

Blöðruhálskirtils- krabbamein

Leiðbeiningar fyrir karla sem eru
nýgreindir með sjúkdóminn



Um fræðsluefnið

Bæklingurinn er ætlaður þeim sem eru nýgreindir með blöðruhálskirtilskrabbamein. Maka þínum gæti fundist gagnlegt að lesa hann, einnig fjölskyldu og vinum. Í bæklingnum er fræðsla um krabbameinið, rannsóknir sem gæti þurft að framkvæma til nánari greiningar og þau meðferðarúrræði sem eru í boði.

Það að fá úrskurð um að hafa greinst með krabbamein í blöðruhálskirtil getur verið mikið áfall. Fæstir karlar hafa kynnt sér fyrirfram hvað greining á krabbameininu hefur í för með sér. Þessi niðurstaða leiðir til mikillar óvissu um framtíðina, bæði fyrir þann sem greinist og aðstandendur hans. Meðferðarúrræði eru mörg, öll með kostum og göllum, og geta haft margvíslegar afleiðingar fyrir einstaklinginn. Mikill kvíði sest að flestum sem greinast. Besta ráðið til þess að draga úr þessum kvíða er að leita upplýsinga um eðli sjúkdómsins og meðferðarmöguleika. Við greiningu hefst upplýsingaöflun bæði með viðtölum við lækna og með efnisleit í bókum, greinum og á veraldarvefnum.

Þetta fræðsluefni er ætlað þeim sem nýlega hafa greinst með krabbamein í blöðruhálskirtli. Það ætti einnig að geta orðið maka, fjölskyldu og vinum að gagni. Í efninu er útskýrt hvað krabbamein í blöðruhálskirtli er, hvaða greiningaraðferðir eru mögulegar og hvaða meðferðarúrræði eru í boði. Lesandi getur notað fræðsluefnið til persónulegrar leiðsagnar og einnig sem grunn að frekari upplýsingaöflun bæði í viðtölum við lækna og leit á veraldarvefnum. Skyggðu síðurnar aftast eru ætlaðar til þess að skrifa niður upplýsingar um þá aðila sem koma að meðferðinni og annað gagnlegt. Einnig er að finna upplýsingar um frekari stuðning sem getur hjálpað þeim sem greinast til þess að takast á við sjúkdóminn og aukaverkanir. Ekki er víst að allt sem fram kemur í fræðsluefninu eigi við í þínu tilfalli. Lesanda er bent á frekari upplýsingar um stuðning og umönnun sem er í boði hjá Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins, lækni eða hjúkrunarfræðingi.

Fræðsluefnið er í meginatriðum þýðing á ritinu Prostate cancer: A guide for men who've just been diagnosed sem gefið var út af samtökunum Prostate Cancer UK, (<http://prostatecanceruk.org>). Þau hafa það að markmiði að hjálpa mönnum að takast á við greiningu á krabbameini í blöðruhálskirtli og njóta betri lífsgæða eftir greininguna. Bresku samtökin gáfu Krabbameinsfélaginu góðfúslegt leyfi til að þýða og staðfæra ritið fyrir íslenskar aðstæður og létu í té teikningar sem birtast í ritinu, án endurgjalds.

Frumkvæðið að íslenskri þýðingu þessa fræðsluefnis hafði stuðningshópurinn Frískir menn. Sá hópur ásamt Góðum hálsnum, stuðningshópi karla með krabbamein í blöðruhálskirtli, stóðu að útgáfunni með aðstoð frá Krabbameinsfélagi Reykjavíkur og Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins. Velunnarasjóður Krabbameinsfélags Íslands styrkti útgáfuna. Fræðsluefnið verður fyrst um sinn eingöngu á netinu.

Upprunaleg útgáfa þessa fræðsluefnis var unnin af upplýsingahópi Prostate Cancer UK, ýmsum sérfræðingum, sjálfboðaliðum frá samtökunum og sérfræðingum í hjúkrun sem störfuðu innan Prostate Cancer UK.

Íslensku þýðinguna annaðist Þórunn M. Lárusdóttir hjúkrunarfræðingur og yfirlestur þýðingar og aðlögun að íslenskum aðstæðum önnuðust þvagfærasérfræðingur og hjúkrunarfræðingar á þvagfæraskurðdeild og göngudeild krabbameina á Landspítalanum.

Janúar 2017.

Efnisyfirlit

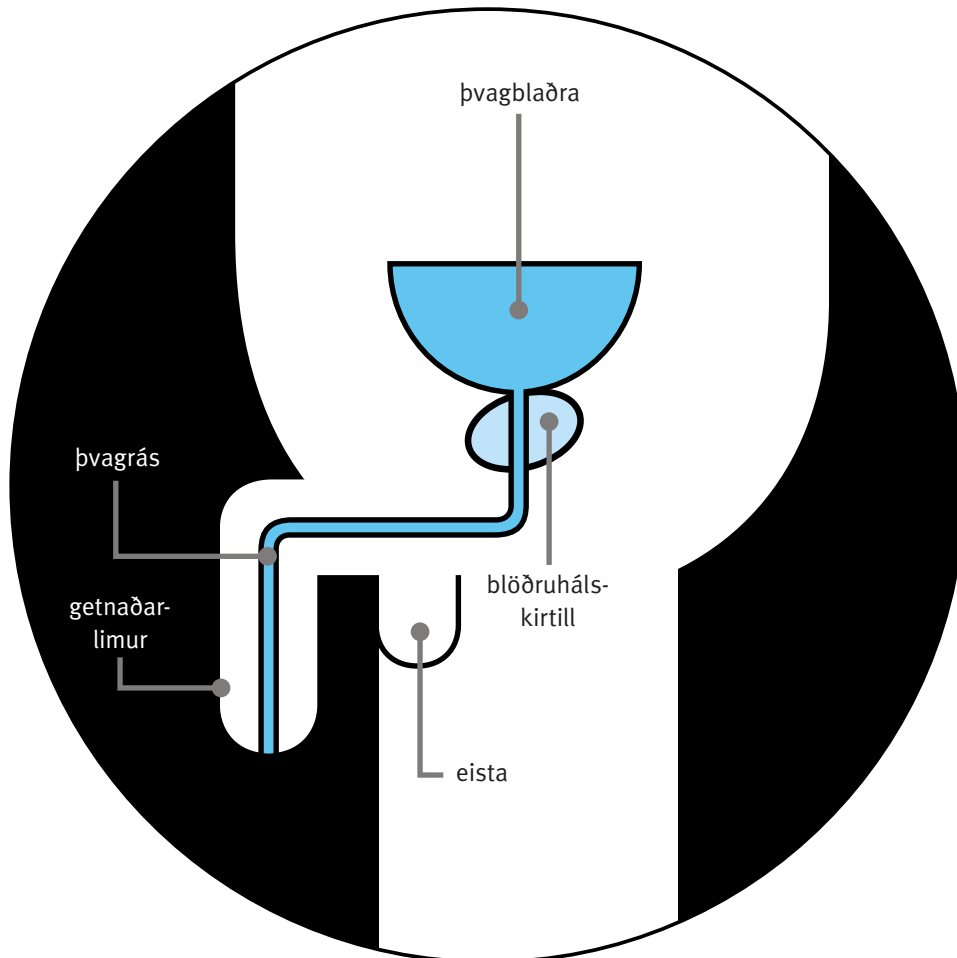
Um fræðsluefnið	2
Hvað er blöðruhálskirtill?	4
Hvað er blöðruhálskirtilskrabbamein?	5
Hvernig er blöðruhálskirtilskrabbamein greint?	6
Hvernig eru rannsóknarniðurstöðurnar túlkaðar?	7
Hverjir eru meðferðarmöguleikarnir í mínu tilfalli?	10
Val á meðferð	11
Hvaða meðferð er í boði?	12
Að lifa með krabbamein í blöðruhálskirtli	16
Hvar get ég leitað hjálpar?	18
Listi yfir læknisfræðileg hugtök	19
Stuðningshópar	23

Síður sem þú getur fyllt út sjálfur

Niðurstöður úr mínum rannsóknum	20
Hverjir eru í þínu meðferðarteymi?	21
Viðtalsdagbók	22

