

## Рак грудей

В цьому матеріалі міститься інформація про рак грудей та методи його лікування.

Слова, що підкреслені в тексті, пояснюються в переліку термінів наприкінці. В цьому переліку термінів також зазначено, як ці слова вимовляються англійською мовою.

Якщо у вас виникнуть запитання з приводу цього матеріалу, зверніться до свого лікаря або середнього медперсоналу в лікарні, де ви проходите лікування.

Ви також можете телефонувати до організації Macmillan Cancer Support за безкоштовним номером **0808 808 00 00** 7 днів на тиждень з 8:00 до 20:00. У нас є перекладачі, отже ви зможете розмовляти з нами своєю рідною мовою. Зателефонувавши, скажіть англійською, яка мова вам потрібна.

Додаткова інформація про рак різними мовами розміщена за посиланням: [macmillan.org.uk/translations](http://macmillan.org.uk/translations)

### В цьому матеріалі висвітлюються такі теми:

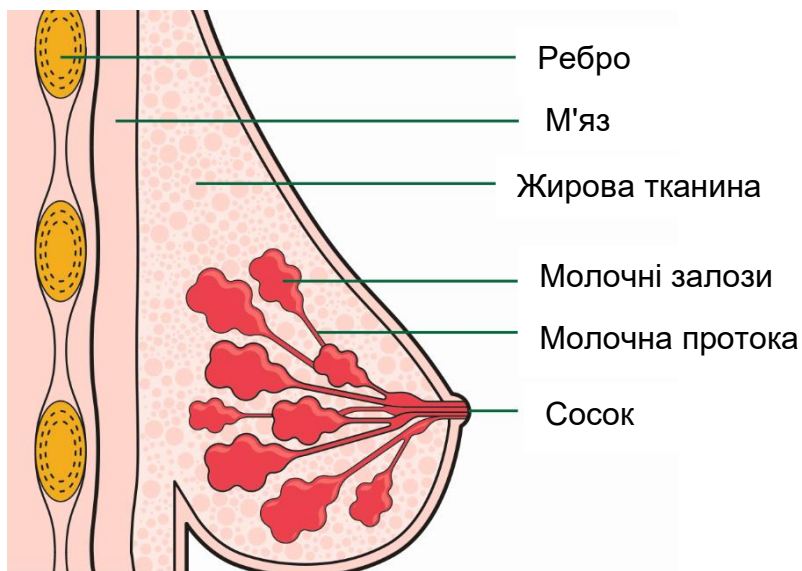
- Молочні залози
- Рак грудей
- Як планується лікування
- Обговорення з лікувальною бригадою
- Ваші запитання про лікування
- Методи лікування раку грудей
- Можливі побічні ефекти лікування
- Інша інформація
- Подальше спостереження
- Як вам отримати відповідну допомогу та підтримку
- Як може допомогти Macmillan
- Перелік термінів
- Додаткова інформація вашою рідною мовою
- Посилання на джерела та слова подяки

## Молочні залози

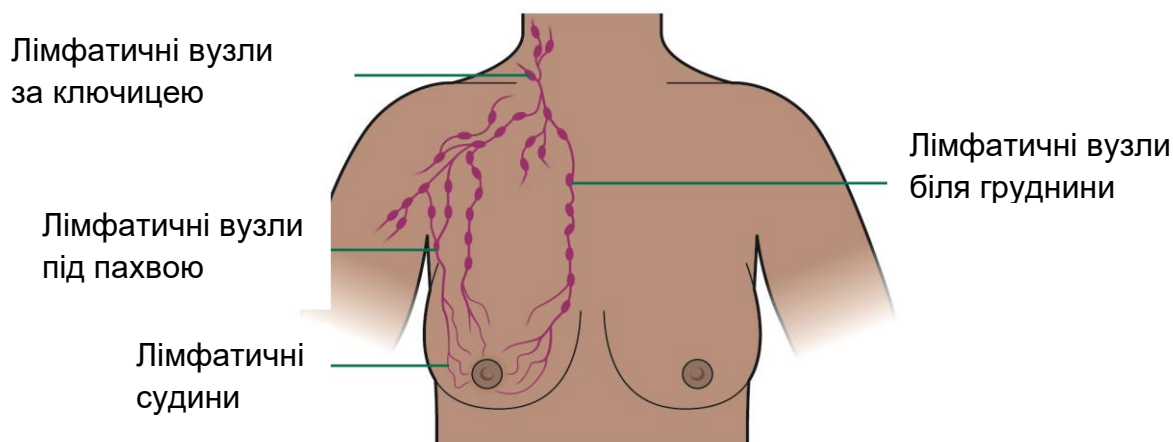
Молочні залози складаються з жиру та тканини. В них також є залози, в яких виробляється грудне молоко. Ці залози з'єднуються із соском тонкими трубочками, які називаються молочними протоками. У чоловіків за соском є невелика кількість тканини молочної залози.

Під пахвами також є тканина молочної залози та лімфатичні вузли (залози). Лімфатичні вузли є частиною лімфатичної системи. Вони також знаходяться біля груднини та за ключицями.

### Вид молочної залози збоку



### Лімфатичні вузли біля грудей



## Рак грудей

Тканини організму складаються з крихітних клітин. Рак грудей виникає тоді, коли клітини в грудях ростуть неконтрольовано та формують утворення, яке називається пухлиною (первинний рак). В деяких випадках ракові клітини поширюються на інші частини тіла через кров та лімфатичну систему. Це називається вторинним раком.

Існують різні види раку грудей, однак лікуються вони подібним чином. Рак грудей вражає здебільшого жінок. У чоловіків він також буває, однак це трапляється рідко.

Рак грудей не є інфекційною хворобою та не може передаватись іншим людям.

### Стадії та ступені раку грудей

- Стадія раку вказує на те, якого він розміру і чи поширився на інші органи.
- Ступінь раку вказує на те, наскільки швидко він може рости.

### Рецептори

Деякі ракові клітини молочних залоз мають рецептори, до яких можуть приєднуватись гормони або білки. Через це рак може рости.

- **Гормони.** В деяких випадках раку грудей ракові клітини мають рецептори до гормону естрогену. Ці види раку грудей називають естроген-рецептор-позитивними (ER-позитивними). Ефективним методом лікування ER-позитивного раку грудей є гормональна терапія. Ракові клітини при раку грудей також можуть мати рецептори до гормону прогестерону.
- **Білки.** В деяких випадках раку грудей на поверхні клітин є багато білка HER2. Ці види раку грудей називають HER2-позитивними. Для лікування такого виду раку лікар може дати вам трастузумаб. Він входить до групи препаратів таргетної терапії.

