



KLAIPĖDOS
UNIVERSITETINĖ
LIGONINĖ



Į ASMENĮ ORIENTUOTA
KOMPLEKSINĖ
PAGALBA

Gydymo keliu – kartu!

Onkologijos chemoterapijos klinika

Leidinį parengė:

Onkologijos chemoterapijos klinikos vadovas
gyd. onkologas-chemoterapeutas

Alvydas Česas

Onkologijos atvejo vadybininkė

Samanta Savickaitė

Klinikinė psichologė

Asta Libikienė

2021 m.

Gerbiamas paciente,

Dėkojame, kad patikėjote savo sveikatos priežiūrą Klaipėdos universitetinės ligoninės specialistų komandai. Mes, onkologijos srityje dirbantys specialistai, žinome, jog vėžio diagnozė ir visi po to sekantys įvykiai keičia žmogaus gyvenimą. Esame pasiruošę Jums padėti visuose gydymo etapuose.

Šiame leidinyje supažindinsime Jus su pagrindiniais Klaipėdos universitetinėje ligoninėje teikiamos kompleksinės sveikatos priežiūros ypatumais sergant vėžiu.

Kviečiame Jus gydymo keliu eiti su mumis KARTU!

Tikimės Jūsų atviro ir nuoširdaus bendradarbiavimo šioje kelionėje!

Su geriausiais linkėjimais,
KUL kompleksinės pagalbos
specialistų komanda

Diagnozės nustatymas/ patikslinimas

Gydytojui įtarus onkologinę ligą, diagnozės nustatymui atliekami tyrimai. Patvirtinus ligą, pacientas nukreipiamas pas gydytoją onkologą. Dažniausiai, gydytojas onkologas paciento individualiai ligos situacijai patikslinti paskiria papildomus diagnostinius tyrimus. Tai itin daug kruopštumo ir atsakomybės reikalaujantis etapas, trunkantis iki keleto savaičių. Gavus atliktų tyrimų rezultatus, gydytojas onkologas nustato tikslią Jūsų ligos diagnozę ir pateikia Jūsų atvejį multidisciplininės gydytojų komandos konsiliumui. Jo metu individualiai paskiriama efektyviausio gydymo taktika. Apie konsiliumo sprendimą pacientą informuoja ir gydymą suplanuoja gydytojas onkologas.

KUL diagnozės nustatymo/patikslinimo procesuose dalyvauja šie sveikatos priežiūros specialistai:

Pagrindinis gydytojas onkologas – tai pagrindinis pacientą prižiūrintis gydytojas, kuris pasitelkdamas kitų sričių gydytojus, aktyviai dalyvauja diagnozės patikslinimo, onkologinės ligos gydymo ir stebėjimo procese. Dažnai šiuo specialistu būna gyd. onkologas chemoterapeutas ar gyd. onkologas radioterapeutas.

Chirurgas – tai gydytojas, kuris atlieka operacijas ir, esant poreikiui, ima biopsiją, kad nustatyti audinių ar ląstelių pakitimus bei jų priežastis.

Chemoterapeutas – tai gydytojas onkologas, kuris skiria medikamentinį (sistemini) gydymą organizme esančių piktybinių ląstelių naikinimui, padeda kontroliuoti šalutinį ligos ir jos gydymo poveikį, skiria papildomus diagnostinius tyrimus.

Radioterapeutas – tai gydytojas onkologas, kuris skiria vietinį aukštos energijos jonizuojančios spinduliuotės (radioterapinį) gydymą, padeda kontroliuoti šalutinius ligos ir jos gydymo reiškinius, skiria papildomus diagnostinius tyrimus.

Slaugytojas – tai sveikatos priežiūros specialistas, kuris informuoja apie gydytojo paskirtus tyrimus ir gydymą, leidžia vaistus, atlieka arba asistuoja įvairių procedūrų ar operacijų metu, moko pacientą rūpinimosi savimi įgūdžių.

Genetikas – tai gydytojas, kuris atlieka specifinius genetinius ligos tyrimus, nustato tam tikras naviko mutacijas ir ligų paveldimumą.

Patologas – tai gydytojas, kuris mikroskopo pagalba tiria gautus mėginius (biopsijos medžiagą), ieško navikinių ląstelių ir nustato tikslų naviko tipą.

Rezidentas – asmuo, kuris studijuoja medicinos rezidentūroje ir prižiūrimas gydytojo (vadovo) aktyviai dalyvauja pacientų ligų diagnostikoje ir gydyme.