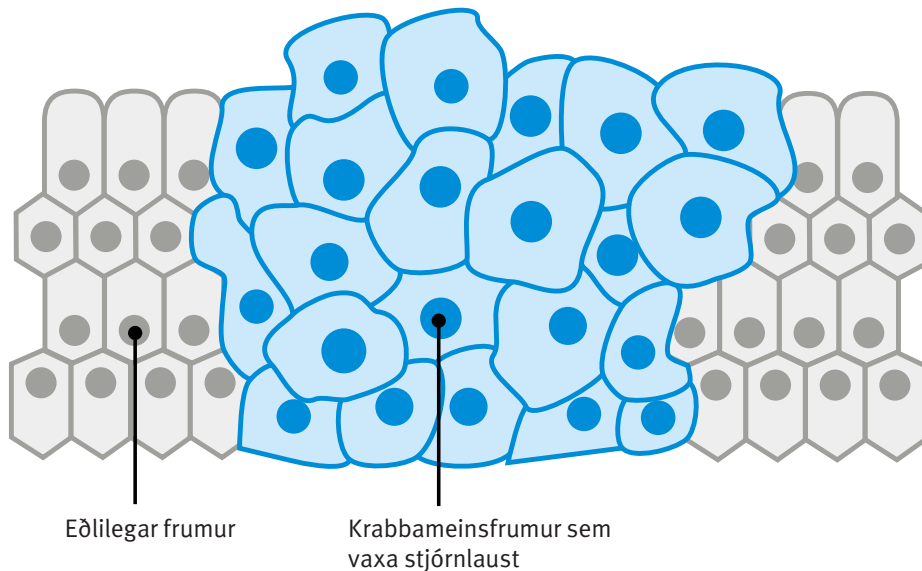
Hvað er blöðruhálskirtill?

Karlmenn eru með blöðruhálskirtil, konur ekki. Eðlilegur blöðruhálskirtill er á stærð við valhnetu og með svípaða lögun. Hann liggur fyrir neðan þvagblöðruna og umlykur þvagrásina, en um hana rennur þvag og sæði. Mikilvægasta hlutverk blöðruhálskirtilsins er að framleiða sæðvökva sem flytur sæðisfrumur.



Hvað er blöðruhálskirtilskrabbamein?

Undir venjulegum kringumstæðum er öllum frumuvexti í líkamanum nákvæmlega stýrt. Þegar frumur deyja eru þær endurnýjaðar á skipulegan hátt. Krabbamein einkennist af því að frumur kirtilsins fara að vaxa og fjölga sér óeðlilega mikið.



Blöðruhálskirtilskrabbamein er algengasta krabbameinið hjá körlum á Íslandi. Árlega greinast að meðaltali um **200** karlar.

Blöðruhálskirtilskrabbamein getur vaxið hægt en stundum hratt. Oftast vex það hægt í upphafi og er einkenna- og óþægindalaust. Sumir karlar fá þó svokallað hááhættukrabbamein (high risk) sem er líkleggra til að dreifa sér og valdi vandræðum. Í þeim tilfellum þarf að meðhöndla krabbameinið til að fyrirbyggja að það dreifi sér út fyrir blöðruhálskirtilinn eða til að seinka dreifingunni.

Sumir karlar fá einkenni frá blöðruhálskirtlinum, t.d. erfiðleika við þvaglát. Aðrir eru einkennalausir þar til krabbameinið hefur dreift sér til beinanna. Einkennin geta þá verið verkir sem ekki voru til staðar áður, í baki, mjöðmum eða mjaðmagrind.

Einn af hverjum átta körlum á Íslandi fær blöðruhálskirtilskrabbamein einhvern tíma á lífsleiðinni.

Eftirfarandi þættir geta haft áhrif á líkurnar á að fá blöðruhálskirtilskrabbamein:

- **Aldur** – eftir fimmtugt aukast líkur karla á að fá blöðruhálskirtilskrabbamein og líkurnar aukast með hækkandi aldri.
- **Fjölskyldusaga** – ef faðir þinn eða bróðir hafa greinst með blöðruhálskirtilskrabbamein eru líkurnar á að þú greinist tvisvar og hálfu sinni meiri en hjá þeim sem ekki eiga ættingja með krabbameinið. Líkurnar aukast enn frekar ef ættingi þinn var yngri en 60 ára þegar hann greindist eða ef fleiri en einn náinn ættingi er með krabbameinið.
- **Kynþáttur** – svartir karlar eru líklegri en aðrir karlar til að fá krabbameinið.
- **Lífsstíll** – ekki er vitað hvernig á að koma í veg fyrir krabbamein í blöðruhálskirtli en heilsusamlegt mataræði og lífni getur haft verndandi áhrif. Nánari upplýsingar undir áhættuþættir: <https://www.krabb.is/fraedsla-forvarnir/krabbamein-a-o/blodruhalskirtilskrabbamein/>

Lestu meira um hættuna á að fá blöðruhálskirtilskrabbamein í bæklingnum okkar: <https://www.krabb.is/media/baeklingar/Blodruhalskritill-2016-HR.pdf>

Hvernig er blöðruhálskirtilskrabbamein greint?

Ýmsar rannsóknir er gerðar til að greina krabbameinið og hér á eftir er farið yfir það. Kannski hefurðu þegar farið í einhverjar af þessum rannsóknum en það gæti þurft að gera fleiri rannsóknir til að meta hvort krabbameinið hefur dreift sér og hversu illkynja það er. Ef til vill ferðu ekki í allar eftirfarandi rannsóknir og ekki endilega í sömu röð og þær eru taldar upp hér.

PSA-mæling

Frumur blöðruhálskirtilsins framleiða eggjahvítuefni sem kallast PSA (prostate specific antigen). PSA er mælanlegt í blóði allra karla. Hækkun á PSA-gildi gefur vísbendingar um að óeðlilegt ástand sé til staðar í kirtlinum, en ekki endilega krabbamein.

Þreifing á blöðruhálskirtli

Læknir framkvæmir þessa rannsókn með því að þreifa kirtlinn frá endaparmsveggnum. Hann notar hanska og setur gel á fingurinn svo þreifingin valdi sem minnstum óþægindum. Með þreifingu má greina hnúta eða óregluleg svæði í kirtlinum og hvort hann er óeðlilega stór.

Sýnataka úr blöðruhálskirtli

Vefjasýni úr blöðruhálskirtli eru tekin til að greina hvort krabbamein sé til staðar. Notaðar eru fínar nálur til að stinga á kirtlinum og ná sýni úr kirtilvefnum.

Læknirinn sem framkvæmir þetta setur gel á ómsjárskanna og kemur honum fyrir í endaparminum. Ómsjárskanninn gefur mynd af blöðruhálskirtlinum og hægt er að skoða hann á skjá. Því næst er nál stungið gegnum endaparmsvegginn inn í kirtlinn og ómsjármyndin notuð til að finna út hvar er best að taka sýnin. Sýnatakan fer fram í staðdeygingu og henni fylgja yfirleitt ekki mikil óþægindi.

Stundum eru vefjasýni tekin með því að stinga nál milli pungs og spangar, framan við endaparmsopið. Slík sýnataka er gerð í svæfingu eða mænudeygingu.

Vefjasýnin eru skoðuð í smásjá til að athuga hvort þar finnist krabbameinsfrumur. Læknirinn sem óskaði eftir sýnatökunni fær sent svo kallað meinafræðisvar með niðurstöðum.

Svarið sýnir:

- hvort krabbameinsfrumur hafi fundist í sýnunum
- í hversu mörgum sýnum þær fundust
- hversu mikið fannst af þeim í hverju sýni.

Þú getur fengið afrit af meinafræðisvarinu hjá þínum lækni sem einnig getur útskýrt fyrir þér niðurstöðuna. Eftirtaldar rannsóknir eru notaðar til að greina hvort krabbameinið hafi dreift sér út fyrir kirtlinn og eru gerðar ef þörf er á.

Segulómun (MRI)

Í segulómun er notað sterkt segulsvið til að fá fram nákvæma mynd af blöðruhálskirtlinum og aðliggjandi vef til að sjá hvort krabbameinið hefur dreift sér eða er vaxið út fyrir ytri mörk kirtilsins.