### Тричі негативний рак грудей

Вид раку грудей, при якому ракові клітини не мають рецепторів до гормонів або білків, називається тричі негативним раком грудей.

В 1 з 5 жінок з раком грудей (20%) діагностується тричі негативний рак грудей. Частіше він зустрічається в молодих жінок. Більш детально про це вам розкаже ваш лікар або медсестра/медбрат.

## Як планується лікування

Ваша лікувальна бригада зустрінеться, щоб спланувати лікування, яке буде для вас найбільш ефективним. Потім ваш лікар або медсестра/медбрат обговорять із вами:

- стадію та ступінь раку;
- наявність рецепторів до гормону чи білку;
- ваш загальний стан здоров'я;
- варіанти лікування та можливі побічні ефекти;
- вашу думку про доступні методи лікування.

## Обговорення з лікувальною бригадою

Дуже важливо обговорити лікування з вашим лікарем, аби розуміти, що воно передбачає. Після розмови з вами лікар попросить вас підписати форму на підтвердження того, що вам зрозуміло все про лікування, і ви погоджуєтесь його пройти. Ця процедура називається наданням згоди. Вам не проводитимуть лікування, якщо ви на нього не погодитесь.

Добре було б прийти з кимось, хто говорить українською та англійською. Або ж у лікарні вам можуть надати перекладача. Якщо він потрібен, скажіть про це медсестрі/медбрату.

## Ваші запитання про лікування

- Що означає мій діагноз?
- Яка у мене стадія та ступінь раку?
- Яким буде лікування?
- Які переваги, ризики та побічні ефекти в кожного з методів лікування?
- Чи позначиться лікування на моєму повсякденному житті?
- З ким я можу поговорити про те, як я почуваюсь?

У нас є більше інформації вашою рідною мовою про діагностування раку.

## Методи лікування раку грудей

Методи лікування раку грудей включають:

- оперативне втручання (хірургічну операцію);
- лікарські препарати (хіміотерапію, гормональну терапію, таргетну терапію);
- радіотерапію.

В багатьох випадках застосовується декілька видів лікування, наприклад, операція, а потім радіотерапія. Або ж ви можете пройти хіміотерапію до чи після операції.

## **Оперативне втручання**

Оперативне втручання (хірургічна операція) з метою видалення раку є поширеним методом лікування раку грудей. Лікар видаляє рак та певну частину здорової тканини навколо нього. Вид операції залежить від розміру раку, його розташування в молочній залозі та вашого вибору.

Лікар може обговорити з вами варіанти операції з видалення:

- раку (широке місцеве висічення);
- всієї молочної залози (мастектомія).

В деяких випадках під час оперативного втручання також проводиться операція з відновлення форми молочної залози (реконструкція молочної залози). Хтось вирішує зробити таку операцію пізніше. Ви можете поговорити зі своїм лікарем про цю операцію та різні варіанти її виконання. Якщо реконструкція не проводиться, медсестра/медбрат може дати вам штучну молочну залозу (протез), яку ви покладете до бюстгальтера.

## **Перевірка лімфатичних вузлів**

Під час операції лікар зазвичай видаляє деякі лімфатичні вузли. Вони видаляються під пахвою з того боку, де рак. Це робиться для того, щоб перевірити, чи поширився рак на лімфатичні вузли. Так лікар зможе вирішити, чи потрібне подальше лікування. Лікар або медсестра/медбрат пояснить, як видаляються лімфатичні вузли.

Якщо будь-який з вузлів уражений раком, вам можуть запропонувати операцію з видалення решти лімфатичних вузлів. Деяким жінкам замість хірургічної операції можуть призначити радіотерапію лімфатичних вузлів.

У нас є більше інформації українською про те, як планується хірургічна операція, і чого можна очікувати після неї.

## **Радіотерапія**

Радіотерапія передбачає використання високоенергетичного рентгенівського випромінювання для знищення ракових клітин. Вона також може пошкодити здорові клітини, однак зазвичай вони відновлюються після завершення лікування.

Радіотерапію часто проводять після операції, коли загоїться рана. Такий вид лікування може зменшити ризик повернення раку. Радіотерапія, як правило, застосовується після широкого місцевого висічення до решти тканин молочної залози. В окремих випадках можливе проведення радіотерапії після мастектомії.

Також можлива радіотерапія зони під пахвою для лікування решти лімфатичних вузлів.

У нас є більше інформації українською про радіотерапію та деякі побічні ефекти, що можуть у вас виникнути.

## Хіміотерапія

Хіміотерапія передбачає використання протиракових препаратів для знищення ракових клітин. Препарати зазвичай вводяться у вену або приймаються в таблетках. Хіміотерапія може зменшити ризик повернення раку грудей.

Ваш лікар може рекомендувати вам хіміотерапію, якщо:

- рак має великі розміри;
- рак поширився на лімфатичні вузли;
- рак має більш високий ступінь;
- у вас тричі негативний рак грудей;
- у вас HER2-позитивний рак грудей.

В деяких випадках хіміотерапія також призначається до хірургічної операції для зменшення розміру раку. Зазвичай це означає, що потрібна операція меншого обсягу.

Препарати хіміотерапії можуть викликати побічні ефекти, через які ви погано почуватиметесь. Різні препарати можуть викликати різні побічні ефекти, зокрема:

- підвищений ризик розвитку інфекції;
- відчуття втоми;
- нудоту або блювання;
- діарею або закреп;
- виразки в ротовій порожнині;
- втрату волосся.

Ваш лікар може розказати вам, які побічні ефекти у вас можуть виникнути, і як їх подолати. Більшість побічних ефектів можна контролювати лікарськими препаратами. Майже всі побічні ефекти зникають, коли завершується хіміотерапія.

У нас є більше інформації українською про хіміотерапію та деякі побічні ефекти, що можуть у вас виникнути.

## **Гормональна терапія**

У випадках естроген-рецептор-позитивного (ER-позитивного) раку зазвичай призначають гормональну терапію. Гормональна терапія знижує рівень естрогену або не дає йому приєднуватись до ракових клітин. Як правило, гормональна терапія починається після хірургічної операції або хіміотерапії та триває протягом декількох років.

Гормональна терапія допомагає зменшити ризик повернення раку грудей. Вона також допомагає зменшити ризик розвитку раку грудей в іншій молочній залозі. Іноді препарати гормональної терапії приймають перед хірургічною операцією для зменшення розміру раку та уникнення мастектомії. Ви можете приймати різні препарати, наприклад тамоксифен, летрозол або анастрозол. Це залежить від:

- настання менопаузи;
- ризику повернення раку;
- можливого впливу побічних ефектів.

Побічні ефекти гормональної терапії:

- припливи та пітливість;
- біль у суглобах;
- знижений статевий потяг.

