivanje ugroženog područja, obično limfnih žlezda u preponama, ili u nekim slučajevima potpuno odstranjenje vulve i zahvaćenih organa u karlici. Nekada je bolje lečiti VIN laserom.

Zračenje (**Radioterapija**) se daje pre ili posle operacije. To može biti glavni vid lečenja za žene čije zdravstveno stanje ne dozvoljava operaciju i može se koristiti zajedno sa hemoterapijom.

Hemioterapija se može davati sa radioterapijom ili ako se rak ponovo pojavi i potreban je nastavak lečenja. VIN se može ponekad lečiti kremama koje poboljšavaju lokalni imunitet.

Mogu li se žene zaštititi od raka vulve?

Ne postoje posebni skrining programi za rak vulve, ali se VIN može otkriti tokom skrininga grlića materice. Žene takođe mogu koristiti ogledalo da redovno pregledaju spoljašnje genitalije i da svom lekaru da prijave nenormalne promene koje uoče.

Veoma je važno pitati svog lekara o simptomima izazvanim gljivicom *Candida* ako upala ne prestaje uobičajenim lečenjem ili se ponovo učestalo javlja. Uporni svrab, bol ili osetljivost mogu ponekad da budu znaci raka vulve.

RAK VAGINE

Vagina je mišićni prolaz koji povezuje cerviks (grlič materice) sa spoljašnjim genitalijama. Primarni vaginalni kancer – kancer koji nastaje u vagini – je redak, ima ga samo 2% žena koje imaju genitalni kancer.

Prognoze su dobre ako se vaginalni kancer otkrije u ranoj fazi, 95% žena žive pet godina nakon postavljene dijagnoze.

Šta prouzrokuje rak vagine?

Rizik za nastanak vaginalnog raka raste sa godinama života i najugroženije su žene preko 60 godina starosti. Osim godina starosti, ostali faktori koji povećavaju rizik od primarnog vaginalnog raka su:

- postojanje promena vaginalnog epitela koji se naziva *vaginalna intraepitelna neoplazija* (VAIN), a koja je rezultat dugotrajne infekcije uzročnikom raka HPV.
- prekancerogene promene na gliću materice ili rak grlića materice
- AIDS
- prethodno lečenje raka materice radioterapijom
- pušenje

Kako se dijagnostifikuje / otkriva rak vagine?

VAIN i rani vaginalni rak može se otkriti tokom skrininga grlića materice. Inače, simptomi se javljaju u kasnom stadijumu.

Najčešći simptomi su:

- nenormalno krvarenje iz vagine između menst-

- ruacija i posle polnih odnosa pre menopauze
- nenormalno vaginalno krvarenje u bilo kom momentu kod žena nakon menopauze
 - vaginalni sekret sa tragovima krvi ili neprijatnog mirisa
 - bol za vreme polnih odnosa
 - kvržica/ izraslina u vagini
 - svrab u vagini koji ne prestaje uobičajenim lečenjem.

Test kojim se potvrđuje dijagnoza:

- unutrašnjim pregledom karlice
- kolposkopijom
- biopsijom uzorka tkiva iz vagine
- ispitivanje unutrašnjosti mokraćne bešike i rektuma da se vidi da li se rak proširio iz vagine
- skeniranje da se vidi da li se rak proširio na ostale delove tela.

Kako se leči rak vagine?

Operacija se može koristiti da se odstrani rak bez obzira da li je ograničen samo na vaginu ili se proširio na okolne organe. Moguće je plastičnom hirurģijom

rekonstruisati vaginu.

Radioterapija se često koristi, kako unutrašnja, tako i spoljašnja. Cilj je da se izleči rak i sačuvaju vagina i okolni organi.

Hemioterapija se obično koristi u kombinaciji sa radioterapijom. Retko se koristi samostalno osim kada je rak uznapredovao ili se ponovo javio nakon obavljenog lečenja.

Mogu li se žene zaštititi od raka vagine?

Ne postoje specijani skrining programi za rano otkrivanje vaginalnog raka. Međutim, prekancerogene promene na vagini mogu se otkriti tokom skrininga grlića materice. Žene takođe mogu koristiti ogledalo da redovno pregledaju deo oko ulaza u vaginu. Žene obavezno treba da se jave lekaru ako primete neke nenormalne promene.

RAK TELA MATERICE

Materica (*uterus*) je šuplji mišićni organ u kome se razvija plod tokom trudnoće. Rak tela materice se još

naziva rak endometrijuma, jer se razvija iz sluznice materice (*endometrijuma*) i četvrti je po učestalosti raka žena u Evropi. Preko 90% slučajeva nastaje kod žena starijih od 50 godina. Ostali mogući uzroci su hormonske terapije kao i povećana gojaznost.