Tölvusneiðmynd (CT-skann)

Í tölvusneiðmynd er hægt að sjá hvort krabbameinið hefur dreift sér út fyrir kirtlinn, t.d. til eitla. Eitlarnir eru hluti af ónæmiskerfi líkamans og eru dreifðir um líkamann.

Beinaskann

Beinaskann er myndgreiningartækni sem er notuð til að greina hvort krabbameinsfrumur hafa dreift sér til beina í líkamanum. Byrjað er á að sprauta geislavirku litarefni í litlu magni í æð í handleggnum og skannið er síðan framkvæmt tveimur til þremur klukkustundum síðar. Ef krabbamein er til staðar í beinum, lýsir litarefnið upp þau svæði.

Hvernig eru rannsóknarniðurstöður túlkaðar?

Læknirinn skoðar niðurstöður úr öllum rannsóknunum sem þú hefur farið í til að komast að því hvort krabbameinið er staðbundið eða hefur dreift sér og hvort það er hægvoxandi eða hraðvoxandi. Fáðu lækninn til að útskýra niðurstöðurnar þannig að þú skiljir.

PSA-gildi

PSA-gildið eitt og sér segir ekki til um hvort þú sért með krabbamein. Hækkað PSA-gildi sýnir að eitthvað er að í kirtlinum en það er ekki víst að um krabbamein sé að ræða. Nokkrir þættir geta valdið hækkuninni, m.a. aldur og stækkun kirtilsins, auk krabbameins. PSA-gildið hækkar með hækkandi aldri og eftir því sem kirtillinn stækkar. Eftirfarandi tölur eru mjög gróf viðmið fyrir PSA-gildi eftir aldri:

- allt að 3 ng/ml milli 50 og 60 ára
- allt að 4 ng/ml milli 60 og 70 ára
- allt að 5 ng/ml fyrir 70 ára og eldri.

Sumir karlar með eðlilegt PSA-gildi geta haft blöðruhálskirtilskrabbamein. Eftir greiningu eða meðferð er PSA-gildið einnig góð aðferð til að fylgjast með krabbameininu. Reglulegar PSA-mælingar, ásamt öðrum rannsóknum, eru hluti af eftirliti og umönnun.

Gleason-gráða og Gleason-stig

Þú munt væntanlega heyra lækninn tala um Gleason-gráðu og Gleason-stig þegar hann fer yfir niðurstöður úr sýnatökum. Hér að neðan eru nánari útskýringar á þessum hugtökum.

Gleason-gráða

Ef krabbameinsfrumur finnast í sýnum frá þér er þeim gefin Gleason-gráða. Gráðan segir til um hversu illkynja krabbameinið er, þ.e.a.s. hversu miklar líkur eru á því að það vaxi og dreifi sér út fyrir kirtilinn.

Þegar krabbameinsfrumur eru skoðaðar í smásjá hafa þær mismunandi mynstur allt eftir því hversu miklar líkur eru á að þær séu hraðvoxandi. Mynstrin fá gráðu frá einni upp í fimm, svonefnda Gleason-gráðu. Gráðan er yfirleitt talan þrjú eða hærrí þar sem gráða á bilinu einn til tveir telst ekki krabbamein.

Gleason-stig

Eins og áður sagði eru mismunandi gráður í sýnunum sem tekin voru. Heildar Gleason-stig er gefið með því að leggja saman tvær Gleason-gráður.

Í fyrsta lagi er fundin algengasta gráðan í öllum sýnunum. Í öðru lagi er fengin fram hæsta gráðan úr sýnunum. Gleason-stig eru fengið með því að leggja saman algengustu töluna og hæstu töluna. Samanlagðar eru þær nefndar Gleason-stig.

Gleason-stig = algengasta gráðan + hæsta gráðan í sýnunum

Dæmi um niðurstöður úr sýnum:

- flest sýnin innihalda þriðju gráðu frumur og
- hæsta gráða sem finnst eru fjórðu gráðu frumur, þannig að
- Gleason-stigið verður sjö (3 + 4).

Gleason-stig er venjulega sex eða meira vegna þess að gráða eitt og tvö er ekki krabbamein. Þess vegna er Gleason-stigið oftast milli sex (3+3) og tíu (5+5).

Þegar þú færð niðurstöður frá lækni er oftast gefin upp heildarniðurstaðan, Gleason-stig.

Hvaða þýðingu hefur niðurstaðan, Gleason-stigið fyrir mig?

Eftir því sem Gleason-stigið er hærra er krabbameinið alvarlegra og líklegra til að dreifa sér.

- Gleason-stig 6 bendir yfirleitt til hægvoxandi krabbameins
- Gleason-stig 7 bendir til meðalhraða á vexti krabbameins
- Gleason-stig 8, 9 og 10 bendir til hraðari vaxtar krabbameins.

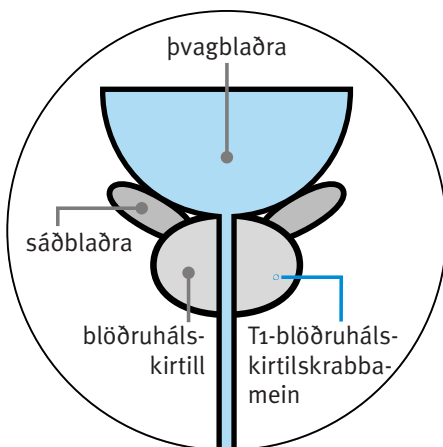
Stigun

Stigun er aðferð til að skrá útbreiðslu krabbameins. Algengasta aðferðin er TNM-aðferðin (Tumour-Nodes-Metastases).

T-stig (tumour = æxli)

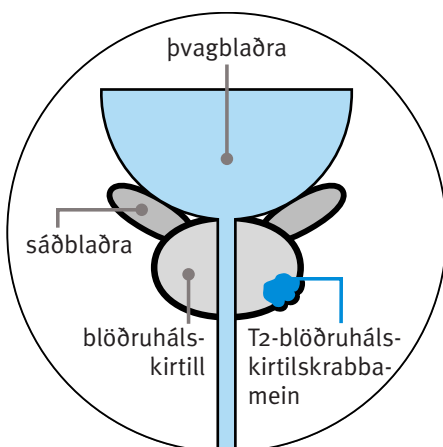
Stigið segir til um dreifingu í blöðruhálskirtlinum og við hann. Þetta er metið með þreifingu á kirtlinum, sjá bls. 6.

Ef til vill er líka farið í segulómun til að staðfesta T-stigið.



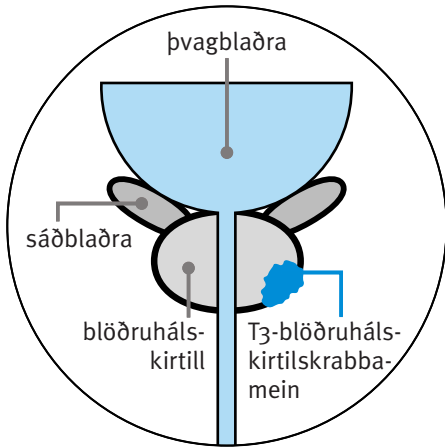
T₁

Ekki er hægt að þreifa krabbameinið eða greina það með skönnun og aðeins er hægt að sjá það í smásjá – **staðbundið blöðruhálskirtilskrabbamein.**



T₂

Hægt er að þreifa krabbameinið eða greina það með skönnun og það vex innan kirtilsins – **staðbundið blöðruhálskirtilskrabbamein.**



T3

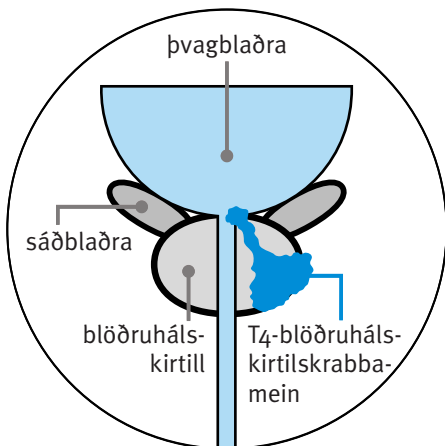
Hægt er að þreifa og greina að krabbameinið hefur brotist í gegnum slímhjúp blöðruhálskirtilsins – **staðbundið blöðruhálskirtilskrabbamein vaxið út fyrir mörk kirtilsins.**

T3a

Krabbameinið hefur vaxið gegnum slímhjúp kirtilsins en hefur ekki vaxið yfir í sáðblöðurnar (sem framleiða hluta sáðvökvans).