## **Припинення роботи яєчників**

Якщо менопауза ще не настала, іще одним способом зниження рівня естрогену є припинення роботи яєчників. Це можна зробити двома методами:

- пригніченням функції яєчників — яєчники припиняють виробляти естроген, і це призводить до тимчасової менопаузи;
- абляцією яєчників — яєчники видалюються, і це призводить до остаточної менопаузи.

Зазвичай гормональна терапія поєднується з одним із цих методів.

Якщо вам запропонують застосувати один із них для припинення роботи яєчників, ваш лікар надасть вам додаткову інформацію та відповідь на всі запитання, які у вас можуть виникнути.

Якщо ви турбуєтесь про свою репродуктивну функцію, поговоріть із своїм лікарем, перш ніж починати лікування.

## **Трастузумаб**

У випадку HER2-позитивного раку лікар може призначити трастузумаб. Він входить до групи препаратів таргетної терапії. Трастузумаб не дає білку HER2 викликати ріст ракових клітин. Зазвичай трастузумаб приймається кожні три тижні протягом року. Його можна застосовувати разом із хіміотерапією або як самостійний варіант лікування. Це може бути до або після хірургічної операції чи радіотерапії.

Побічні ефекти, як правило, легкі, проте можуть включати:

- головний біль;
- високу температуру (лихоманку) та озноб;
- нудоту.

Ви можете приймати трастузумаб разом з іншим препаратом таргетної терапії пертузумабом (Perjeta®) та препаратом хіміотерапії. Ці препарати можуть застосовуватись перед операцією, якщо є високий ризик повернення раку.

В окремих випадках трастузумаб може впливати на роботу серця. Ви проходитемете обстеження для перевірки роботи серця до та під час лікування.

## **Бісфосфонати**

Бісфосфонати — це препарати, які можуть застосовуватись у випадках раннього раку грудей, щоб:

- допомогти захистити кістки від наслідків лікування;
- зменшити ризик повернення раку грудей.

Деякі препарати гормональної терапії та хіміотерапії можуть викликати ранню менопаузу, що підвищує ризик витончення кісток (остеопорозу). Якщо є ризик витончення кісток, або якщо витончення кісток уже відбувається, ваш лікар може призначити бісфосфонати.

У випадках раннього раку грудей бісфосфонати іноді можуть зменшувати ризик його поширення на кістки. Бісфосфонати застосовуються протягом 3–5 років. Такий варіант лікування зазвичай використовується тоді, коли є підвищений ризик повернення раку. Ваш лікар або медсестра/медбрат можуть надати вам додаткову інформацію.



## Можливі побічні ефекти лікування

У нас є більше інформації вашою рідною мовою про поширені побічні ефекти хіміотерапії, радіотерапії та хірургічної операції.

Нижче наводяться деякі інші побічні ефекти, що можуть виникнути під час та після лікування раку грудей.

### Зміни молочної залози

Хірургічна операція та радіотерапія молочної залози можуть призвести до змін, зокрема таких:

- зміна зовнішнього вигляду молочної залози та відчуттів у ній;
- біль у молочній залозі та під рукою;
- зміна діапазону рухів рукою та плечем із того боку, де проводилось лікування.

Після операції залишиться шрам. З часом він, як правило, стає менш помітним. Цьому може сприяти розтягнення та масажування шраму.

Після радіотерапії шкіра молочної залози може потемніти й стати більш чутливою. Важливо прикривати цю область і використовувати сонцезахисний засіб із високим фактором захисту від сонця (SPF) (принаймні SPF 30). За додатковими рекомендаціями звертайтеся до свого лікаря або медсестри/медбрата.

Якщо ви помітили зміни в зовнішньому вигляді молочної залози або відчуттях у ній, краще перевіритись у свого лікаря або медсестри/медбрата-спеціаліста.

### Лімфедема

Лімфедема — це набряк унаслідок накопичення рідини в організмі. В деяких випадках вона може виникати після операції з приводу раку грудей. Найбільш імовірним є ураження руки. Набряк можна зменшити за допомогою фізичних вправ, спеціальних пов'язок і масажу. Якщо у вас з'явився набряк руки або кисті, скажіть про це медсестрі/медбрату. Що раніше виявлено лімфедему, то легше її лікувати.

Щоб зменшити ризик розвитку лімфедеди:

- Доглядайте за шкірою. Користуйтеся кремом для шкіри та уникайте порізів чи подряпин.
- Зберігайте фізичну активність і займайтесь спортом. Це сприяє руху лімфатичної рідини по всьому організму.
- Підтримуйте нормальну вагу.

### Зміни в кістках

Деякі препарати гормональної терапії можуть призводити до витончення кісток. Лікар може перевірити стан ваших кісток за допомогою томограми. Після цього вам можуть призначити лікування для захисту кісток.

### **Проблеми з концентрацією уваги та пам'яттю**

Після лікування раку грудей вам може бути складніше зосереджувати увагу та щось запам'ятовувати. Зазвичай такі проблеми є незначними та часто зникають протягом року після завершення лікування. Поговоріть зі своїм лікарем або медсестрою/медбратом, якщо це вас непокоїть.

### **Збільшення ваги**

Після лікування раку грудей ви можете набрати вагу. Це може статись через застосування гормональної терапії або стероїдів. Деякі види лікування можуть викликати менопаузу, що також може призвести до збільшення ваги. Ваш лікар або медсестра/медбрат може дати вам поради щодо правильного харчування та фізичного навантаження.

### **Віддалені побічні ефекти**

Іноді побічні ефекти від лікування раку грудей виникають через місяці або роки після його завершення. Такі побічні ефекти називаються віддаленими. В більшості випадків віддалені побічні ефекти відсутні.

Ваш лікар розкаже, чи може ваш варіант лікування раку грудей призвести до віддалених побічних ефектів. Він може підказати, за якими ознаками та симптомами потрібно стежити і що треба робити, якщо у вас з'явилися побоювання.

## **Інша інформація**

### **Засоби контрацепції**

Вам можуть рекомендувати утримуватись від вагітності протягом 2 років після лікування раку грудей. Ваш лікар порадить вам не використовувати засоби контрацепції, що містять гормони, в тому числі таблетки та деякі види спіралей.

Ви можете використовувати спіралі, що не містять гормонів, а також бар'єрні засоби контрацепції, наприклад презервативи або ковпачки. Медсестра/медбрат може проконсультувати вас із цього приводу.

### **Замісна гормональна терапія**

Лікарі не рекомендують замісну гормональну терапію (ЗГТ) після захворювання на рак грудей. ЗГТ містить естроген, який може стимулювати ріст ракових клітин.