Izgledi su relativno dobri za žene kod kojih je otkriven rak tela materice. U proseku, skoro 80% žena žive pet godina nakon postavljanja dijagnoze.

Šta izaziva rak tela materice?

Nije poznato šta izaziva rak tela materice, ali poznato je da osim starosti sledeći faktori povećavaju rizik:

- povećano prisustvo ženskog hormona estrogena, (rani početak menstruacije, kasna menopauza)
- preterana gojaznost, povećan nivo estrogena
- šećerna bolest (*diabetes*) i sindrom policističnih jajnika, (povećan nivo insulina može stimulisati rast ćelija raka)
- podatak da su majka ili sestra imale rak endometrijuma

- Linčov sindrom (*Lynch syndrome*)
- dugotrajno lečenje *tamofiksenom* (hormonska terapija raka dojke)
- verovatno ishrana sa previše proteina.

Kako se dijagnostikuje/otkriva rak tela materice?

Simptomi raka tela materice:

- krvarenje iz vagine između menstruacija ili posle polnih odnosa (pre menopauze)
- krvarenje iz vagine u bilo koje vreme (nakon menopauze)
- bol za vreme ili posle polnih odnosa
- iscedak iz vagine
- bol u donjem abdomenu

Test kojim se potvrđuje dijagnoza:

- unutrašnji pregled karlice
- bris da se ispituju ćelije iz grlića materice
- biopsija sluznice materice (*endometrijum*),
- ultrazvučno skeniranje kroz vaginu (*transvaginalni ultrazvuk*)
- histeroskopija i kiretaža

Kako se leči rak tela materice?

Postoje Tip I i Tip II raka tela materice (karcinoma endometrijuma) koji se razlikuju pod mikroskopom. Koriste se različite metode lečenja, naročito ako se rak ponovo javi. Postoje dokazi da se povećava učestalost Tipa I u zapadnoj Evropi zbog epidemije preterane gojaznosti kod žena u ovim zemljama.

Hirurškim putem: Odstranjivanje materice (totalna *histerektomija* sa odstranjivanjem jajnika i jajovoda) se preporučuje svim ženama sa rakom tela materice. U nekim slučajevima se odstranjuju i limfne žlezde.

Radioterapija se sprovodi ukoliko operaciju nije moguće uraditi, ili kad operacijom ne može da se odstrani ceo tumor. Takođe se daje postoperativno da bi se smanjio rizik da će se rak ponovo pojaviti.

Progesteron (hormonska terapija) ili **hemioterapija** se koristi da se smanji rak koji se raširio na ostatak tela ili da se spreči ponovna pojava raka.

Hemioterapija se sve više koristi kod žena sa rakom u podmakloj fazi, a najnovije studije su pokazale da kombinacije zasnovane na platini ili doksoru-

bicinu mogu dovesti do ogromnog poboljšanja u pojedinim slučajevima. Međutim, ovaj vid lečenja ne odgovara ženama koje su gojazne ili imaju diabetes ili bolest srca.

Mogu li se žene zaštititi od raka tela materice?

Trenutno ne postoje skrining programi za otkrivanje raka materice. Žene moraju biti svesne da nenormalno krvarenje iz vagine, naročito posle menopauze može biti znak raka tela materice. Žene koje spadaju u grupu velikog rizika zbog pojave bolesti u porodici treba da idu na redovne ginekološke preglede.

RAK JAJOVODA

Jajovodi su tanki cevasti organi koji povezuju matericu sa jajnicima. Ranije se smatralo se da je rak koji počinje u jajovodima (primarni rak jajovoda) veoma redak. Nove teorije ukazuju da mnogi slučajevi raka jajnika verovatno započinju u jajovodima a ne u jajnicima. Smatra se da 5000 žena u Evropi imaju rak

jajovoda. Rizik od pojave raka jajovoda se povećao poslednjih godina, naročito kod žena iznad 55 godina starosti.

Verovatnoća da će žena živeti pet godina nakon što je rak jajovoda otkriven je 65% ili više. Preživljavanje je duže kod mlađih žena sa rakom jajovoda, jer se kod njih rak otkriva u ranijoj fazi bolesti kada postoji veća verovatnoća uspešnog izlečenja.

Šta uzrokuje rak jajovoda?

