

Οισοφαγογαστρικός καρκίνος (οισοφάγου και στομάχου)

Ο οδηγός σας για την καλύτερη δυνατή φροντίδα καρκίνου



Σχετικά με αυτό τον οδηγό

Το να σας πουν ότι πάσχετε από οισοφαγογαστρικό καρκίνο ή ότι μπορεί να έχετε οισοφαγογαστρικό καρκίνο 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 οισοφαγογαστρικό καρκίνο, ψάξτε για το βιβλιαράκι Κατανοώντας τον Οισοφαγογαστρικό Καρκίνο του Cancer Council στην ιστοσελίδα του τοπικού σας Cancer Council.

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

Αρχικές εξετάσεις και παραπεμπτικό

Συμπτώματα

Εάν έχετε πόνο στο άνω στομάχι, έχετε επιδείνωση της παλινδρόμησης, δυσκολεύεστε να καταπιείτε, κάνετε εμετό με αίμα ή αντιμετωπίζετε ανεξήγητη απώλεια βάρους, ενημερώστε το γιατρό σας το συντομότερο δυνατό.

Αρχικές εξετάσεις που μπορεί να κάνετε

Ανάλυση αίματος. Ένα δείγμα αίματος συλλέγεται προκειμένου να εκτιμηθεί η γενική κατάσταση της υγείας σας.

Αν ο γιατρός σας πιστεύει ότι έχετε οισοφαγογαστρικό καρκίνο, θα σας στείλει σε έναν ειδικό για την ενδοσκόπηση για να κάνετε μια ενδοσκόπηση.

Ενδοσκόπηση. Ένας ευέλικτος σωλήνας που έχει επάνω φωτογραφική μηχανή (ονομάζεται ενδοσκόπιο) εισάγεται μέσα στη μύτη ή το λαιμό σας. Το ενδοσκόπιο παίρνει φωτογραφίες του οισοφάγου και του στομαχιού.

Παραπεμπτικά

Εάν ο γιατρός σας έχει ανησυχίες, θα παραπεμφθείτε σε ειδικό (χειρουργό της άνω γαστρεντερικής περιοχής) σε δημόσιο νοσοκομείο ή σε ιδιωτικό ιατρείο. Οι χειρουργοί της άνω γαστρεντερικής περιοχής είναι εκπαιδευμένοι στον οισοφαγογαστρικό καρκίνο.



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



Χρονοδιαγράμματα

Θα πρέπει να κάνετε ενδοσκόπηση και να δείτε έναν ειδικό **εντός δύο εβδομάδων** από το παραπεμπτικό.

Αν δε μπορείτε να κλείσετε ένα ραντεβού με τον ειδικό ή ένα ραντεβού για ενδοσκόπηση μέσα σε αυτό το χρονικό διάστημα, ερευνηστε το τι γίνεται 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 ενδοσκόπησης θα μιλήσει μαζί σας σχετικά με τα αποτελέσματα και θα σας ενημερώσει αν υπάρχει καρκίνος. Αυτό ονομάζεται **διάγνωση**.

Αν η ενδοσκόπηση 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 ονομάζεται **σταδιοποίηση του καρκίνου**. Η **σταδιοποίηση** βοηθάει να βρεθεί η καταλληλότερη θεραπεία για σας.

Μπορεί να κάνετε μία μόνο εξέταση ή ένα συνδυασμό εξετάσεων:

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

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.

Υπέρηχος ενδοσκόπησης. Ένα ενδοσκόπιο χρησιμοποιείται για να κοιτάξει μέσα στον οισοφάγο και το στομάχι. Χρησιμοποιεί κύματα ήχου για να απεικονίσει τον οισοφάγο και το στομάχι.

Ενδοσκοπική εκτομή. Ένα ενδοσκόπιο χρησιμοποιείται για τη λήψη ιστού από τον οισοφάγο ή το στομάχι σας. Αυτό γίνεται με νάρκωση ώστε να μην το νιώθετε.

Λαπαροσκόπηση. Μικρές τομές γίνονται στην κοιλιακή χώρα ή το στομάχι. Ο ειδικός γιατρός βάζει ένα μικρό σωλήνα με φωτογραφική μηχανή στο στομάχι σας μέσω των τομών. Αυτό ονομάζεται λαπαροσκόπηση. Αυτό γίνεται με αναισθητικό (θα κοιμηθείτε) ώστε να μην το νιώσετε. Χρησιμοποιείται για να ανιχνεύσει καρκίνους που είναι πολύ μικροί για να φανούν στην τομογραφία CT ή PET. Αυτή η εξέταση είναι μόνο για καρκίνο του στομάχου.