Та якщо у вас сильно виражені симптоми менопаузи, і не допомагають інші методи лікування, лікар може призначити таку терапію. Він розкаже вам про можливі ризики.

## Подальше спостереження

Після завершення лікування ви можете регулярно проходити огляди та мамографію. Спочатку це відбуватиметься кожні два–три місяці. Згодом ви можете проходити їх лише раз на рік. В деяких випадках замість планового прийому вас попросять звернутись до спеціаліста, якщо вас щось турбує.

## Ваші почуття

Інформація про те, що у вас рак, може вас приголомшити. Ви можете переживати багато різних емоцій. Немає правильних або неправильних почуттів. Є багато способів опанувати себе. Може допомогти розмова з близьким другом або кимось із рідних. Також може допомогти ваш лікар або медсестра/медбрат.

## Як вам отримати відповідну допомогу та підтримку

Якщо ви хворі на рак і не розмовляєте англійською, у вас може виникнути занепокоєння, що це позначиться на лікуванні раку та догляді за вами. Однак ваша медична бригада має надавати вам допомогу, підтримку та інформацію відповідно до ваших потреб.

Ми знаємо, що інколи люди можуть стикатись із додатковими труднощами з отриманням відповідної підтримки. Наприклад, якщо ви працюєте або маєте родину, вам може бути складно знаходити час для відвідування лікарні. Ви також можете турбуватись про гроші та транспортні витрати. Все це може викликати стрес, і впоратись із цим може бути важко.

Проте у вас є можливість звернутися за допомогою. Спеціалісти нашої безкоштовної лінії підтримки **0808 808 00 00** можуть проконсультувати вас із приводу певної ситуації вашою рідною мовою. Ви можете поговорити із середнім медперсоналом, фінансовими консультантами та спеціалістами по правах на соціальне забезпечення і з питань підтримки зайнятості.

Крім того, ми надаємо хворим на рак гранти від компанії Macmillan. Це одноразові виплати, які можна використовувати для оплати паркування біля лікарні, вартості проїзду, послуг по догляду за дитиною або рахунків на опалення.

## Як може допомогти Macmillan

Співробітники компанії Macmillan знають, як діагностування раку може кардинально змінити все життя людини, тому ми завжди готові прийти вам на допомогу.

### Гаряча лінія компанії Macmillan з надання підтримки

У нас є перекладачі, отже ви зможете розмовляти з нами своєю рідною мовою. Просто скажіть англійською, яку мову ви хочете використовувати. Ми можемо допомогти з вирішенням медичних питань, надати інформацію про фінансову підтримку або просто вислухати, якщо вам треба з кимось поговорити. Безкоштовна конфіденційна телефонна лінія працює без вихідних з 8:00 до 20:00. Телефонуйте за номером **0808 808 00 00**.

### Онлайнчат

Ви можете надіслати нам повідомлення в онлайнчаті про те, що вам потрібен перекладач. Скажіть нам англійською, яка мова вам потрібна, і ми подбаємо, щоб із вами зв'язались. Натисніть кнопку «Написати нам у чаті», яку можна побачити на сторінках вебсайту. Або ж перейдіть за посиланням [macmillan.org.uk/talktous](https://www.macmillan.org.uk/talktous)

### Вебсайт компанії Macmillan

Наш вебсайт містить багато інформації про рак англійською мовою. Крім того, додаткова інформація іншими мовами розміщена за посиланням [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

Ми також можемо організувати переклад саме для вас. Напишіть нам на адресу електронної пошти [cancerinformationteam@macmillan.org.uk](mailto:cancerinformationteam@macmillan.org.uk) про те, що вам потрібно.

### Інформаційні центри

Наші центри з надання інформації та підтримки працюють в лікарнях, бібліотеках та мобільних пунктах. Відвідайте один із них, щоб отримати необхідну інформацію та поговорити з кимось особисто. Знайдіть найближчий до вас центр на сторінці [macmillan.org.uk/informationcentres](https://www.macmillan.org.uk/informationcentres) або зателефонуйте нам за номером **0808 808 00 00**.

### Місцеві групи підтримки

В групі підтримки ви можете поспілкуватися з іншими людьми, хворими на рак. Дізнайтесь про групи підтримки, що працюють у вашому районі, на сторінці [macmillan.org.uk/supportgroups](https://www.macmillan.org.uk/supportgroups) або зателефонуйте нам за номером **0808 808 00 00**.

### Онлайн-спільнота Macmillan

Поспілкуватися з іншими людьми, хворими на рак, ви можете також через інтернет на сторінці [macmillan.org.uk/community](https://www.macmillan.org.uk/community) Цей ресурс доступний в будь-який час дня чи ночі. Ви можете поділитися своїм досвідом, поставити запитання або просто почитати публікації інших.

## Перелік термінів

Термін	Англійською	Як вимовляється англійською	Значення
Білок	Protein	Проутін	Речовина, що виробляється в організмі. Білки можуть стимулювати ріст клітин, у тому числі ракових клітин.
Гормональна терапія	Hormonal therapies	Хо:моунел серепіз	Лікування, що змінює вироблення або дію гормонів в організмі.
Гормони	Hormones	Хо:моунз	Речовини, що виробляються в організмі та контролюють роботу органів.
Діагноз	Diagnosis	Дайегноусіс	З'ясування наявності хвороби.
Залоза	Gland	Гленд	Орган, що виробляє речовини, які сприяють нормальній роботі організму, наприклад гормони, піт або молоко.
Замісна гормональна терапія (ЗГТ)	Hormone replacement therapy (HRT)	Хо:моун ріплейсмент серепі (ейч-а:-ті)	Лікування з метою заміщення природних гормонів у випадках, коли організм не виробляє їх у достатній кількості.
Засоби контрацепції	Contraception	Контресепшен	Препарати або пристрої, що запобігають вагітності.
Клітини	Cells	Селз	Крихітні структурні елементи, з яких складаються органи та тканини організму людини.
Лімфатична система	Lymphatic system	Лімфетік сістім	Мережа судин і залоз по всьому організму, що допомагає протистояти інфекціям.
Лімфатичний вузол	Lymph node	Лімф ноуд	Залоза, що є частиною <u>лімфатичної системи</u> .