T3b

Krabbameinið hefur vaxið yfir í sáðblöðurnar.



T4

Krabbameinið hefur dreift sér til nærliggjandi líffæra, til blöðruhálsins, endaþarmsins, grindarholtsveggisins eða eitla – **staðbundið blöðruhálskirtilskrabbamein vaxið út fyrir mörk kirtilsins.**

N-stig (node = eitill)

N-stigið segir til um hvort krabbameinið hafi dreift sér til nærliggjandi eitla. Eitlarnir eru hluti af ónæmiskerfi líkamans og eru víðs vegar um líkamann. Eitlar í nárinum eru nálægt blöðruhálskirtlinum og algengt að krabbameinið dreifi sér þangað.

N-stigið er rannsakað með því að nota segulómun (MRI) eða tölvusneiðmyndun (CT), **sjá bls. 6.** Þetta stig er rannsakað ef talið er að niðurstaðan muni hafa áhrif á val meðferðar.

NX Engin rannsókn fór fram á eitlum.

No Ekki fannst krabbameinsvöxtur í eitlum.

N1 Krabbameinsvöxtur fannst í eitlum.

M-stig (metastases = meinvarp)

M-stigið segir til um hvort krabbameinið hafi dreift sér víðar um líkamann, til dæmis til beina. Beinaskann er notað til að rannsaka það, **sjá bls. 6.** Þetta stig er ekki rannsakað ef talið er að niðurstaðan muni ekki hafa áhrif á val á meðferð.

MX Dreifing til annarra líffæra hefur ekki verið rannsökuð.

Mo Ekki fannst krabbameinsvöxtur í öðrum líffærum.

M1 Krabbameinsvöxtur fannst í öðrum líffærum.

Þú getur skráð niðurstöður úr þínum rannsóknum á **bls. 20.**

Hverjir eru meðferðarmöguleikarnir í mínu tilfalli?

Læknirinn þinn metur allar niðurstöður rannsókna til að fá heildarmynd af dreifingu (stigun) krabbameinsins og hversu hraðvaxandi það er. Þetta hjálpar þér og læknum að ræða bestu mögulegu meðferð.

Mismunandi meðferðarúrræði eru í boði eftir því hver stigun krabbameinsins er. Ef þú ert með staðbundið krabbamein beinist meðferðin að því að uppræta það, lækna. Ef krabbameinið hefur dreift sér getur meðferð haldið því í skefjum, stundum árum saman.

Lestu meira um meðferðarúrræði á **bls. 12**.

Mismunandi stig blöðruhálskirtilskrabbameins

Staðbundið blöðruhálskirtilskrabbamein

Staðbundið blöðruhálskirtilskrabbamein vex innan kirtilsins. Stundum er það kallað krabbamein á frumstigi (early prostate cancer). Oft vex staðbundið krabbamein það hægt að það veldur ekki vandræðum á lífsleiðinni. En staðbundið krabbamein getur líka vaxið hraðar og dreift sér til annarra líffæra.

Nokkur meðferðarúrræði eru til við staðbundnu blöðruhálskirtilskrabbameini og ekkert eitt þeirra er „best“, hver og ein meðferð hefur kosti og galla. Það mun hjálpa þér að taka ákvörðun ef þú vegur og metur þau meðferðarúrræði sem eru í boði.

Staðbundið blöðruhálskirtilskrabbamein vaxið út fyrir kirtilinn

Staðbundið blöðruhálskirtilskrabbamein er vaxið úr fyrir kirtilinn og/eða hefur dreift sér rétt í nánasta umhverfi. Meinið getur dreift sér til sáðblaðra, blöðruhálsins, endaparms, grindarholtsveggjar eða eitla í nár-um. Meðferðarúrræði í boði fara eftir dreifingu krabbameinsins.

Krabbamein í blöðruhálskirtli með staðfestum meinvörpum

Krabbameinið hefur dreift sér frá kirtlinum til annarra líffæra. Einnig nefnt blöðruhálskirtilskrabbamein með meinvörpum. Það getur dreift sér um allan líkamann en algengast er að það dreifi sér til beina og eitla.

Einkennin sem þessu geta fylgt eru verkir í beinum og erfiðleikar við þvaglát. Það eru til meðferðarúrræði til að ráða við einkennin.

Ekki er hægt að lækna blöðruhálskirtilskrabbamein með staðfestum meinvörpum en það er hægt að halda því niðri, stundum árum saman.

Val á meðferð

Læknirinn þinn fer yfir þau meðferðarúrræði sem eru í boði svo þú hafir allar upplýsingar á borðinu þegar kemur að því að velja rétta meðferð fyrir þig. Á næstu blaðsíðum er samantekt um mismunandi meðferðarúrræði. Sum úrræðin henta ef til vill ekki í þínu tilfalli, fáðu upplýsingar frá þínum lækni til að átta þig á hvað á við í þínu tilfalli.

Hvað hefur áhrif á val á meðferð?

Nokkur atriði hafa áhrif á hvaða meðferð verður fyrir valinu:

- dreifing krabbameinsins (stigun) og hversu hraðvaxandi það er
- aldur og almennt heilsufar – t.d. hvort þú ert með aðra sjúkdóma, svo sem hjartasjúkdóm
- hvað mismunandi meðferðir hafa í för með sér
- mögulegar aukaverkanir meðferðar
- kostir og gallar meðferðar, þar á meðal praktísk atriði eins og hversu oft þú þarft að fara á sjúkrahús eða hversu langt er að fara á sjúkrahús
- þín eigin afstaða og tilfinningar til mismunandi meðferðarúrræða, til dæmis vilja sumir láta fjarlægja blöðruhálskirtilinn en aðrir geta ekki hugsað sér að fara í skurðaðgerð
- hvernig meðferðin, sem valin er í upphafi, hefur áhrif á meðferðarúrræði á síðari stigum ef krabbameinið tekur sig upp aftur eða dreifir sér.

Sérhver meðferð hefur aukaverkanir. Þær eru einstaklingsbundnar og ekki víst að þú fái allar hugsanlegar aukaverkanir. Áður en meðferð er ákveðin er mikilvægt að þú gerir þér grein fyrir hverjar hugsanlegar aukaverkanir eru og hvernig þú myndir takast á við þær. Í þessari samantekt eru upplýsingar um mismunandi aukaverkanir mismunandi meðferða.

Meðferðin sem valin er í upphafi getur haft áhrif á meðferðarmöguleika í framtíðinni ef þú þarft hugsanlega áframhaldandi meðferð. Til dæmis er ekki alltaf hægt að fara í skurðaðgerð ef þú hefur þegar fengið geislameðferð. Lestu meira um hverja meðferð aftur í þessum bæklingi og ræddu málin við lækni og hjúkrunarfræðing.

Það getur verið erfitt að skilja og gera sér grein fyrir mismunandi meðferðarúrræðum, sérstaklega þegar þú ert nýbúinn að fá greininguna. Gakktu úr skugga um að þú fái allar upplýsingar sem þú þarft og gefðu þér tíma til að átta þig á hvað hugnast þér best. Læknir þinn hjálpar þér að vega og meta kosti og galla hverrar meðferðar.

Gott er að skrifa niður spurningar sem þú vilt fá svör við áður en þú ferð í viðtal og hafa einhvern með þér í viðtalið sem skrifar niður og hjálpar þér að muna hvað fór fram.

Hvaða meðferð er í boði?

Eftirfarandi upplýsingar eru um meðferðarúrræði fyrir karla sem eru nýgreindir með blöðruhálskirtilskrabbamein. Körlum, sem hafa haft krabbamein í einhvern tíma, bjóðast hugsanlega önnur samsett meðferðarúrræði. Ræddu við lækni um meðferðina sem hentar þér.