Onkologijos atvejo vadybininkas – tai sveikatos priežiūros specialistas, kuris koordinuoja pacientą nuo jo patekimo pas gydytoją onkologą, registruoja reikalingiems diagnostiniams tyrimams, informuoja ir konsultuoja aktualiais tyrimų, psichosocialinės pagalbos galimybių ir kt. klausimais.

Atvejo vadybininkas labai glaudžiai bendradarbiauja su Jus gydančiu onkologu. Pacientas pas šį specialistą atvyksta po pirmo vizito pas gydytoją onkologą. Pirmos konsultacijos metu įprastai atliekama:

- pagal gydytojo onkologo sudarytą planą organizuojami reikalingi papildomi diagnostiniai tyrimai, specialistų konsultacijos;
- klausimyno pagalba vertinamas paciento distresas (termino reikšmę rasite skiltyje apie psichosocialinę pagalbą);
- kartu su pacientu sudaromas kompleksinės pagalbos planas, aptariant pacientui svarbiausius probleminius aspektus ir jų sprendimo galimybes;
- pagal poreikį suteikiama informacija pacientui aktualiais bendriniais klausimais dėl tyrimų, gydymo, jo šalutinio poveikio, gyvenosenos ir kt.

Paskesnių konsultacijų turinys priklauso nuo paciento situacijos. Pacientas su atvejo vadybininku visada gali susitikti ir savo iniciatyva, iš anksto susiderinęs vizito laiką. Taip pat į jį rekomenduojama kreiptis kontaktiniu numeriu iškilus įvairiems nesklandumams, esant neaiškumams ir pan.

Gydymas

Onkologinės ligos gydymo tikslas – siekti geriausių gydymo rezultatų su mažiausiu ligos ir jos gydymo poveikiu Jūsų gyvenimui. Yra trys pagrindiniai gydymo būdai: chirurgija, sisteminė terapija ir radioterapija. Gydymo būdai, jų deriniai kiekvienam pacientui parenkami asmeniškai. Įvykus multidisciplininės komandos aptarimui, konsultacijos metu gydantis gydytojas onkologas su Jumis aptaria Jums paskirtą individualų gydymo planą.

CHIRURGINIS GYDYMAS (OPERACIJA). Jei Jūsų liga gali būti gydoma chirurginiu būdu, gydytojas chirurgas onkologas aptars su Jumis labiausiai tausojantį ir efektyviausią chirurginį gydymą. Siekiant geriausių gydymo rezultatų chirurginis gydymas gali būti derinamas su sistetine terapija ir radioterapija.

SISTEMINĖ TERAPIJA. Tai medikamentinis gydymas, kurio tikslas sulėtinti vėžinių ląstelių augimą ar jas sunaikinti. Dažniausiai taikomi sisteminės terapijos tipai: chemoterapija, imunoterapija, hormonų terapija. Sisteminė terapija gali būti skiriama tabletine forma, infuzijomis, injekcijomis – tinkamiausią būdą parinks Jūsų gydytojas. Šio gydymo šalutinis poveikis yra skirtingas, priklausomai nuo vartojamų medikamentų. Aptarkite su gydytoju simptomus, kurie gali įtakoti Jūsų kasdienį gyvenimą. Daugelį simptomų galima sėkmingai suvaldyti, dalies jų pavyksta išvengti.

RADIOTERAPIJA. Tai vietinis gydymas, naudojantis aukštos energijos jonizuojančiąją spinduliuotę, kuri nukreipia ma tiesiai į naviką. Gydymo tikslais radioaktyvūs spinduliai

naudojami saugiai, o pati gydymo procedūra yra neskausminga. Svarbu žinoti, kad dėl radioterapinio gydymo netapsite radioaktyvūs, tad galite drąsiai būti kartu su kitais žmonėmis, taip pat ir vaikais. Šio gydymo šalutinis poveikis priklauso nuo spindulių tipo, dozės, kūno vietos ir ploto bei bendros organizmo būklės. Kiekvieno žmogaus organizmas į gydymą reaguoja skirtingai. Bendradarbiaudami su gydytoju ir laikydamiesi jo rekomendacijų, galite sumažinti gydymo šalutinį poveikį.

