

# CANCERUL PULMONAR

Material furnizat de Fundatia de Cancer Pulmonar - Roy Castle  
Traducere – Ema Szabo, studenta Facultatea de Asistenta Sociala  
Partea a II-a

## *A face față diagnosticului de cancer pulmonar*

### **Tocmai mi s-a spus că am cancer pulmonar - cum voi face față?**

Diagnosticul de cancer pulmonar este un eveniment extrem de dureros pentru dumneavoastră și pentru cei apropiați. Puteți simți că viața vi s-a întors cu susul în jos, deoarece cuvântul “cancer” este adesea relaționat cu temeri privind tratamentul în spital și, de cele mai multe ori, în mod greșit, cu un viitor sumbru și posibilitatea morții. Teama de necunoscut și nesiguranța pot genera un stres foarte puternic.

Vestea că suferiți de cancer pulmonar poate să vină ca un trăznit, din senin, sau se poate să fi avut suspiciuni legate de simptome de ceva vreme. Oricum, noutatea poate fi devastatoare și poate cauza o serie de emoții, care se pot manifesta în diferite momente în cursul zilelor, săptămânilor și lunilor următoare diagnosticării dumneavoastră. Asemenea **emoții pot include o perioadă de “amorțire”, neîncredere, șoc, tristețe, furie, vină, sentimente de neajutorare și frică.** Mulți oameni încearcă să caute motive și se întreabă “de ce eu?”. Pentru alții, diagnosticul de cancer pulmonar poate însemna că viața nu va mai fi niciodată la fel. La începutul luptei cu boala, imediat după diagnosticare, este normal să simțiți că nu vă puteți gândi la altceva. S-ar putea să nu mai puteți dormi la fel de bine și să fiți foarte anxios în legătură cu viitorul.

Sentimente ca cele descrise mai sus sunt obișnuite când vă confrunțați cu o criză. Ele nu sunt semne că nu sunteți capabil să faceți față bolii. **Nu există moduri bune sau rele de a vă simți**, dar nu ar trebui să vă amplificați tristețea

prin a vă învinovați pentru ce simțiți sau pentru diagnostic.

S-ar putea să observați că unele situații atrag mai multă anxietate, ca de exemplu, întâlnirile din spital, cititul în ziar despre cancerul pulmonar sau vizionarea de programe la televizor. Viitoarele tratamente și teste pot de asemenea să mărească anxietatea dumneavoastră. Unii oameni relatează că aceste sentimente pot fi mult mai intense în momente particulare ale zilei sau nopții. Înțelegerea faptului că există un model al sentimentelor dumneavoastră poate fi primul pas în a începe să le stăpâniți mai bine.

În toate privințele diagnosticului dvs, al tratamentului, și a ceea ce urmează, încercați să acceptați că aceste reacții sunt normale. **Dacă simțiți că aveți nevoie, permiteți-vă să plângeți.** Acesta poate fi adesea un mod de a vă ajuta să vă confrunțați cu emoțiile ascunse. Învățarea unei tehnici de relaxare poate fi totodată foarte benefică deoarece vă poate ajuta să vă luați gândul de la griji și totodată să vă relaxați corpul.



### **Cât de mult timp va trece până mă voi obișnui cu diagnosticul?**

În zilele și săptămânile următoare, când începeți să vă obișnuiți cu vestea, este normal

ca aceste reacții să înceapă să apară, deși ele variază de la o persoană la alta. Este important să nu vă fie frică să discutați despre sentimentele dumneavoastră și să cereți sprijin dacă simțiți că aveți nevoie. În unele cazuri, oamenii încearcă să-și ascundă emoțiile de frică să nu îi afecteze pe alții. Dacă vă ascundeți emoțiile, adesea permiteți lucrurilor să pară mult mai rele. La început, unii oameni găsesc că este dificil să vorbească și au nevoie de timp să își sorteze gândurile în propria minte. Să poți vorbi deschis despre gândurile și sentimentele tale cu alții, precum familia, prietenii, medicul sau asistenta ta, poate fi cu adevărat de ajutor. Totodată, sprijinul primit prin îndeplinirea unor sarcini practice, precum munca în casă și cumpărăturile, poate fi folositor în reducerea presiunii pe care o puteți simți.

### **Ce se întâmplă dacă simt că nu pot face față diagnosticului meu?**

Dacă sentimentele și grijile dumneavoastră interferează mult cu viața dumneavoastră de zi cu zi și găsiți că este dificil să faceți față, poate fi de folos să vă contactați medicul sau asistenta. Există mulți profesioniști care vă pot ajuta cu multe alte probleme pe care le puteți întâlni.