<https://www.krabb.is/fraedsla-forvarnir/krabbamein-a-o/blodruhalskirtilskrabbamein/>

Meðferðarúrræði

Staðbundið blöðruhálskirtilskrabbamein

- skurðaðgerð (brottnám blöðruhálskirtils = radical prostatectomy)
- ytri geislameðferð
- innri geislameðferð (brachytherapy, geislavirkum kornum er komið fyrir í kirtlinum, annað hvort varanlega eða tímabundið)
- virkt eftirlit (active surveillance)
- vöktuð bið (watchful waiting)

Staðbundið blöðruhálskirtilskrabbamein vaxið út fyrir kirtilinn

- ytri geislameðferð með hormónahvarfsmeðferð (og stundum með skammvinnri innri geislameðferð)
- hormónahvarfsmeðferð
- skurðaðgerð (brottnám blöðruhálskirtils)

Krabbamein í blöðruhálskirtli með staðfestum meinvörpum

- hormónahvarfsmeðferð
- lyfjameðferð
- verkjalyfjameðferð til að meðhöndla verki
- geislameðferð til að draga úr einkennum
- lyfjameðferð (bisphosphonates) til að meðhöndla verki vegna meinvarpa í beinum

Skurðaðgerð (brottnám blöðruhálskirtils)

Skurðaðgerð í þeim tilgangi að fjarlægja blöðruhálskirtilinn og krabbameinið sem þar er. Til eru nokkrar tegundir skurðaðgerðar:

- opin skurðaðgerð – skurður frá nafla að lífbeini
- kviðsjáraðgerð með aðgerðarþjarki – skurðaðgerð þar sem gerð eru nokkur lítil göt á kviðinn

Skurðaðgerð hentar aðeins þeim körlum sem eru með staðbundið blöðruhálskirtilskrabbamein. Ef krabbameinið er alvarlegra (hærri Gleason-gráða og hærra PSA-gildi) eru eitlarnir sem liggja nálægt blöðruhálskirtlinum oft skornir burtu líka.

Skurðaðgerð getur komið til greina ef krabbameinið er vaxið út fyrir kirtilinn. Þá er ekki víst að hægt sé að fjarlægja allt krabbameinið og því getur verið þörf á frekari meðferð eftir aðgerðina, til dæmis geislameðferð.

Meðferðarkostir eftir skurðaðgerð, ef krabbameinið vex út fyrir kirtilinn, eru geislameðferð og/eða hormónahvarfsmeðferð.

Flestir karlar fá aukaverkanir eftir skurðaðgerð. Algengustu aukaverkanir eru þvagleki og rístruflanir, bæði við að fá ris og halda risi (erectile dysfunction). Aukaverkanir geta lagast með tímanum og ýmis meðferðarúrræði eru í boði.

Blöðruhálskirtillinn og sáðblöðurnar eru fjarlægðar í aðgerðinni. Afleiðingarnar eru ófrjósemi og þú færð ekki sáðlát þótt þú fái fullnægingu.

Ef þú hefur áform um að eignast börn eftir aðgerðina er hægt að frysta sæði áður en aðgerð fer fram og beita glasafrjövgun.

Ytri geislameðferð

Háorkuröntgeislar, frá geislagjafa sem er fyrir utan líkamann, eru notaðir til að eyðileggja krabbameinsfrumur. Meðferðin hentar þeim sem eru með staðbundið krabbamein og sumum sem hafa krabbamein sem hefur vaxið út fyrir kirtilinn. Stundum er beitt hormónahvarfsmeðferð samhliða geislameðferð.

Ef þú hefur fengið ytri geislameðferð í upphafi og krabbameinið tekur sig upp aftur eða hefur dreift sér eru meðferðarmöguleikar hormónahvarfsmeðferð, Skurðaðgerð á eftir geislameðferð er mjög erfið og ekki alltaf í boði, vegna þess að eftir geislun verða ákveðnar breytingar á blöðruhálskirtilsvefnum sem gerir það að verkum að mjög erfitt er að fjarlægja hann.

Sumir karlar fá aukaverkanir af ytri geislameðferð. Þær geta verið tíð þvaglát og erfiðleikar við þvaglát, breytingar á hægðamynstri eins og tíðari hægðalosun og lausari hægðir, stundum niðurgangur, rístruflanir og þreyta (fatigue). Aukaverkanirnar koma fram á meðferðartímabilinu og lagast yfirleitt með tímanum. En stundum vara þær í langan tíma eftir að geislameðferð lýkur og koma jafnvel síðar, jafnvel mörgum árum seinna. Ýmis meðferðarúrræði standa til boða til að takast á við aukaverkanirnar.

Innri geislameðferð (brachytherapy)

Geislavirkum gjafa er komið fyrir inni í blöðruhálskirtlinum til að eyðileggja krabbameinsfrumur. Til er tvær tegundir af þessari meðferð, háskammta innri geislun og lágskammta innri geislun.

- Lágskammta innri geislun er einnig nefnd langtíma innri geislun. Litlum geislavirkum kornum er komið fyrir í kirtlinum og þau skilin þar eftir. Meðferðin er notuð við staðbundið langt gengið blöðruhálskirtilskrabbamein.
- Háskammta innri geislun er einnig nefnd skammvinn innri geislun. Geislavirkum kornum er komið fyrir í kirtlinum nokkrar mínútur í einu og síðan eru þau fjarlægð. Þessi meðferð er ekki eins algeng og er notuð til að meðhöndla staðbundið blöðruhálskirtilskrabbamein og stundum staðbundið krabbamein sem vaxið er út fyrir kirtilinn.

Innri geislameðferð er hægt að nota með ytri geislameðferð í þeim tilgangi að gefa öllum kirtlinum og svæðinu næst honum hærrí geislaskammt en ella.

Hugsanlega er gefin hormónahvarfsmeðferð í nokkra mánuði áður en innri geislameðferð hefst í þeim tilgangi að draga kirtilinn saman.

Hafir þú upphaflega verið meðhöndlaður með innri geislameðferð og þú greinist síðan aftur með krabbamein eða það hefur dreift sér geta meðferðarúrræði verið hormónahvarfsmeðferð eða skurðaðgerð.

Sumir karlar fá aukaverkanir eftir innri geislun eins og erfiðleika við þvaglát, rístruflanir og þreytu (fatigue). Þeir sem fá lágskammta innri geislun geta fengið breytingar á hægðamynstri, einkennin eru þó oftast væg. Erfiðleikar við þvaglát lagast oft eftir nokkra mánuði. Rístruflanir byrja oft ekki strax eftir meðferð en geta verið til staðar í nokkur ár. Meðferðarúrræði eru í boði til að takast á við aukaverkanirnar.

Virkt eftirlit (active surveillance)

Virkt eftirlit er ein leið til að fylgjast með hægvoxandi krabbameini. Markmiðið er að forðast eða seinka ónauðsynlegri meðferð hjá körlum með hægvoxandi staðbundið krabbamein og forðast þar með, eða seinka, aukaverkunum meðferðar.

Virkt eftirlit felur í sér reglubundnar rannsóknir frekar en að grípa strax til meðferðar. Með rannsóknum er verið að fylgjast með hugsanlegum breytingum sem benda til þess að krabbameinið sé að vaxa. Ef það reynist svo er metið hvort gerð er skurðaðgerð, ytri eða innri geislameðferð hafin, allt í þeim tilgangi að lækna krabbameinið.

Vöktuð bið (watchful waiting)

Vöktuð bið er önnur nálgun við að fylgjast með blöðruhálskirtilskrabbameini sem gefur engin einkenni og veldur engum óþægindum. Markmiðið er að fylgjast með krabbameininu yfir lengri tíma. Engin meðferð er gefin nema þú fáiir einkenni, t.d. erfiðleika við þvaglát eða verki í beinum. Ef einkennin koma fram er hafin hormónahvarfsmeðferð (**sjá hér að neðan**) í þeim tilgangi að ráða við einkennin. Karlar í vaktaðri bið fara í færri rannsóknir en karlar í virku eftirliti.