Мамографія	Mammogram	Мамеграм	Рентген молочних залоз.
Менопауза	Menopause	Меноупоз	Припинення <u>менструацій</u> внаслідок того, що організм жінки припиняє виробляти гормони.
Менструація	Menstrual period	Менструел піріед	Щомісячні виділення крові та тканини з матки.
Первинний рак	Primary cancer	Праймері кенсе	Пухлина, яка виросла в організмі першою.
Побічні ефекти	Side effects	Сайд іфектс	Проблеми, викликані лікуванням раку, наприклад нудота або втома.
Пухлина	Tumour	Тьюме	Група клітин, ріст яких є аномальним. Аномальні клітини продовжують розмножуватись і формують утворення.
Радіотерапія	Radiotherapy	Рейдію серепі	Метод лікування раку, що передбачає використання високоенергетичного рентгенівського випромінювання для знищення ракових клітин.
Реконструкція молочної залози	Breast reconstruction	Брест рікенстракшен	Операція, під час якої лікарі відновлюють форму молочної залози.
Рецептор	Receptor	Рісепте	Речовина на поверхні клітини, яка дозволяє <u>білкам</u> або <u>гормонам</u> впливати на клітину.
Стероїди	Steroids	Стероїдз	Препарати, які можуть підвищити ефективність хіміотерапії та контролювати побічні ефекти.

Таргетна терапія	Targeted therapy	Тагітід серепі	Препарати, які атакують ракові клітини і завдають менше шкоди здоровим клітинам.
Томограма	Scan	Скен	Зображення внутрішніх органів.
Фактор захисту від сонця (SPF)	Sun protection factor (SPF)	Сан претекшен фекте (ес-пі-еф)	Рівень захисту, який забезпечують сонцезахисні засоби.
Хіміотерапія	Chemotherapy	Кемоусерепі	Метод лікування раку, що передбачає використання препаратів для знищення ракових клітин.
Хірургічна операція	Surgery	Сьоджері	Проведення оперативного втручання.
Яєчники	Ovaries	Оуверіз	Залози, що виробляють естроген.

## Додаткова інформація вашою рідною мовою

У нас є інформація вашою рідною мовою за такими темами:

<p><b>Види раку</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Рак грудей</li> <li>• Рак товстого кишечника</li> <li>• Рак легенів</li> <li>• Рак простати</li> </ul> <p><b>Методи лікування</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Хіміотерапія</li> <li>• Радіотерапія</li> <li>• Хірургічна операція</li> </ul>	<p><b>Життя з раком</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Рак і коронавірус</li> <li>• Отримання пільг у разі захворювання на рак</li> <li>• Проблеми харчування та рак</li> <li>• Наприкінці життя</li> <li>• Правильне харчування</li> <li>• Допомога з витратами в разі захворювання на рак</li> <li>• Якщо у вас діагностували рак. Стислий посібник</li> <li>• Сепсис і рак</li> <li>• Побічні ефекти лікування раку</li> <li>• Слабкість (втома) та рак</li> </ul>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Щоб ознайомитись із цією інформацією, перейдіть за посиланням [maccmillan.org.uk/translations](https://www.maccmillan.org.uk/translations)

## Посилання на джерела та слова подяки

Цей матеріал був написаний та відредагований групою зі створення інформаційних матеріалів про рак організації Macmillan Cancer Support. Його переклали в бюро перекладів.

Цей матеріал створено на основі брошури компанії Macmillan «**Основні відомості про рак грудей**». Ми можемо відправити вам примірник брошури, однак у повному варіанті вона є тільки англійською мовою.

Цю інформацію перевірили відповідні експерти й затвердив наш головний медичний редактор — професор Тім Івсон (Tim Iveson), консультуючий лікар-онколог та головний медичний редактор компанії Macmillan.

Висловлюємо вдячність людям, хворим на рак, які перевірили цю інформацію.

Всі наші матеріали базуються на найдостовірніших наявних даних. Щоб отримати додаткову інформацію про використані джерела, зверніться до нас за адресою електронної пошти [cancerinformationteam@macmillan.org.uk](mailto:cancerinformationteam@macmillan.org.uk)

MAC15135\_Ukrainian

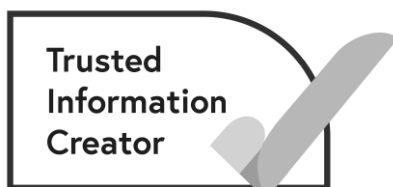
Переглянуто: 2018 р.

Наступний запланований перегляд: 2021 р.

Матеріал у процесі перегляду

Ми докладаємо максимальних зусиль для того, аби інформація, яку ми надаємо, була точною та актуальною, однак не варто покладатись виключно на неї замість отримання професійної консультації спеціаліста з урахуванням вашої конкретної ситуації. Наскільки це дозволено законом, компанія Macmillan не несе відповідальності за використання інформації, що міститься в цій публікації, або сторонньої інформації чи вебсайтів, що використані або згадуються в ній.

© Macmillan Cancer Support 2022 р., благодійна організація, зареєстрована в Англії та Уельсі (261017), Шотландії (SC039907) та на о. Мен (604). Також здійснює діяльність у Північній Ірландії. Компанія з відповідальністю, обмеженою гарантіями її учасників, зареєстрована в Англії та Уельсі під № 2400969. Зареєстрована на о. Мен під № 4694F. Юридична адреса: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ



Patient Information Forum



# MACMILLAN CANCER SUPPORT

## Breast cancer

This information is about breast cancer and treatments for breast cancer.

Any words that are underlined are explained in the word list at the end. The word list also includes how to say the words in English.

If you have any questions about this information, ask your doctor or nurse at the hospital where you are having treatment.

You can also call Macmillan Cancer Support on freephone **0808 808 00 00**, 7 days a week, 8am to 8pm. We have interpreters, so you can speak to us in your own language. When you call us, please tell us in English which language you need.

There is more cancer information in other languages at [macmillan.org.uk/translations](http://macmillan.org.uk/translations)

### This information is about:

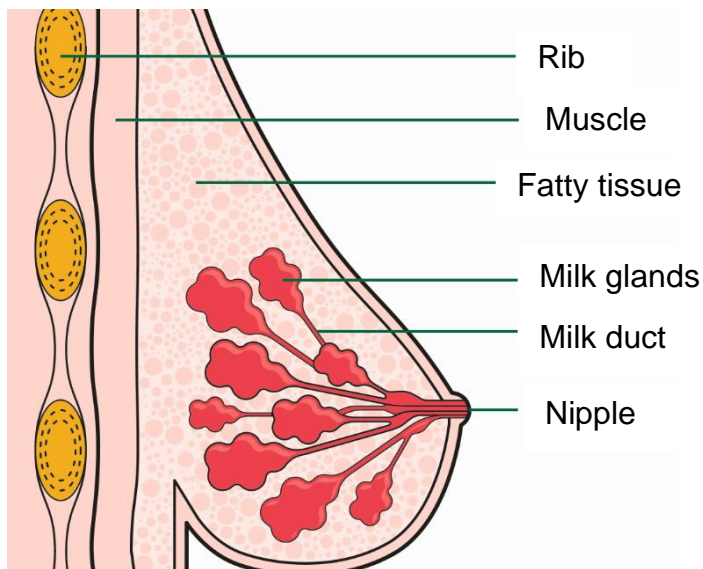
- The breasts
- Breast cancer
- How treatment is planned
- Talking to your healthcare team
- Questions to ask about your treatment
- Treatments for breast cancer
- Possible side effects of your treatment
- Other information
- Follow up
- Getting the right care and support for you
- How Macmillan can help you
- Word list
- More information in your language
- References and thanks