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 οισοφαγογαστρικός καρκίνος;
- 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 οισοφαγογαστρικό καρκίνο. 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:

Ενδοσκοπική θεραπεία. Ο ειδικός μπορεί να χρησιμοποιήσει ένα ενδοσκόπιο για διαφορετικές θεραπείες. Αυτές οι θεραπείες χρησιμοποιούνται αν έχετε πρώιμο οισοφαγογαστρικό καρκίνο. Μπορούν επίσης να χρησιμοποιηθούν προκειμένου να αποτρέψουν τον καρκίνο από το να μεγαλώνει.

Εγχείρηση είναι όταν ο καρκίνος αφαιρείται χειρουργικά.

Στην ακτινοθεραπεία χρησιμοποιούνται ακτίνες για να καταστρέψουν τα καρκινικά κύτταρα και να σταματήσουν τον καρκίνο να μεγαλώνει. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί μαζί με εγχείρηση ή χημειοθεραπεία. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί αν ο καρκίνος έχει εξαπλωθεί.

Η χημειοθεραπεία ή θεραπεία με φάρμακα χρησιμοποιεί φάρμακα για να σκοτώσει τα καρκινικά κύτταρα ή να σταματήσει τον καρκίνο από το να μεγαλώνει. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί αν ο καρκίνος έχει εξαπλωθεί.

Στεντ. Ένας σωλήνας από εύκαμπτο πλέγμα τοποθετείται στον οισοφάγο σας. Αυτό ονομάζεται στεντ. Χρησιμοποιείται για να κάνει τον οισοφάγο σας ευρύτερο ώστε τροφές και υγρά να μπορούν να περάσουν στο στομάχι εύκολα.

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 πρέπει να ξεκινήσει **εντός δύο εβδομάδων** από τη στιγμή που θα συμφωνήσετε στο σχέδιο θεραπείας σας.



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.

Αν καπνίζετε

Το να σταματήσετε το κάπνισμα είναι ένα από τα πιο σημαντικά πράγματα που μπορείτε να κάνετε για να βελτιώσετε την υγεία και ευεξία σας. Το να σταματήσετε το κάπνισμα μπορεί να βελτιώσει τόσο καλά δουλεύει η θεραπεία σας, να μειώσει τον κίνδυνο περιπλοκών κατά τη διάρκεια της εγχείρησης και να βελτιώσει την ανάρρωση μετά την εγχείρηση. Για προσωπική και εμπιστευτική υποστήριξη για να σταματήσετε το κάπνισμα τηλεφωνήστε στη Γραμμή Βοήθειας για Κόψιμο Καπνίσματος (Quitline) στο **13 7848**, μιλήστε με το γιατρό σας ή ειδικό και επισκεφθείτε το www.quit.org.au.



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 άτομο επαφής;
- Πρέπει να δω ένα διαιτολόγο;
- 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 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 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 οδηγεί σε μια σειρά σωματικών και συναισθηματικών αλλαγών.

Σχέδιο επακόλουθης φροντίδας

Η υγειονομική σας ομάδα θα συνεργαστεί μαζί σας προκειμένου να κάνει ένα σχέδιο για σας και το γιατρό σας. Αυτό το σχέδιο θα εξηγηθεί:

- 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 αισθάνονται άγχος ότι ο καρκίνος θα επιστρέψει. Ο ειδικός γιατρός σας και η ομάδα υγειονομικής περίθαλψης θα μιλήσουν μαζί σας για τις ανάγκες σας και μπορούν να σας παραπέμψουν σε άλλους επαγγελματίες υγείας και / ή υπηρεσίες υποστήριξης στην κοινότητα.

Άλλες πληροφορίες που ίσως σας δώσουν:

- ποια είναι τα σημάδια και τα συμπτώματα που θα πρέπει να προσέχετε σε περίπτωση που επιστρέψει ο καρκίνος
- τις καθυστερημένες επιδράσεις της θεραπείας και τους ειδικούς που ίσως χρειαστεί να δείτε για να κάνετε επιλογές υγιεινού τρόπου ζωής και να σας δώσουν τις καλύτερες πιθανότητες ανάρρωσης και να παραμείνετε καλά.

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

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-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 οικογένεια 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 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 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 οισοφαγοεστωτικό καρκίνο (2η έκδοση), που διατίθενται στην ιστοσελίδα www.cancer.org.au/OCP.