Almennt hentar þetta körlum með önnur heilsufarsvandamál auk blöðruhálskirtilskrabbameinsins og körlum sem eru ekki nógu vel á sig komnir til að gangast undir skurðaðgerð eða geislameðferð. Einnig getur þetta átt við ef líkur eru á því að krabbameinið muni ekki valda óþægindum meðan þú lifir eða stytta líf þitt.

Ef þér er boðið virkt eftirlit eða vöktuð bið gakkstu þá skugga um hvorn kostinn lækningurinn er að kynna fyrir þér. Það er þó nokkur munur á þessu tvennu. Hugtökun er ekki alltaf notuð á sama hátt og sumir lækningar nota önnur hugtök eins og „reglubundið eftirlit“ og „bíða og sjá“. Farðu fram á að fá nákvæmar útskýringar á hvað lækningurinn á við.

Hormónahvarfsmeðferð

Blöðruhálskirtilskrabbamein getur vaxið ef karlhormónið testósterón er til staðar. Hormónahvarfsmeðferð er gefin til að stöðva testósterón-áhrifin á krabbameinsfrumurnar. Meðferðin hefur áhrif á allar blöðruhálskirtilskrabbameinsfrumur hvar sem þær eru í líkamanum. Hormónahvarfsmeðferð lækna ekki blöðruhálskirtilskrabbamein en heldur því í skefjum, stundum árum saman.

Hormónahvarfsmeðferð er oft gefin samhliða ytri geislameðferð þegar um staðbundið blöðruhálskirtilskrabbamein er að ræða. Það er einnig hefðbundin meðferð við langt gengnu blöðruhálskirtilskrabbameini.

Hormónahvarfsmeðferð getur verið þrenns konar:

- sprautur til að stöðva testósterónframleiðslu líkamans
- skurðaðgerð til að fjarlægja eistun sem framleiða testósterón
- töflur sem stöðva áhrif testósteróns

Hormónahvarfsmeðferðin veldur aukaverkunum þegar magn testósteróns minnkar í líkamanum.

Þær geta verið:

- hitakófi
- minnkuð kynlöngun og risvandamál
- þreyta
- þroti og eymsli í geirvörtum
- þyngdaraukning

Líkurnar á aukaverkunum fara eftir tegund og lengd meðferðar. Til eru leiðir til að takast á við þær.

Meðferð sem miðar að því að halda blöðruhálskirtilskrabbameini, sem hefur dreift sér út fyrir kirtilinn, í skefjum

Hormónahvarfsmeðferð er fyrsta val í slíkum aðstæðum. Til lengri tíma litið minnka áhrif hennar en það eru önnur meðferðarúrræði í boði sem geta hjálpað við að halda krabbameininu í skefjum og lengja lífið.

- Krabbameinslyfjameðferð, þá eru gefin lyf sem ráðast á krabbameinsfrumur. Þau uppræta ekki krabbameinið en markmiðið er að hægja á vexti þess og minnka æxli. Einnig geta lyfin seinka einkennum eða dregið úr þeim.
- Abiraterone (Zytiga®) er ný tegund hormónahvarfsmeðferðar. Hún hentar körlum með útbreitt blöðruhálskirtilskrabbamein þegar þeir svara ekki lengur öðrum tegundum hormónahvarfsmeðferðar.
- Enzalutamide (Xtandi®) er ný tegund hormónahvarfsmeðferðar. Hún hentar körlum sem svara ekki lengur öðrum tegundum hormónahvarfsmeðferðar og/ eða lyfjameðferð.

Einkenameðferð við krabbameini í blöðruhálskirtli með staðfestum meinvörpum

Ef þú ert með útbreitt blöðruhálskirtilskrabbamein og ert með einkenni, t.d. verki í beinum, þá eru meðferðarúrræði í boði.

- verkjastillandi lyf geta slegið á verki
- geislameðferð getur minnkað einkenni. Þá er notast við lága heildarskammta til að hægja á krabbameinsvexti og draga með því úr einkennum
- ákveðin lyf (bisphosphonates) eru notuð til að meðhöndla krabbamein í beinum og geta þannig minnkað verki.

Klínískar rannsóknir

Klínísk rannsókn er ein tegund rannsókna í læknisfræði. Markmið klínískra rannsókna er að finna nýjar og betri leiðir til að fyrirbyggja, greina og meðhöndla sjúkdóma og halda þeim í skefjum. Þú getur spurt lækni þinn hvort einhverjar rannsóknir séu gangi sem standi þér til boða að taka þátt í.

Að lifa með krabbamein í blöðruhálskirtli

Að greinast getur valdið ótta, áhyggjum, streitu og jafnvel reiði. Þér finnst þú ef til vill varnarlaus. Hins vegar segja sumir karlar að greiningin breyti afstöðu þeirra til lífsins.

Áhyggjur varðandi framtíðina gera vart við sig og hvaða áhrif krabbameinið muni hafa á líf þitt og þinna nánustu. Það getur verið erfitt og streituvaldandi að taka ákvörðun um meðferð.

Margir karlar með blöðruhálskirtilskrabbamein kannast við að hafa gengið í gegnum hugsanir og tilfinningar af þessum toga. En það er engin ein „rétt“ uppskrift að líðan til og hver og einn bregst við með sínum hætti.

Þú getur gert ýmislegt til að hjálpa þér að takast á við þetta og það er hjálp að fá. Fjölskyldan á ef til vill erfitt líka og hún gæti þurft stuðning. Það getur verið gott fyrir fjölskyldumeðlimi að lesa þennan hluta bæklingins.

Margir karlar hafa áhyggjur af því hvernig þeir eiga að segja fjölskyldu og vinum frá því að þeir hafi fengið krabbamein. Ráðgjafarþjónusta Krabbameinsfélagsins getur leiðbeint þér varðandi slík samtöl. Í fræðsluriti Krabbameinsfélagsins, „Mamma, pabbi hvað er að?“ eru upplýsingar um hvernig hægt er að ræða við börnin.

<https://www.krabb.is/media/baeklingar/200mammapabbihvaderad.pdf>

<https://www.krabb.is/radgjof-studningur/studningur/fyrir-adstandendur/>

Er ég að deyja?

Það er eðlilegt að velta dauðanum fyrir sér ef þú ert nýbúinn að fá krabbameinsgreiningu. Blöðruhálskirtilskrabbamein er oftast hægvoxandi og sumir karlar eru einkennalausir og lausir við óþægindi vegna krabbameinsins það sem eftir er ævinnar. Greiningin þarf því ekki að þýða að þú deyrir úr þessum sjúkdómi. Sjá vefsíðu Krabbameinsskrárinna: <http://www.krabbameinsskra.is/?icd=C61>

Árangursrík meðferðarúrræði við blöðruhálskirtilskrabbameini geta læknað meinið alveg. Ef þú reynist vera með útbreitt krabbamein er hægt að halda sjúkdómnum niðri, stundum árum saman.

Margir samverkandi þættir hafa áhrif á lífslíkur þínar. Læknir getur ekki sagt þér nákvæmlega hversu lengi þú lifir en hægt er að meta lífslíkur þínar eftir því á hvaða stigi krabbameinið er og hversu hratt það vex. Aldur þinn, almennt heilsufar og aðrir heilsufarsþættir hafa einnig áhrif á lífslíkur þínar. Ræddu þetta allt við lækni.

Hafi þér verið gerð grein fyrir því að lífslíkur þínar séu takmarkaðar getur verið mjög erfitt að horfast í augu við það. Það eru ýmsar leiðir til að fá stuðning í þessum aðstæðum ([sjá hér á eftir](#)).

Hvernig get ég hjálpað mér sjálfur?