***“Odată ce primiți un diagnostic, normalul nu mai este normal, prioritățile se schimbă.”***

Gândurile negative referitoare la sănătatea dumneavoastră pot înrăutăți starea dv psihică, conducând uneori la depresie, anxietate, sau pierderea încrederii în sine. O modalitate de a vă descurca cu acestea este să **rămâneți implicat în activitățile care vă plac și care vă dau un sentiment de bunăstare**. Puteți descoperi că imaginația dumneavoastră o ia razna și lucrurile încep să își depășească proporțiile. Este important să încercați să vă concentrați asupra lucrurilor clare din prezent, decât la cele care ar putea să fie. Unii oameni

care au fost diagnosticați cu cancer pulmonar spun că poate fi de ajutor să vă mențineți o atitudine pozitivă, plină de speranță. Dacă este posibil, încercați să vă păstrați simțul umorului, care poate fi de ajutor când vă confrunțați cu situații dificile noi.

### **Cum să le spun copiilor?**

Dacă aveți copii, poate părea firesc să încercați să îi protejați în legătură cu această problemă. Chiar dacă nu li s-a spus despre diagnostic, **este un fapt frecvent ca ei să simtă din reacțiile altora că ceva nu este în ordine**. Ocazional, când copiii nu sunt incluși în diagnostic în vreun mod, imaginația lor poate să pună stăpânire pe ei.

***“Când am fost diagnosticată, fiica mea a spus, ‘De ce tu, mamă?’ Am spus ‘De ce nu eu ? S-a întâmplat, acum hai să îi facem față.’”***

Dacă aveți copii mici și decideți să le spuneți despre diagnosticul și tratamentul dumneavoastră, este mai bine să încercați să evitați jargonul medical în exces și să le furnizați informații la nivelul pe care ei îl înțeleg. **Este surprinzător cât de bine unii copii fac față veștii**. Oricum, alții pot să aibă nevoie de puțin timp ca să înțeleagă lucrurile.

Poate fi folositor să explicați copiilor că este normal să treacă prin niște emoții puternice și puteți observa unele schimbări în comportamentul lor. Este important ca ei să discute orice grijă, deschis, cu dumneavoastră. Este bine să îi luați uneori cu dumneavoastră la control la spital și să le prezentați personalul; poate ajuta în reducerea unor temeri. Există cărți folositoare, care au fost scrise special pentru copii, pe tema bolii în familie. **Dacă sunteți îngrijorat privind schimbările în comportamentul sau starea emoțională a copilului, poate fi folositor să discutați despre aceasta cu un psiholog.**

## Cum vor face față membrii familiei și prietenii diagnosticului?

Diagnosticul de cancer pulmonar nu vă afectează doar pe dv și pe cei din jur. Unele persoane pot fi foarte înțeleghătoare, de foarte mare ajutor și pot ști exact ce să spună. Alții pot fi prea protectivi, lucru care uneori vă poate pune la încercare. Uneori, familia și prietenii nu reușesc să găsească echilibrul între ajutorul acordat în anumite limite rezonabile și independența acordată fără a părea nepăsători. Cei mai mulți probabil nu au avut de-a face cu cancerul înainte și pot avea dificultăți în a înțelege situația. Pot fi foarte nesiguri asupra a ce să vă spună dumneavoastră sau familiei, sau poate să vă pară că oamenii pe care îi cunoașteți vă evită. Asemenea lipsă de înțelegere poate uneori să vă izoleze și să amplifice tristețea dumneavoastră. Dacă puteți, **încercați să mențineți legătura cu oamenii care sunt înțeleghători**. Este important să vorbiți deschis despre sentimentele și grijile dumneavoastră cu oamenii care vă pot sprijini. Amintiți-vă **că orice griji sau anxietăți experimentați, este foarte probabil ca familia dumneavoastră și prietenii apropiați să le simtă de asemenea**.

## Tipuri de cancer pulmonar

### Există diferite tipuri de cancer pulmonar?

**Da**, există mai multe tipuri de cancer pulmonar, dar, în general, boala este împărțită în două mari categorii:

- **Cancer pulmonar cu celule mici (SCLC)**
- **Cancer pulmonar cu celule non-mici (NSCLC)**.

Aproximativ 75% din persoanele cu cancer pulmonar au celule non-mici în cel mai comun grup, în timp ce 25% au celule mici.

Cancerul pulmonar cu celule non-mici poate fi mai departe **sub-divizat**, existând diferite tipuri de cancer pulmonar cu celule non-mici. Fiecare este făcut din diferite tipuri de celule anormale.

## Ce este cancerul pulmonar cu celule mici?

Celule mici, rotunde, care formează mase cărnoase și de obicei, încep să se înmulțească necontrolat în căile respiratorii mai mari. Acest tip de celulă a cancerului pulmonar se reproduce și crește foarte repede. Se poate răspândi în nodurile limfatice și/sau în alte organe ale corpului.