Rizik od pojave raka jajovoda je najveći kod žena iznad 60 godina starosti. Osim godina života, ovo su faktori koji mogu povećati rizik od pojave raka jajovoda:

- rak jajnika kod bliskog rođaka kao što su majka, sestra ili ćerka
- BRCAgeni (videti Nasledni kancer)
- raniji maligniteti, naročito dojke
- nerađanje

Kako se dijagnostikuje/otkriva rak jajovoda?

Rak jajovoda se može otkriti slučajno tokom opera-

cije kojom se odstranjuju jajnici i jajovodi. Inače, simptomi su slični simptomima koje imaju žene sa rakom jajnika:

- abnormalno vaginalno krvarenje koje nije menstruacija kod mlađih žena, ili u bilo koje doba posle menopauze.
- bol u donjem abdomenu
- vaginalni sekret koji može da sadrži krv
- otečen abdomen

Testovi kojima se potvrđuje dijagnoza:

- pregled karlice i abdomena
- unutrašnji pregled da se vidi ima li nekih abnormalnosti
- CA125 test krvi
- skeniranje jajovoda, abdomena i ostatka tela.

Kako se leči rak jajovoda?

Hirurška intervencija je prva mogućnost lečenja kod većine žena. Kod slučajeva rano otkrivenog raka možda će se operisati samo zahvaćeni jajovodi i jajnici, zajedno sa trbušnom maramicom ali u većini slučajeva potrebno je uraditi *histerektomiju* (od-

straniti matericu).

Hemioterapija se daje nakon operacije ako nije bilo moguće odstraniti ceo tumor i da bi se sprečio povratak bolesti. U većini slučajeva režim lečenja i života je isti kao i kod pacijenata sa rakom jajnika.

Radioterapijom se leče simptomi proširenog maligniteta na celo telo.

Mogu li se žene zaštititi od raka jajovoda?

Danas ne postoji pouzdan test koji može da identifikuje žene sa rakom jajovoda. Rađanje dece i korišćenje oralnih kontraceptivnih pilula izgleda da smanjuje rizik od dobijanja raka jajovoda. U svakom slučaju, veruje se da zdrav način života pomaže da se smanji rizik od oboljevanja od raka jajovoda kao i drugih oblika raka.

RAK DOJKE

Rak dojke se javlja u tkivu mlečnih žlezda i u mlečnim kanalima. Oko 80% raka dojke započinje u mlečnim kanalima.

Rak dojke je najrasprostranjenija vrsta raka kod

žena u Evropi. Rizik raste sa godinama starosti, oko dve trećine raka dojke se javlja kod žena koje su starije od 50 godina. Rak dojke je najčešći oblika raka kod žena, ali se stopa preživljavanja popravila zahvaljujući skriningu i boljem lečenju. Gledajući Evropu kao celinu, preko 89% žena mogu očekivati da će živeti pet godina nakon postavljanja dijagnoze.

Šta uzrokuje rak dojke?

Većina slučajeva raka dojke javlja se kod žena iznad 50 godina starosti i to je jedna od retkih vrsta raka gde je rizik veći kod žena u ekonomski razvijenijim zemljama. Ostali faktori koji povećavaju rizik su:

- kasni pubertet i rana menopauza
- nerađanje ili rođenje prvog deteta posle 30. godine.
- korišćenje oralnih kontraceptivnih sredstava
- korišćenje kombinovane hormonske terapije, preterana telesna težina i fizička neaktivnost
- tri ili više alkoholnih pića na dan
- slučajevi raka dojke u porodici sa ženske strane
- pređašnja zračenja (radioterapije)
- BRCA geni (videti Nasledni kancer)

Kako se rak dojke otkriva?

U ranoj fazi rak dojke nema simptoma i može se otkriti jedino mamografskim snimanjem. Kada se simptomi pojave, oni mogu biti:

- bezbolna grudvica u dojci koja se oseća pipanjem
- promena u veličini i obliku dojke
- promena u teksturi kože, kao što su kvrgavost ili zadebljanja
- uvlačenje bradavice
- retko, iscedak iz bradavice ili bol u dojci

Testovi kojima se dijagnoza može potvrditi:

- pregled dojki i pazuha
- mamografija
- pregled ultrazvukom i druga skeniranja
- biopsija čvorića

Kako se leči rak dojke?

Hirurškim putem - to je prva intervencija kod većine žena. Kada je rak ograničen, uklanja se samo čvorić (*lumpektomija-lump znači čvor*), za veće promene

14

je potrebna *mastektomija* (odstranjivanje cele dojke). Moguće je istovremeno uraditi i rekonstrukciju dojki.

Radioterapija se daje nakon operacije da se unište preostale maligne ćelije, ili ako je potrebno lečiti rak koji se proširio na ostale delove tela.