- fáðu upplýsingar um hvaða meðferð stendur þér til boða svo þú vitir við hverju er að búast
- fáðu upplýsingar um aukaverkanir meðferðar og hvernig þú getur tekist á við þær svo þú vitir hverju við er að búast
- vertu eins virkur og þú treystir þér til. Líkamleg áreynsla getur bætt andlega líðan
- hugsaðu um hvað þú borðar og drekkur. Sumir karlar ráða betur við líðanina ef þeir einbeita sér að hollu mataræði
- losaðu þig við hugsanir sem þú situr stöðugt inni með, finndu einhvern sem þú getur talað við. Þetta getur verið einhver nákominn þér eða einhver annar sem kann að hlusta, t.d. ráðgjafi, sálfræðingur eða heilbrigðisstarfsmaður
- taktu frá tíma fyrir sjálfan þig. Lærðu slökun eða hugleiðslu ef þú getur hugsað þér það, hlustaðu á tónlist eða gerðu öndunaræfingar

- settu þér markmið og settu á dagskrá eitthvað sem þú getur hlað til í nokkrar vikur eða mánuði fram í tímann
- á vefsíðu Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins eru upplýsingar um hvað þú getur gert sjálfur: <https://www.krabb.is/radgjof-studningur/thad-sem-thu-getur-sjalfur-gert/>
- fáðu frekari ráð og leiðbeiningar um hvernig þú hugsar um sjálfan þig frá heilbrigðisstarfsfólki sem kemur að þinni meðferð og hjá Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins.

Sumum körlum gengur vel að dreifa huganum og hrinda frá sér erfiðum hugsunum og tilfinningum. Þeir gera eitthvað sem veitir þeim ánægju, eins og að stunda hvers konar líkamsrækt, horfa á sjónvarp, lesa bók eða hitta vini og félag. En það koma stundir þegar þú þarft að takast á við erfiðar hugsanir og tilfinningar, einkum ef þær standa í vegi fyrir því að þú getir haldið áfram að lifa lífinu.

Meðferðaraðilar

Það getur verið gagnlegt að ræða við hjúkrunarfræðing, sérfræðing, heimilislækni eða einhvern annan sem kemur að þinni meðferð. Þessir aðilar geta hjálpað þér að skilja sjúkdómsgreininguna, meðferðina og hugsanlegar aukaverkanir og komið þér í samband við aðra aðila sem geta hjálpað þér.

Ráðgjafar

Ráðgjafar eru þjálfaðir í að hlusta og geta hjálpað þér að finna svör og þínar eigin leiðir til að takast á við lífið. Margar sjúkrastofnanir eru með ráðgjafa og sálfræðinga í teymisvinnu sem eru sérfræðingar í að hjálpa fólki að lifa með krabbamein. Læknir eða hjúkrunarfræðingur geta gefið þér upplýsingar um hvað er í boði.

Hvar get ég leitað hjálpar?

Mismunandi er hvaða stuðningur er í boði. Heimilislæknir getur vísað þér áfram eða þú getur leitað til sálfræðings sjálfur. Frekari upplýsingar er að finna hjá heilbrigðisstarfsfólki Landspítalans, hjá Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins og hjá Ljósinu.

Stuðningshópar

Tveir stuðningshópar karla með krabbamein í blöðruhálskirtli eru starfandi á vegum Krabbameinsfélagsins. Annars vegar er það hópurinn „Frískir menn“ sem eru karlar í virku eftirliti og „Góðir hálsar“.

Í stuðningshópum hittast karlar og deila reynslu sinni og upplifunum. Þú getur komið með spurningar, talað um það sem veldur þér áhyggjum og veist að þar eru aðrir sem skilja hvað þú ert að ganga í gegnum. Makar, vinir og ættingjar eru einnig velkomnir.

Hjá Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins getur þú komist í samband við hópana og við einstaklinga sem hafa sambærilega reynslu. Fjölskyldumeðlimir geta einnig fengið að ræða við aðstandendur karla sem hafa greinst með blöðruhálskirtliskrabbamein.

Nánari upplýsingar hjá Ráðgjafarþjónustunni í síma 540 1900 eða 800 4040. radgjof@krabb.is, krabb.is

Hjá Ljósinu er starfandi hópur fyrir yngri karla með krabbamein í blöðruhálskirtli.

Nánari upplýsingar hjá Ljósinu í síma 561 3770. ljosid@ljosid.org, ljosid.org

Stuðningsnetið

Kraftur, eitt af aðildarfélögum Krabbameinsfélagsins, býður upp á jafningjastuðning. Þeir sem veita stuðninginn eru einstaklingar með krabbamein eða aðstandendur. Þeir hafa allir lokið stuðningsfulltrúa-námskeiði hjá sálfræðingi Krafts.

Þér stendur til boða að ræða við einhvern sem hefur verið í sömu sporum og þú og skilur hvað þú ert að ganga í gegnum. Viðkomandi hlustar á þig og deilir með þér reynslu sinni. Þú getur rætt við hann um meðferðarúrræði, aukaverkanir og hvernig þú ræðir við aðra um krabbameinið, það sem er mikilvægast fyrir þig að ræða.

Nánari upplýsingar hjá Krafti í síma 866 9600 og á vefslóðinni

<https://www.krabb.is/starfsemi/studningshopar/kraftur/kraftur>

Praktískar upplýsingar

Ef þú þarft að fá upplýsingar um rétt þinn innan sjúkratryggingakerfisins eða varðandi veikindarétt getur þú lesið um það hér: <https://www.krabb.is/radgjof-studningur/rettindamal/>

Nánari upplýsingar hjá Ráðgjafarþjónustunni í síma 540 1900 eða 800 4040.

radgjof@krabb.is, krabb.is

Hér á eftir er að finna úrskýringar á hugtökum sem þú gætir heyrt eða lesið um varðandi krabbamein í blöðruhálskirtli.

Listi yfir læknisfræðileg hugtök

Gleason-gráða

Krabbameinsfrumum sem finnast í vefjasýnum frá blöðruhálskirtli er gefin Gleason-gráða. Gráðan segir til um líkurnar á að krabbameinið vaxi og dreifi sér út fyrir kirtlinn. Þegar krabbameinsfrumur eru skoðaðar í smásjá hafa þær mismunandi mynstur. Mynstrunum er gefin gráða frá 1 upp í 5. Þau eru nefnd Gleason-gráða (sjá bls. 7).

Gleason-stig

Fleiri en ein Gleason-gráða getur fundist vefjasýnum. Heildar Gleason-stig eru fundin út með því að leggja saman tvær Gleason-gráður. Önnur talan er algengasta gráðan í öllum sýnunum. Hin talan er hæsta gráðan í þeim mynstrum sem eftir eru í öllum sýnunum. Þegar algengasta gráðan og hæsta gráðan eru lagðar saman fæst Gleason-stigið (sjá bls. 7).

Eitlar

Eitlar eru hluti ónæmiskerfisins og eru dreifðir um líkamann. Eitlarnir í nárunum eru nálægt blöðruhálskirtlinum og það er algengt að krabbameinið dreifi sér þangað. Kirtill er samheiti yfir eitil.

Meinvörp (Metastasis)

Meinvörp eru krabbameinsfrumur sem dreifa sér frá krabbameininu í blöðruhálskirtlinum til annarra líffæra. Þegar krabbamein hefur dreift sér er talað um að það hafi myndað meinvörp.

Krabbameinsfræði (oncology)

Enska orðið oncology stendur fyrir krabbameinsfræði og krabbameinslækningar. Sérhæfð sjúkradeild fyrir krabbameinssjúklinga og krabbameinslækningar nefnist krabbameinslækningadeild.

Mótefnisvaki fyrir blöðruhálskirtil PSA (Prostate Specific Antigen)

PSA er prótín sem er framleitt í blöðruhálskirtlinum. PSA mælist í blóði hjá öllum körlum og það er eðlilegt. Ef PSA-gildið er hækkað sýnir það óeðlilegt ástand í kirtlinum en ekki endilega krabbamein.

Þvagfærafræði (urology) – Þvagfæraskurðlækningar

Þvagfærafræði eða þvagfæralæknisfræði er fræðigrein sem fjallar um eðli, orsakir, greiningu og meðferð sjúkdóma í þvagfærum (sjá læknisorðasafn HÍ). Sérhæfð sjúkradeild fyrir þvagfærasjúkdóma nefnist þvagfæraskurðeild eða þvagfæralækningadeild.

Krabbameinslækningar í þvagfærum (uro-oncology)

Greining og meðferð krabbameina í þvagfærum, þ.m.t. í blöðruhálskirtli.