KLINIKINIAI TYRIMAI. KUL dalyvauja moksliniuose tyrimuose, kuriuose siekiama įvertinti naujus vėžio gydymo būdus. Šiandieniniai sveikatos priežiūros standartai remiasi ankstesnių klinikinių gydymo tyrimų rezultatais. Esant poreikiui ir galimybėms, Jūsų gydantis gydytojas onkologas aptaria su Jumis dalyvavimo klinikiniuose tyrimuose galimybes.



Jums paskirtas gydymas gali vykti ambulatorijoje, dienos stacionare arba stacionare. Jei planuojate gultis į ligoninę (stacionarus gydymas), turėkite su savimi:

- dokumentus (asmens dokumentas, gydytojo siuntimas);
- asmens higienos reikmenis;
- vartojamus medikamentus;
- patogius rūbus;
- vandens, lengvo maisto;
- mobilų telefoną, jo įkroviklį.

PSICHOSOCIALINĖ PAGALBA

Klaipėdos Universtitetinėje ligoninėje taikoma į asmenį orientuota kompleksinė pagalba, apimanti rūpestį paciento fizine, emocine ir dvasine sveikata. Todėl yra vertinami paciento psichosocialiniai poreikiai, teikiama specializuota pagalba.

Vėžio diagnozė ir jo gydymas reikšmingai keičia paciento ir jo šeimos gyvenimą. Šių pokyčių laikotarpį lydi nemalonūs psichiniai, fiziniai, socialiniai, dvasiniai išgyvenimai. Jie bendrai vadinami psichosocialiniu distresu. Distresas kiekvienam asmeniui pasireiškia individualiai: nuo dažnai pasitaikančių liūdesio, nerimo dėl ateities išgyvenimų iki sunkumų, kurie sutrikdo gebėjimus pasirūpinti savimi, savo artimaisiais ir išlaikyti viltį.

Tinkamai suvaldžius distresą, pacientas sklandžiau bendradarbiauja su jo sveikata besirūpinančia medikų komanda, aktyviau dalyvauja gydymosi procese, geba pasirūpinti savo ir artimųjų poreikiais. Atsparumo distresui didinamas padeda užkirsti kelią sunkesnių psichikos sutrikimų, tokių kaip depresija, nerimas, išsivystymui. Todėl labai svarbu distresą valdyti ir kartais tam reikalinga specialistų pagalba.

DISTRESO SIMPTOMAI:

- liūdesys, baimė, bejėgiškumas;
- susirūpinimas liga;
- pyktis, atsiribojimas nuo žmonių;
- tikėjimo, gyvenimo tikslo, gyvenimo prasmės klausimai susirūpinimas socialiniais vaidmenimis (pvz., motinystė, tėvystė, slauga);
- sutrikę miegas, apetitas, dėmesio koncentracija depresija, nerimas, panika;
- dažnos mintys apie ligą ir mirtį gyvenimą.

Distreso vertinimui specialistai naudoja distreso patikros metodiką. Jos rezultatus aptarus su pacientu, yra planuojama ir organizuojama psichosocialinė pagalba.



Kiekvieno vizito pas gydytoją onkologą metu ir visuose gydymosi etapuose išsakykite pagalbos poreikius sprendžiant emocinius, socialinius ar dvasinius klausimus. Jūsų gydytojas onkologas, slaugytojos, atvejo vadybininkas padės gauti profesionalią pagalbą.

KUL PSICHOSOCIALINĖS PAGALBOS SPECIALISTAI

Gydytojas dietologas – medicinos gydytojas, kuris teikia mitybos rekomendacijas, esant poreikiui koreguoja mitybą ar paskiria mitybos terapiją gydymosi stacionare metu.

Medicinos psichologas – sveikatos priežiūros specialistas, turintis klinikinės arba sveikatos psichologijos magistro diplomą. Jis atlieka klinikinį psichologinį vertinimą bei teikia psichologinę pagalbą įveikiant onkologinės ligos diagnozės sąlygotą distresą, prisitaikant prie gyvenimo pokyčių gydymosi metu ir po gydymo, sprendžiant tarpasmeninių santykių sunkumus.

Gydytojas psichiatras – medicinos gydytojas, kuris vertina žmogaus psichinės sveikatos fizinius ir psichinius aspektus, skiria ir prižiūri medikamentinį gydymą. Gydytojas psichiatras konsultuoja esant nusiskundimams dėl varginančio ilgalaikio nerimo, miego sutrikimų, energijos atlikti kasdienes darbus stokos, depresijos požymių.