Hemioterapija i hormonska terapija se daju pre operacije ako se rak proširio na tkiva u blizini dojke i ženama čiji se rak proširio na ostatak tela. Ženama u postmenopauzi sa ranim rakom dojke ustanovljenom pomoću estrogen receptora nudi se hormonska terapija da bi se smanjio rizik od ponovnog javljanja raka. Ostalim ženama se preporučuje hemioterapija.

Mogu li se žene zaštititi od raka dojke?

Zdrav način života može pomoći da se smanji rizik od raka dojke i ostalih ozbiljnih bolesti. Mogu se koristiti lekovi kao što je *tamofixen* kod žena koje spadaju u grupu sa visokim rizikom za dobijanje raka dojke.

Inače, skrining mamografijom može smanjiti rizik od smrti od raka dojke kod 40-50% žena između 40 i 69 godina. Redovnim samopregledom može da se

smanji rizik od raka dojke. Jako je važno da žene budu oprezne i „svesne svojih dojki“ i da redovno odlaze na preglede kod lekara.

PORODIČNI RIZIK

Oko jedne četvrtine slučajeva raka pripisuje se genetskoj sklonosti ili nasleđenom riziku. Međutim, većina ginekoloških i drugih maligniteta nisu nasleđeni, već sporadični, to znači da se događaju slučajno usled načina života osobe i uticaja njenog okruženja.

RAK U PORODICI

Kaže se da je porodična anmneza za malignu bolest pozitivna kada se u jednoj porodici kod više članova pojavi ista vrsta maligniteta, bez postojanja jasne šeme nasleđivanja. Porodični maligniteti su verovatno izazvani kombinacijom nekoliko gena i istog načina života u porodici.

Žene imaju veću verovatnoću da dobiju rak dojke

ako je majka, sestra ili ćerka bolovala od raka dojke, a rizik se povećava sa brojem obolelih članova u porodici. Međutim, i pored velikog statističkog rizika, većina žena ne dobije rak dojke.

NASLEDNI KANCERI

Nasuprot tome, kada jedan roditelj ima predispozicije za rak pošto je nasledio mutaciju ili promenu na jednom jedinom genu, svako žensko dete ima 50% šanse da dobije neki ginekološki ili drugi oblik raka.

Faktori rizika za rak koji se nasleđuje su:

- nekoliko slučajeva raka istog tipa na istoj strani porodice
- malignitet mladih (obično pre 50. godine života)
- rak koji nastaje u okviru nasleđenog sindroma: rak dojke, rak jajnika, materice, creva i stomaka
- nekoliko vrsta primarnog raka (na primer rak dojke koji se dešava u obe dojke u isto vreme)

Oko 5-10% svih slučajeva raka je nasledno. Poznato je da postoje dva tipa genetske mutacije koji povećavaju rizik naslednih oblika raka:

Nasledni sindrom raka dojka-jajnici (HBOC) je rezultat mutacija gena BRCA1 ili BRCA2. Ugrožene žene imaju do 40% rizika da dobiju rak jajnika i 85% rizika da dobiju rak dojke tokom svoga života.

Nasledni ne-polipoidni kolorektalni rak (HNPCC), takođe poznat kao Linčov sindrom (Lynch syndrome). Njega izaziva mutacija u barem jednom od ovih pet gena: hMSH2, hMLH1, hMSH6, PMS1 and PMS2. Žene sa HNPCC imaju 60% rizika da u svom životu obole od raka tela materice, 12% rizika da u životu dobiju rak jajnika, a imaju takođe i velik rizik da dobiju rak creva i želuca.

Genetskim testiranjem se može identifikovati rizik za svaku ženu u rizičnim familijama, ali odluka da se ide na testiranje nikada nije jednostavna. Negativan test ženama daje sigurnost i potvrdu da nisu bolesne; pozitivan ishod testa može dovesti do straha za budućnost i brige zbog mogućeg rizika za decu. Prema rezultatima testa žene mogu doneti odgovorne odluke o načinu kako da smanje rizik od obolevanja od nasledne maligne bolesti.

Mogu li žene da smanje rizik od naslednog raka?

Moguće je postaviti ranu dijagnozu naslednog raka putem redovnih pregleda i praćenja, na primer mamografijom, ili pomoću drugih skeniranja. Žene takođe mogu smanjiti rizik živeći zdravim životom i uzimajući lekove. *Tamofixen* smanjuje rizik razvoja raka dojke, dok kombinovana oralna kontraceptivna sredstva smanjuju rizik raka jajnika.