## The breasts

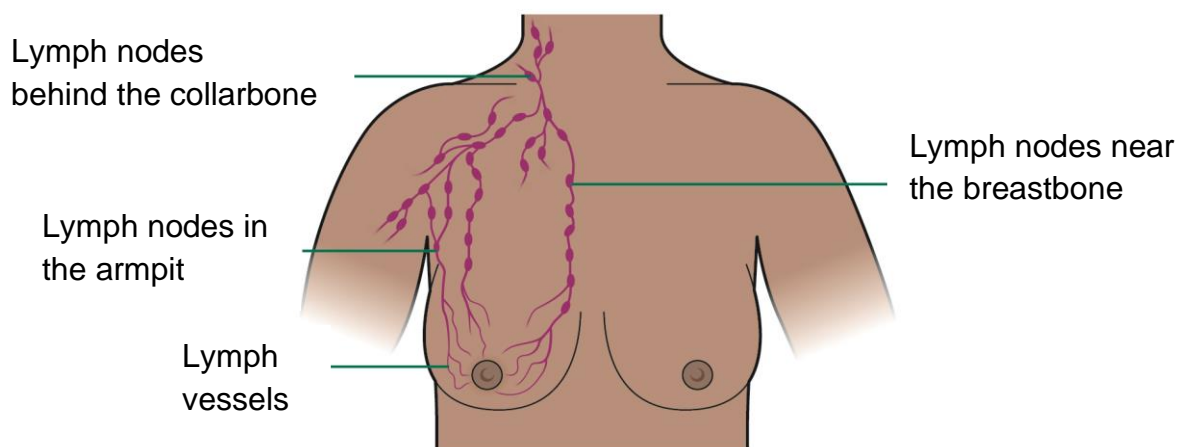
The breasts are made of fat and tissue. They also have glands where breast milk is made. The glands are connected to the nipple by fine tubes called milk ducts. Men have a small amount of breast tissue behind the nipple.

There is breast tissue and lymph nodes (glands) in the armpits. The lymph nodes are part of the lymphatic system. There are also lymph nodes near the breastbone and behind the collarbones.

### Side view of the breast



### The lymph nodes near the breasts



## Breast cancer

Body tissue is made up of tiny cells. Breast cancer happens when cells in the breast grow in an uncontrolled way and form a lump called a tumour (primary cancer). Sometimes, cancer cells spread to other parts of the body through the blood and lymphatic system. This is called secondary cancer.

There are different types of breast cancer, but they are treated in similar ways. Breast cancer mainly affects women. Men can also have it, but this is rare.

Breast cancer is not infectious and cannot be passed on to other people.

### Stages and grades of breast cancer

- The stage of a cancer means how big it is and if it has spread.
- The grade of a cancer is how quickly the cancer may grow.

### Receptors

Some breast cancer cells have receptors that hormones or proteins can attach to. These can make the cancer grow.

- **Hormones** – some breast cancers have receptors for the hormone oestrogen. These are called oestrogen-receptor positive (ER positive) breast cancers. Treatments called hormonal therapies work well for ER positive breast cancer. Breast cancers may also have receptors for the hormone progesterone.
- **Proteins** – some breast cancers have too much of the protein HER2 on the surface of the cells. They are called HER2 positive breast cancers. Your doctor may give you trastuzumab for this type of cancer. This belongs to a group of drugs called targeted therapies.

### Triple negative breast cancer

Breast cancer that does not have receptors for hormones or proteins is called triple negative breast cancer.

1 in 5 women with breast cancer (20%) have triple negative breast cancer. It is more common in younger women. Your doctor or nurse can tell you more about this.

## How treatment is planned

Your healthcare team will meet to plan the best treatment for you. Your doctor or nurse will then talk to you about:

- the stage and grade of the cancer
- if the cancer has hormone or protein receptors
- your general health
- the treatments and possible side effects
- what you think about the available treatments.

## Talking to your healthcare team

It is important to talk about any treatment with your doctor, so that you understand what it means. After talking with you, your doctor will usually ask you to sign a form to show that you understand and agree to the treatment. This is called giving your consent. You will not be given treatment unless you have agreed to it.

It is a good idea to take someone with you who can speak both Ukrainian and English. Or your hospital can arrange an interpreter for you. Let your nurse know if you need one.

## Questions to ask about your treatment

- What does my diagnosis mean?
- What is the stage and grade of the cancer?
- What will my treatment be?
- What are the benefits, risks and side effects of each treatment?
- Will the treatment affect my daily life?
- Who can I talk to about how I am feeling?

We have more information in your language about being diagnosed with cancer.

## Treatments for breast cancer

Treatments for breast cancer include:

- an operation (surgery)
- drugs (chemotherapy, hormonal therapy, targeted therapy)
- radiotherapy.

Many people have more than one type of treatment, such as an operation and then radiotherapy. Or you may have chemotherapy before or after an operation.

### An operation

An operation (surgery) to remove the cancer is a common treatment for breast cancer. The doctor removes the cancer and some healthy tissue around it. The operation you have depends on the size of the cancer, where it is in the breast and what you prefer.

The doctor may talk to you about having an operation to remove:

- the cancer (wide local excision)
- the whole breast (mastectomy).

Some people also have surgery to make a new breast shape (breast reconstruction) during the operation. Others choose to have this done at a later time. You can speak to your doctor about this and the different ways of doing it. If you do not have reconstruction, your nurse can give you an artificial breast (prosthesis) to put inside your bra.

### **Checking the lymph nodes**

During the operation, the doctor will usually remove some lymph nodes. They remove them from under your arm on the side of the cancer. This is to check if there is cancer in the lymph nodes. This helps the doctor decide if you need more treatment. The doctor or nurse will explain how the lymph nodes are removed.

If any of the nodes contain cancer, you may be offered an operation to remove the remaining lymph nodes. Some women may have radiotherapy to the lymph nodes instead of surgery.

We have more information in Ukrainian about how surgery is planned and what to expect after the operation.

### **Radiotherapy**

Radiotherapy uses high-energy x-rays to destroy the cancer cells. It can damage normal cells too, but these usually repair when treatment ends.