Socialinis darbuotojas – tai sveikatos priežiūros specialistas, padedantis pacientams spręsti socialines problemas, susijusias su gydymu ar slauga. Pagalba gali būti labai įvairi: nuo informacijos suteikimo iki pagalbos tvarkant įvairius dokumentus, susijusius su asmens socialiniu gyvenimu.

Dvasinis asistentas, kapelionas – tai specialistai, baigę filosofijos ir teologijos studijas. Pagrindinis jų veiklos tikslas – organizuoti dvasinę paramą, teikti paguodą, moralinį palaikymą ir žadinti viltį sunkios krizės akivaizdoje. Dvasinis konsultantas dažnai tampa tarpininkų tarp paciento, jo artimųjų ir kunigo-kapeliono, tikinčiajam padeda tinkamai pasiruošti sakramentų priėmimui.

Aktyvi stebėseną – ligos kontrolė

Tai etapas, kuomet Jums paskirtas gydymas yra užbaigiamas. Šis laikotarpis ypatingas tuo, kad nuo šio momento gyvenimas keičiasi: vizitai pas gydytojus tampa retesni, pagal galimybes ruošiamasi grįžti į darbinę veiklą, formuojami nauji gyvensenos įpročiai. Tinkamai pasiruošus, perėjimas į ligos kontrolės etapą gali būti pakankamai sklandus. Pabaigus gydymą, susitikimo su gydančiu gydytoju onkologu metu:

- sudaromas kontrolinių vizitų ir tyrimų planas;
- aptariamos ligos atkryčio prevencinės priemonės;
- aptariami ilgalaikis ligos ir jos gydymo poveikis, jo stebėseną, kontrolė;
- aptariami simptomai, kuriems atsiradus būtina nedelsiant kreiptis pagalbos pas gydytoją onkologą.



Prisiminkite, kad esant ligos kontrolėje, pagrindinis kontaktinis sveikatos priežiūros specialistas iškilus nerimą keliantiems klausimams – Jūsų šeimos gydytojas. Ilgalaikės stebėsenos laikotarpiu, anksčiau nei numatyta kreiptis į savo gydytoją onkologą reikėtų tik išimtiniais atvejais, atsiradus simptomams, kurie aiškiai gali būti siejami su ligos atsinaujinimo tikimybe.

Pateikiame lentelę, kuria rekomenduojame pasinaudoti kartu su savo gydančiu gydytoju onkologu sudarant tolimesnių kontrolinių tyrimų planą.

GYVENSENOS POKYČIAI

Gyvosenos įpročiai yra vienas iš svarbiausių dalykų, turinčių reikšmingos įtakos onkologinių ligų susirgimo, atsinaujinimo ar progresavimo rizikos padidėjimui, patiriamo šalutinio ligos poveikio valdymui. Todėl:

Meskite rūkyti! Tyrimai rodo, kad rūkymas didina vėžio išsivystymo ir atsinaujinimo riziką.

Atsakingai vartokite alkoholį! Moksliskai įrodyta, kad alkoholio vartojimas yra reikšmingas rizikos faktorius vėžio išsivystymui.

Sveikai maitinkitės! Pilnavertė ir subalansuota mityba gali suteikti daugiau energijos, išlaikyti svorio kontrolę, užtikrinti, kad organizmas gautų jam reikalingas medžiagas natūraliu būdu ir kt.

Būkite fiziškai aktyvūs! Kasdienė 30 min. trukmės fizinė veikla mažina lėtinio nuovargio, pykinimo, nemigos, nerimo simptomus, padeda reguliuoti kūno svorį, stiprina kūną. Pasirenkant fizinio aktyvumo tipą (pvz.: vaikščiojimas su šiaurietiškomis lazdomis, mankštos ar kt.) svarbu atsižvelgti į savo fizinės galimybes, krūvis taip pat turi būti saikingai didinamas palaipsniui.

Išsimiegokite! Daugumai žmonių reikalingas 7–8 val. kokybiškas naktinis miegas fizinėms jėgoms atgauti ir gerai psichinei savijautai palaikyti.

Mokykitės atsparumo stresui! Pasibaigus aktyviam gydymui, artėjant kontrolinių tyrimų atlikimo laikui, gali pasireikšti nerimo ir liūdesio požymiai. Aktyvus rūpinimas savo fizine sveikata, įsitraukimas į prasmingas mėgiamas veiklas, bendravimas su suprantančiais ir palai-kančiais žmonėmis, padeda atrasti individualius būdus emociškai atsigauti ir sustiprėti.