Međutim, žene sa velikim rizikom od oboljevanja naslednog ginekološkog raka mogu da urade preventivnu operaciju. Odstranjivanje jajovoda i jajnika sprečava rak jajnika a rizik od raka dojke se upola smanjuje. Slično tome, odstranjivanje dojki (*mas-tektomija*) će 100% otkloniti rizik od raka dojke kod žena sa BRCA1 i BRCA2 mutacijama.



Društvo za borbu protiv raka u Somboru

(www.sombor-cancer.org.rs)

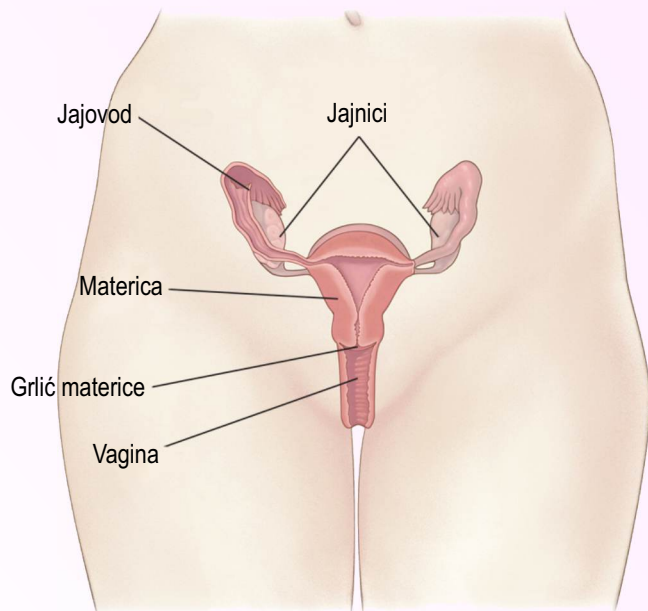
Društvo za borbu protiv raka - Sombor okuplja osobe lečene od maligne bolesti i pruža savetodavne procesom lečenja i rehabilitaciju tokom i nakon lečenja. U udruženju članovi razmenjuju iskustva, pomažu jedni drugima, o problemima obolelih se javno razgovara sa ciljem da se zaštite osnovna ljudska prava: pravo na lečenje, pravo na rad. Društvo se aktivno zalaže za unapređenje zdravstvene zaštite lečenih od maligne bolesti obezbeđivanjem najsaveremenijih lekova i pomagala na račun Republičkog fonda za zdravstveno osiguranje. Podstiče se volonterizam, solidarnost i društvena odgovornost svih članova zajednice u cilju unapređenja kvaliteta života lečenih od raka. Važan cilj udruženja je aktivizam lečenih od maligne bolesti kroz razne vidove „art“ terapije. Naši članovi slikaju, izlažu na izložbama, pišu pesme i priče, organizuju likovne kolonije i izlete, modne revije, obeležavaju rođendane, praznike i sastaju se u prostorijama Centra "Zdravka" na radionicama psihosocijalne rehabilitacije. U ove aktivnosti su uključeni

i porodica i prijatelji, a lečene osobe učestvuju u akcijama promocije zdravih stilova života i podsticanja na redovne zdravstvene preglede kod lekara. Ovo udruženje je bilo inicijator formiranja NALOR (Nacionalne asocijacije lečenih od raka - www.nalor.co.rs) sa ciljem da okupi sva udruženja lečenih od raka u Srbiji. NALOR danas broji 14 udruženja širom Srbije i član je ECPC (Evropske koalicije pacijenata lečenih od raka).

Društvo za borbu protiv raka Sombor je član Evropske mreže pacijentskih grupa koje se bore protiv ginekoloških oblika raka (The European Network of Gynaecological Cancer Advocacy Groups - ENGAGe), udruženja osnovanog u okrilju ESGO, koje danas broji preko 40 udruženja članica.



Gradska liga protiv raka Osijek osnovana je 1966. godine i član je Hrvatske lige protiv raka. U aktivnostima Lige sudjeluju mnogobrojni stručnjaci, udruge oboljelih od raka (dojke, kolona, kod djece, laringektomiranih i sl), zdrave osobe. U suradnju su uključene i mnoge institucije (zdravstvene, obrazovne). Područja rada su zdravstveni odgoj, rano otkrivanje raka, psihosocijalna podrška i rehabilitacija obolelih.



Posetite Vašeg ginekologa najmanje jednom godišnje. Ako se rak otkrije na vreme, bolest je izlečiva. Kvalitet života nakon lečenja je bolji, ako je bolest otkrivena u ranoj fazi.