Niðurstöður úr mínum rannsóknum

Hér getur þú skráð niðurstöður rannsókna og tímabókanir í samráði við lækni og hjúkrunarfræðing:

PSA-mæling við greiningu:

Fjöldi vefjasýna sem var tekinn: ____

Krabbamein fannst í ____ mörgum sýnum:

Glesaon–stig: ____

T-stigun við greiningu: ____

N-stigun við greiningu (ef mælt): ____

M-stigun við greiningu (ef mælt): ____

Dagsetning á segulómun (ef þörf er á): _____

Niðurstöður úr segulómun: _____

Dagsetning á tölvusneiðmynd (ef þörf er á): _____

Niðurstöður úr tölvusneiðmynd: _____

Dagsetning á beinaskanni (ef þörf er á): _____

Niðurstöður úr beinaskanni: _____

Krabbameinið er: (krossaðu þar sem við á):

- staðbundið – vex innan kirtilsins
- staðbundið vaxið út fyrir kirtilinn – vaxið gegnum slímhúðina sem umlykur kirtilinn eða hefur dreift sér til svæðisins sem er næst honum
- krabbamein í blöðruhálskirtlinum með staðfestum meinvörpum – hefur dreift sér til annarra líffæra

Meðferðaráætlun:

Viðtöl framundan eru við (krossaðu þar sem við á):

- þvaggfærasérfræðing
- krabbameinslækni
- annan aðila

Þú getur skráð upplýsingar um fyrirhuguð viðtöl á **bls. 22**.

Hafðu samband við lækni þinn og/eða hjúkrunarfræðing eftir þörfum ef þú ert með spurningar eða vangaveltur. Þú getur líka haft samband við við Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins í síma 540 1900 eða 800 4040 eða með tölvupósti á radgjof@krabb.is.

Hverjir eru í þínu meðferðarteymi?

Hér getur þú skráð nöfn og samskipti við þá heilbrigðisstarfsmenn sem koma að þinni meðferð. Þú heyrir ef til vill rætt um þessa aðila sem þverfaglegt teymi.

Innan teymisins er rætt um þitt sjúkdómstílfelli og fengin niðurstaða um meðferðarúrræði sem henta þér. Þú hittir suma í teyminu þegar þú byrjar í meðferð og kemur í eftirlit.

Þvagfærasérfræðingurinn minn:

Hann er sérfræðingur í þvag- og æxlunarfærum. Þessi aðili er skurðlæknir.

Nafn: _____

Starfsheiti: _____

Sími: _____

Minnispunktur: _____

Krabbameinslæknirinn minn:

Hann er sérfræðingur í krabbameinsmeðferð, til dæmis í geislalækningum. Hann er ekki skurðlæknir.

Nafn: _____

Starfsheiti: _____

Sími: _____

Minnispunktur: _____

Aðrir heilbrigðisstarfsmenn:

Hér getur þú skráð samskipti við aðra heilbrigðisstarfsmenn

Heimilislæknir: _____

Hjúkrunarfræðingur: _____

Aðrir heilbrigðisstarfsmenn: _____

Hjúkrunarfræðingurinn minn: _____

Stuðningshópurinn minn:

Fáðu upplýsingar um stuðningshóp hjá þvagfæraskurðeild Landspítalans eða hjá Ráðgjafarþjónustunni í síma 540 1900 eða 800 4040 eða með tölvupósti á radgjof@krabb.is.

„Þegar ég greindist fannst mér mjög gott að fylla út praktísk atriði varðandi greininguna. Þetta hjálpaði mér einnig að spyrja réttu spurninganna.“

Persónuleg reynsla

Viðtalsdagbók

Hér getur þú haldið dagbók fyrir og eftir viðtöl. Það hjálpar þér að halda utan um þau og fá sem mest út úr þeim. Þú getur ljósritað þessa síðu svo þú eigir nógu mörg eintök fyrir viðtöl í framtíðinni.

Þeir sem koma í lyfja- eða geislameðferð geta fengið afhenta dagbók á deildinni. Þar eru skriflegar upplýsingar um þjónustu deildarinnar, um meðferðina, hugsanlegar aukaverkanir og ýmis úrræði.

Dagsetning viðtals: _____

Minnisatriði fyrir viðtalið - sjá sjúklingaráðin 10 frá frá Landspítalanum:
(<http://www.landspitali.is/sjuklingar-adstandendur/a-leid-a-sjukrahusid/sjuklingaradin-tiu/>)

Hvernig hefur mér liðið líkamlega (t.d. aukaverkanir meðferðar) og andlega?

Spurningar og áhyggjuefni

Minnisatriði í viðtalinu og eftir viðtalið:

Svör við spurningum og áhyggjuefnum:

Ráð frá lækni eða hjúkrunarfræðingi:

PSA-gildi

Dagsetning og tími næsta viðtals: _____

Frekari upplýsingar frá okkur:

Stuðningshópar

Á vegum Krabbameinsfélagsins starfa ellefu stuðningshópar krabbameinssjúklinga og aðstandenda. Þeir bjóða meðal annars upp á jafningjafræðslu.

Stuðningshópar Krabbameinsfélagsins hafa aðstöðu hjá Ráðgjafarþjónustunni að Skógarhlíð 8. Einnig eru stuðningshópar starfandi á landsbyggðinni.

Hóparnir hittast reglulega hjá Ráðgjafarþjónustunni, eru ætlaðir þeim sem eru með eða hafa verið með krabbamein og eru einnig fyrir aðstandendur. Í hópunum er boðið upp á jafningjafræðslu og jafningjastuðning.

Rannsóknir sýna að þeim sem taka þátt í stuðningshópum líður oft betur og þeir upplifa aukin lífsgæði. Þeir eru líklegri til að hafa meiri von og eru oft ákveðnari í því að takast á við viðfangsefnið.

Frískir menn

Frískir menn nefnist stuðningshópur fyrir þá sem greinst hafa með blöðruhálskirtilskrabbamein og hafa möguleika á virku eftirliti. Virkt eftirlit felst í því að maður, sem hefur greinst með blöðruhálskirtilskrabbamein og hefur gildi við greiningu sem eru undir tilteknum mörkum, hefur þann valmöguleika að láta fylgjast með sér í stað þess að fara í hefðbundna meðferð þ.e. skurðaðgerð, geislameðferð eða lyfjameðferð. Að auki beitir hann eigin aðferðum til að bæta lífsgæði sín.

Markmiðið með starfsemi stuðningshópsins er að vera upplýsandi um virkt eftirlit og að vera stuðningur fyrir þá sem velja sjálfir að fara þessa leið eftir greiningu á krabbameininu. Markmið hópsins er ekki almenn hvatning til vals á virku eftirliti.

Stuðningshópurinn hittist reglulega og starfar í nánú samstarfi við Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins og hefur tekið þátt í verkefninu „Karlarnir og kúlurnar“ þar sem hópur karla fær tækifæri til að æfa golf-sveifluna og fræðast um gildi jafningjastuðnings.

Stuðningshópurinn var stofnaður 20. mars 2014.

Forsvarsmáður: Þráinn Þorvaldsson, alud@mmedia.is

Vefsíða: www.krabb.is/friskirmenn

Góðir hálsar

Góðir hálsar nefnist stuðningshópur fyrir karla sem hafa greinst með krabbamein í blöðruhálskirtli. Hópurinn starfar undir verndarvæng Krabbameinsfélags Reykjavíkur og hittist reglulega á rabbfundum og fræðslufundum sem haldnir eru fyrsta miðvikudag í hverjum mánuði kl. 17:00 í húsi Krabbameinsfélagsins að Skógarhlíð 8 í Reykjavík. Makar og aðstandendur eru velkomnir á fundina.

Félagar í Góðum hálsnum hafa verið öflugir við að veita stuðning við nýgreinda þegar eftir því hefur verið leitað og er hópurinn í nánú samstarfi við Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins.

Stuðningshópurinn tekur þátt í verkefninu „Karlarnir og kúlurnar“ þar sem hópur karla fær tækifæri til að æfa golfsveifluna og fræðast um gildi jafningjastuðnings.

Stuðningshópurinn var stofnaður 6. desember 2000.

Tengiliður: Skúli Jón Sigurðarson, skulijon@simnet.is

Nánari upplýsingar í síma 540 1928.

Vefsíða: www.krabb.is/godirhalsar