Apie visus dėl ligos kylančius fizinius, emocinius, socialinius, dvasinius sunkumus įvardinkite savo šeimos gydytojui ar savo gydytojui onkologui, onkologijos atvejo vadybininkui. Jie nukreips specializuotai pagalbai. Bendravimas su savo sveikatos priežiūros specialistais – geriausias būdas laiku gauti tinkamą pagalbą.

Žinojimas, ko galima tikėtis, kaip sau padėti ir kur kreiptis esant klausimams, suteiks Jums pasitikėjimo grįžtant į įprastinį gyvenimo ritmą.



Siekiant sumažinti šalutinį gydymo poveikį bei ligos atsinaujinimo riziką, užtikrinti kuo aukštesnę gyvenimo kokybę – labai svarbu visapusiškai savimi rūpintis.

SKLANDŽIAM BENDRADARBIAVIMUI SU GYDYTOJU UŽTIKRINTI:

- **Atvykite registracijos metu nurodytu laiku.** Planuokite atvykimą pusvalandžiu anksčiau, kad galėtumėte ramiai ateiti, užpildyti reikalingus dokumentus. Ypač jei atvyksite į KUL pirmą kartą.
- **Į pirmus susitikimus su gydytoju onkologu atvykite su lydinčiu asmeniu.** Pasirinkite vieną artimą žmogų, kuriuo pasitikite. Jis padės suprasti naują informaciją ir praktiškai pagelbės Jums gydymo metu.
- Vizitas pas gydytoją yra susitikimas. **Aktyviai dalyvaukite pokalbyje,** išsakykite rūpinimus klausimus. Išsakykite savo lūkesčius susitikimo pradžioje. Paprašykite paaiškinti medicininius terminus ar rekomendacijas.
- **Būkite sąžiningi.** Siekiant suprasti Jūsų sveikatos būklę ir nustatyti diagnozę, Jūsų gydytojui reikalinga tiksli informacija. Sąžiningai atsakinėkite į klausimus apie dabartinę savo sveikatą ir gyvenimo būdą.
- **Užsirašykite gydytojo suteiktą informaciją.** Užrašai Jums padės geriau ją įsiminti. Vizito pabaigoje pasitikslinkite kokius tolesnius veiksmus turite atlikti (kokius medikamentus vartoti, kada ir kur registruotis aptartiems tyrimams, gydytojų konsultacijoms).
- **Nepamirškite pasiimti gydytojo Jums duotą išrašą,** kuriame bus vizito santrauka su instrukcijomis.



Labai svarbu prieš kiekvieną vizitą pas gydytoją tinkamai pasiruošti, kad konsultacijos laikas būtų kiek įmanoma produktyvesnis. Iš anksto surinkite visus reikalingus medicininius įrašus (siuntimą, tyrimų aprašymus, vaizdinius įrašus ir kt). Užsirašykite, ką norite aptarti vizito pas gydytoją metu. Būkite pasiruošęs atsakyti į gydytojo klausimus, kurie pateikiami žemiau esančioje lentelėje.

Kokie yra pagrindiniai nusiskundimai? Kada jie atsirado? Kaip dažnai jie kartojasi? Kaip ilgai jie tęsiasi?

Kas apsunkina simptomus ar būkles (pvz., maistas, kūno poza, judesiai, stresas)?

Ar kažkas iš šeimos, giminės narių turėjo tokių pačių sveikatos problemų?

Kokius vaistus, vitaminus ar maisto papildus šiuo metu vartojate? Kokiems vaistams esate alergiški?

JEI RUOŠIATĖS PAKARTOTINIAM VIZITUI, APGALVOKITE IR SURAŠYKITE ATSAKYMUS Į ŠIUOS KLAUSIMUS:

Kaip pasikeitė mano savijauta nuo paskutinio apsilankymo pas gydytoją iki dabar?

Ar teko susidurti su sunkumais laikantis gydytojo rekomendacijų? Jei taip, su kokiais?

Mūsų komanda
pasiruošusi Jums padėti
ir užtikrinti kompleksines
aukščiausios kokybės
paslaugas

KONTAKTAI

Onkologijos atvejo vadybininkė

Tel. 846 396 621

samanta.savickaite@kul.lt

KUL informacija tel. 846 396 677

Išankstinė registracija

Tel.: 846 396 396 (523), (568), (684), (594)

Internetu: <http://ipr.kul.lt/ipr/>