You often have radiotherapy after an operation once the wound has healed. This can reduce the risk of the cancer coming back. After a wide local excision, you usually have radiotherapy to the remaining breast tissue. Occasionally, you may have radiotherapy after a mastectomy.

You may also have radiotherapy to the armpit to treat any remaining lymph nodes.

We have more information in Ukrainian about radiotherapy and some of the side effects you may have.

### **Chemotherapy**

Chemotherapy uses anti-cancer drugs to destroy cancer cells. The drugs are usually given into a vein or taken as a tablet. Having chemotherapy can reduce the risk of breast cancer coming back.

Your doctor may advise you to have chemotherapy if:

- the cancer is large
- the cancer has spread to the lymph nodes
- the cancer is a higher grade
- you have triple negative breast cancer
- you have HER2 positive breast cancer.

Some people may also have chemotherapy before surgery to shrink a cancer. This usually means a smaller operation is needed.

Chemotherapy drugs can cause side effects that make you feel unwell. Different drugs can cause different side effects, including:

- being more likely to get an infection
- feeling tired
- feeling sick or being sick
- diarrhoea or constipation
- a sore mouth
- hair loss.

Your doctor can talk to you about the side effects you may have and how to manage them. Most side effects can be controlled with drugs. Most side effects go away when chemotherapy is over.

We have more information in Ukrainian about chemotherapy and some of the side effects you may have.

### **Hormonal therapy**

If you have an oestrogen-receptor positive (ER positive) cancer you will usually have hormonal therapy. Hormonal therapies lower the level of oestrogen or stop it attaching to the cancer cells. You usually start hormonal therapy after surgery or chemotherapy and have it for a few years.

Hormonal therapy helps to reduce the risk of the breast cancer coming back. It also helps reduce the risk of getting a new breast cancer in your other breast. Sometimes hormonal therapy drugs are given before surgery to shrink a cancer and avoid a mastectomy. You may have different drugs, such as tamoxifen, letrozole or anastrozole. This depends on:

- whether you have been through the menopause
- the risk of the cancer coming back
- how the side effects are likely to affect you.

Side effects of hormonal therapy include:

- hot flushes and sweats
- joint pain
- low sex drive.

### **Stopping the ovaries from working**

If you have not been through the menopause, stopping your ovaries from working is another way to lower your oestrogen levels. There are two treatments that can do this:

- ovarian suppression, which stops the ovaries making oestrogen and causes a temporary menopause
- ovarian ablation, which removes the ovaries and causes a permanent menopause.

You will usually have hormonal therapy with one of these treatments.

If you are offered either of these treatments to stop your ovaries working, your doctor will give you more information and answer any questions you may have.

If you are worried about your fertility, talk with your doctor before you start treatment.

### **Trastuzumab**

If the cancer is HER2 positive, your doctor may give you trastuzumab. This belongs to a group of drugs called targeted therapies. Trastuzumab stops the HER2 protein from making the cancer cells grow. You usually have trastuzumab every three weeks for a year. It may be given with chemotherapy, or on its own. This can be before or after surgery and radiotherapy.

The side effects are usually mild, but can include:

- a headache
- a high temperature (fever) and chills
- feeling sick.

You may have trastuzumab in combination with another targeted therapy drug called pertuzumab (Perjeta®) and a chemotherapy drug. These drugs may be given before an operation if there is a high risk of the cancer coming back.

Occasionally, trastuzumab can affect the heart. You will have tests to check your heart before and during treatment.

### **Bisphosphonates**

Bisphosphonates are drugs that may be used in early breast cancer to:

- help protect your bones from the effects of treatments
- reduce the risk of breast cancer coming back.

Some hormonal therapy and chemotherapy drugs can cause an early menopause, which increases the risk of bone thinning (osteoporosis). Your doctor may prescribe bisphosphonates if you are at risk of bone thinning, or if you already have thinning bones.

If you have early breast cancer, bisphosphonates can sometimes lower the risk of it spreading to the bone. You have bisphosphonates for 3 to 5 years. This treatment is usually given if you have a higher risk of the cancer coming back. Your doctor or nurse can give you more information.

## **Possible side effects of your treatment**

We have more information in your language about common side effects of chemotherapy, radiotherapy and surgery.

Here are some other side effects that you may have during and after breast cancer treatment.

### **Changes to the breast**

Surgery and radiotherapy to the breast can cause changes, including:

- how the breast looks and feels
- pain in the breast and under the arm
- how much you can move the arm and shoulder on the treated side.

After an operation, there will be a scar. This will usually become less obvious over time. Stretching and massaging the scar can improve this.

After radiotherapy, the skin of your breast may be darker and more sensitive. It is important to cover the area and use sunscreen with a high Sun Protection Factor (SPF) (at least SPF 30). Ask your nurse or doctor for further advice.

If you notice changes to the appearance or feel of your breast, it is best to have them checked by your doctor or specialist nurse.

## **Lymphoedema**

Lymphoedema is a swelling caused by fluid building up in the body. Some people may have this after an operation for breast cancer. It is most likely to affect an arm. The swelling can be reduced by exercise, special bandages and massage. If you have swelling in your arm or hand, tell your nurse. The earlier lymphoedema is diagnosed, the easier it is to treat.

To reduce the risk of lymphoedema:

- Look after your skin. Use a skin cream and avoid cuts or scratches.
- Keep active and exercise. This helps lymph fluid move around the body.
- Keep to a healthy weight.

## **Bone changes**

Some hormonal therapies can thin the bones. Your doctor may use a scan to check your bones. After this, you may be given treatment to protect your bones.

## **Concentration and memory problems**

After breast cancer treatment, you may find it harder to concentrate and remember things. This is usually mild and often gets better within a year of finishing treatment. Talk to your doctor or nurse if you are worried about this.

## **Weight gain**

After breast cancer treatment, you might gain weight. This may be because of treatments like hormonal therapy or steroids. Some treatments can start the menopause which can also cause weight gain. Your nurse or doctor can give you advice about healthy eating and exercise.

## **Late side effects**

Sometimes people get side effects from breast cancer treatment that occur months or years after their treatment has ended. These are called late side effects. Most people will never have late side effects.

Your doctor can tell you if your treatment for breast cancer could lead to a late side effect. They can tell you what signs and symptoms to look for and what to do if you have any worries.

## **Other information**

### **Contraception**

You may be advised to avoid getting pregnant for 2 years after breast cancer treatment. Your doctor will advise you not to use contraception that contains hormones, including the pill and some coils.

You can use coils that do not contain hormones and barrier contraception such as condoms or the cap. Your nurse can give you advice about this.



## **Hormone replacement therapy**

Doctors do not recommend hormone replacement therapy (HRT) after having breast cancer. HRT contains oestrogen which could encourage breast cancer cells to grow.