**Este în general mult mai reactiv la tratamentul chimioterapic**. În cazuri rare, acest tip de cancer pulmonar poate fi îndepărtat chirurgical. Cancerul pulmonar cu celule mici reappare adesea într-un interval scurt de timp; din acest motiv, se recomandă să mergeți la controale regulate pentru a vă asigura ca recurența este descoperită din timp.

## Care sunt tipurile diferite de cancer pulmonar cu celule non-mici?

**Adenocarcinomul** – este cel mai des întâlnit la femei și are o **tendință de a produce mase de mucus/spută** în căile respiratorii mai mici. Această tumoră poate apare în cicatrice vechi din țesutul pulmonar.

**Carcinomul cu celule scuamoase** (de asemenea cunoscut și sub numele de **carcinom epidermoid**) – apare mai frecvent la bărbați și la oamenii în vârstă de ambele sexe și este cel mai comun tip de cancer în Marea Britanie. Apare ca o excrescență neregulată cu celule ca perlele, cu o structură solidă. Este tipul de cancer pulmonar operat cel mai frecvent.

**Celule mari** – acest tip de cancer pulmonar tinde să se dezvolte ca o masă mare, moale, voluminoasă și poate să apară în orice parte a plămânului, dar **frecvent crește aproape de centrul pieptului**. Adesea se răspândește într-o fază timpurie.

## Pot să apară alte tipuri de cancer în plămâni?

**Da**, există o varietate de tipuri, dar cele mai multe sunt rare. Mezoteliomul și tumora carcinoidă sunt două din cele mai comune tipuri și sunt detaliate mai jos.

**Mezoteliomul:** Este îndeaproape asociată cu antecedente **de expunere la azbest** ori prin muncă, ori contact cu o persoană din industria azbestului. În general afectează bărbații în vârstă și la mulți dezvoltarea cancerului durează 35-40 de ani de la data primei expuneri. Celulele canceroase se situează de obicei în **interiorul plămânului** și produc lichid. Acesta poate necesita drenaje din timp în timp, care îmbunătățesc respirația.

**Există o aprinsă dezbateră** privind **cele mai eficiente tratamente** pentru acest tip de cancer pulmonar; astfel merită **să discutați opiniile dumneavoastră** cu medicul. Se poate întâmpla să vi se ofere un tratament care este în cercetare. Aceasta poate implica să urmați chimioterapie și/sau radioterapie.

**Tumora carcinoidă:** Aceasta este o tumoră rară a plămânului (1-2% din toate tipurile de cancer pulmonar). Această excrescență pulmonară afectează celulele din corp, care produc marea majoritate a **hormonilor** (neuroendocrine), de exemplu, glanda tiroidă. Se întâlnește mai des la tineri și majoritatea pacienților nu au simptome în momentul diagnosticării, oricum când simptomele apar includ și înroșirea, diareea, probleme cardiace și amețeala. Operația este de obicei curativă, dar radioterapia și chimioterapia pot fi folosite pentru a controla simptomele.

**Alte tumori** sunt atât de rare încât informațiile curente sunt cel mai bine oferite de doctorul sau asistenta dumneavoastră. Mai jos sunt unele tipuri de cancer pulmonar mai neobișnuite:

- Hamartom
- Tumori ale glandei bronhiale
- Limfom
- Mezenchimal
- Fibrom pleural
- Sarcom

**Este un avantaj să știi ce tip de cancer pulmonar am ?**

**Da,** cel mai eficient și potrivit tratament pentru dumneavoastră variază depinzând de tipul de cancer pulmonar de care suferiți, diferitele

tipuri de cancer pulmonar răspund la diferite tratamente.

## **Cancerul pulmonar se răspândește?**

**Deși** cancerul pulmonar se dezvoltă frecvent într-un singur loc în plămân, se poate **răspândi** în alte arii ale corpului. Cele mai comune locuri de răspândire sunt limfatici, oasele, ficatul și creierul. **Nu** este neobișnuit ca ganglionii limfatici apropiați de centrul pieptului să fie afectate la început și de acolo să se răspândească prin circulația sanguină. Cum am menționat mai devreme, acesta se numește **metastază**. Este important de stabilit dacă vreo metastază este prezentă la diagnostic, aceasta ajutând în alegerea tratamentului optim.

**Următoarele simptome** sunt **uneori** asociate cu răspândirea cancerului pulmonar.

- Dureri de cap frecvente
- Încețoșarea privirii
- Dureri de oase, de exemplu coaste, picioare, brațe
- Slăbiciune / amorțeală în picioare
- Icter (îngălbenirea pielii și a mucoaselor)
- Excrescențe pe piele

**Dacă** aveți oricare din simptomele de mai sus vă rugăm să le raportați medicului. Cu toate acestea, amintiți-vă că multe dureri s-ar putea să nu aibă nimic de a face cu cancerul.