But if you have severe symptoms of the menopause and nothing else has helped, your doctor may prescribe it. Your doctor will talk to you about the possible risks.

## **Follow up**

After your treatment has finished, you may have regular check-ups and mammograms. These will be every few months at first. Eventually you may only have them once a year. Sometimes, instead of routine appointments, you will be asked to contact your specialist if there is anything you are worried about.

## **Your feelings**

You may feel overwhelmed when you are told you have cancer. You may have many different emotions. There is no right or wrong way to feel. There are many ways to cope with this. Talking to a close friend or relative may help. Your doctor or nurse can help too.

## **Getting the right care and support for you**

If you have cancer and do not speak English, you may be worried that this will affect your cancer treatment and care. But your healthcare team should offer you care, support and information that meets your needs.

We know that sometimes people may face extra challenges in getting the right support. For example, if you work or have a family it can be hard to find time to go to hospital appointments. You might also have worries about money and transport costs. All of this can be stressful and hard to cope with.

But help is available. Our free support line **0808 808 00 00** can offer advice, in your language, about your situation. You can speak to nurses, financial guides, welfare rights advisers and work support advisers.

We also offer Macmillan Grants to people with cancer. These are one-off payments that can be used for things like hospital parking, travel costs, childcare or heating bills.

## **How Macmillan can help you**

At Macmillan, we know how a cancer diagnosis can affect everything, and we are here to support you.

### **Macmillan Support Line**

We have interpreters, so you can speak to us in your language. Just tell us, in English, the language you want to use. We can help with medical questions, give you information about financial support, or be there to listen if you need someone to talk to. The free, confidential phone line is open 7 days a week, 8am to 8pm. Call us on **0808 808 00 00**.

### **Web chat**

You can send us a web chat message saying you would like an interpreter. Tell us, in English, the language you need, and we will arrange for someone to contact you. Click on the 'Chat to us' button, which appears on pages across the website. Or go to **macmillan.org.uk/talktous**

### **Macmillan website**

Our website has lots of information in English about cancer. There is also more information in other languages at **macmillan.org.uk/translations**

We can also arrange translations just for you. Email us at **cancerinformationteam@macmillan.org.uk** to tell us what you need.

### **Information centres**

Our information and support centres are based in hospitals, libraries and mobile centres. Visit one to get the information you need and speak with someone face to face. Find your nearest centre at **macmillan.org.uk/informationcentres** or call us on **0808 808 00 00**.

### **Local support groups**

At a support group, you can talk to other people affected by cancer. Find out about support groups in your area at **macmillan.org.uk/supportgroups** or call us on **0808 808 00 00**.

### **Macmillan Online Community**

You can also talk to other people affected by cancer online at **macmillan.org.uk/community** You can access it at any time of day or night. You can share your experiences, ask questions, or just read through people's posts.

## Word list

Word	Meaning
Breast reconstruction	When doctors rebuild the shape of the breast.
Cells	The tiny building blocks that make up the organs and tissues of our body.
Chemotherapy	A cancer treatment that uses drugs to kill cancer cells.
Contraception	Drugs or devices that prevent pregnancy.
Diagnosis	Finding out whether you have an illness or not.
Gland	An organ that makes substances that help the body work properly, such as hormones, sweat or milk.
Hormonal therapies	Treatment that changes the production or activity of hormones in the body.
Hormones	Substance made by the body that controls how organs work.
Hormone replacement therapy (HRT)	Treatment that replaces natural hormones when the body does not make enough.
Lymph node	A gland that is part of the <u>lymphatic system</u> .
Lymphatic system	A network of vessels and glands throughout the body that helps to fight infection.
Mammogram	An x-ray of the breast.
Menopause	When a woman's body stops producing hormones and her <u>menstrual periods</u> stop.
Menstrual period	Monthly discharge of blood and tissue from the womb.
Ovaries	Glands where oestrogen is made.
Primary cancer	The first tumour to grow in the body.
Protein	Substance that is made by the body. Proteins can make cells grow, including cancer cells.
Radiotherapy	A cancer treatment that uses high-energy x-rays to kill cancer cells.
Receptor	Substance on a cell that allows <u>proteins</u> or <u>hormones</u> to affect the cell.

Scan	A picture of the inside of your body.
Side effects	Problem caused by the cancer treatment, such as sickness or tiredness.
Steroids	Drugs that can help chemotherapy work better and control side effects.
Sun protection factor (SPF)	The level of protection in sunscreen products.
Surgery	Having an operation.
Targeted therapy	Drugs that attack cancer cells and do less harm to normal cells.
Tumour	A group of cells that are growing in an abnormal way. The abnormal cells keep multiplying and form a lump.

## More information in your language

We have information in your language about these topics:

<p><b>Types of cancer</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Breast cancer</li> <li>• Large bowel cancer</li> <li>• Lung cancer</li> <li>• Prostate cancer</li> </ul> <p><b>Treatments</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Chemotherapy</li> <li>• Radiotherapy</li> <li>• Surgery</li> </ul>	<p><b>Living with cancer</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cancer and coronavirus</li> <li>• Claiming benefits when you have cancer</li> <li>• Eating problems and cancer</li> <li>• End of life</li> <li>• Healthy eating</li> <li>• Help with costs when you have cancer</li> <li>• If you're diagnosed with cancer – A quick guide</li> <li>• Sepsis and cancer</li> <li>• Side effects of cancer treatment</li> <li>• Tiredness (fatigue) and cancer</li> </ul>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

To see this information, go to [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

## References and thanks

This information has been written and edited by Macmillan Cancer Support's Cancer Information Development team. It has been translated by a translation company.

The information included is based on the Macmillan booklet **Understanding breast cancer**. We can send you a copy, but the full booklet is only available in English.

This information has been reviewed by relevant experts and approved by our Chief Medical Editor, Professor Tim Iveson, Consultant Medical Oncologist and Macmillan Chief Medical Editor.

With thanks to the people affected by cancer who reviewed this information.

All our information is based on the best evidence available. For more information about the sources we use, please contact us at **cancerinformationteam@macmillan.org.uk**

MAC15135\_Ukrainian

Content reviewed: 2018  
Next planned review: 2021

This content is currently being revised

We make every effort to ensure that the information we provide is accurate and up-to-date but it should not be relied upon as a substitute for specialist professional advice tailored to your situation. So far as is permitted by law, Macmillan does not accept liability in relation to the use of any information contained in this publication or third party information or websites included or referred to in it.

© Macmillan Cancer Support 2022, registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Also operating in Northern Ireland. A company limited by guarantee, registered in England and Wales company number 2400969. Isle of Man company number 4694F. Registered office: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ

