

Θεραπείες του καρκίνου του μαστού

Breast cancer treatments

Greek | English

Breast
Cancer
Network
Australia



Σχετικά με μας

Το Breast Cancer Network Australia (BCNA) είναι ο κορυφαίος οργανισμός για όσους επηρεάστηκαν από τον καρκίνο του μαστού στην Αυστραλία. Παρέχουμε μια ποικιλία από δωρεάν πόρους, συμπεριλαμβανομένου του πακέτου *My Journey Kit* (το Πακέτο του Ταξιδιού μου) για γυναίκες με πρώιμο καρκίνο του μαστού και του πακέτου *Hope & Hurdles* (Ελπίδα και Εμπόδια) για γυναίκες με δευτερογενή καρκίνο του μαστού. Το δωρεάν τριμηνιαίο μας περιοδικό, *The Beacon*, (Ο Φάρος), περιλαμβάνει ιστορίες από ανθρώπους που μοιράζονται τις εμπειρίες τους, καθώς επίσης και πληροφορίες για ένα ευρύ φάσμα θεμάτων του καρκίνου του μαστού. Καλωσορίζουμε και τιμούμε τη διαφορετικότητα των μελών μας.

Επισκεφθείτε τη διαδικτυακή μας τοποθεσία στη διεύθυνση: www.bcna.org.au για περισσότερες πληροφορίες ή για να συνδεθείτε με άλλους, μέσω του BCNA με απευθείας σύνδεση.

About us

Breast Cancer Network Australia (BCNA) is the peak organisation for all people affected by breast cancer in Australia. We provide a range of free resources, including the *My Journey Kit* for women with early breast cancer and *Hope & Hurdles* for women with secondary breast cancer. Our free quarterly magazine, *The Beacon*, includes stories from people sharing their experiences, as well as information on a wide range of breast cancer issues. We welcome and celebrate the diversity of our members.

Visit our website www.bcna.org.au for more information or to connect with others through BCNA's online network.

Ένας από του λόγους που τόσες πολλές γυναίκες θεραπεύονται από τον καρκίνο του μαστού στην Αυστραλία είναι εξ αιτίας των εξαιρετικών διαθέσιμων θεραπειών. Υπάρχουν πολλοί διαφορετικοί τύποι θεραπείας για τον καρκίνο του μαστού. Αυτό είναι επειδή υπάρχουν πολλοί διαφορετικοί τύποι καρκίνου του μαστού. Οι γιατροί σας θα καθορίσουν τις καλύτερες θεραπείες για σας.

One of the reasons so many women survive breast cancer in Australia is because of the excellent treatments available. There are many different types of treatments for breast cancer. This is because there are many different types of breast cancer. Your doctors will work out the best treatments for you.

Περιεχόμενα In this booklet

Γιατί πρέπει να γίνει θεραπεία του καρκίνου του μαστού; Why treat breast cancer?	5
Τι κάνουν οι θεραπείες του καρκίνου του μαστού; What do breast cancer treatments do?	5
Χειρουργική επέμβαση Surgery	9
Χημειοθεραπεία Chemotherapy	15
Ακτινοθεραπεία Radiotherapy	19
Ορμονοθεραπείες Hormone therapies	21
Στοχευμένες θεραπείες Targeted therapies	23
Παρενέργειες της θεραπείας Side effects of treatment	23
Λήψη αποφάσεων σχετικά με τη θεραπεία Making decisions about treatment	25
Συμπληρωματικά φάρμακα Complementary medicine	27
Περισσότερες πληροφορίες More information	29

When you make your appointments to see your doctor and surgeon, tell them if you need an **interpreter**. An interpreter can help you understand your breast cancer and your breast cancer treatment. There will be many medical words that your doctors will use. An interpreter can help you to understand some of these too.

It is a good idea to write down questions you want to ask your doctor and take these with you to your appointment.

It is also a good idea to take a family member or friend to your appointments to support you. They can ask questions for you and write notes about what the doctors say.

Όταν κλείνετε ένα ραντεβού για να δείτε το γιατρό σας και το χειρουργό σας, να τους πείτε αν χρειάζεστε **διερμηνέα**. Ο διερμηνέας μπορεί να σας βοηθήσει να κατανοήσετε τον καρκίνο του μαστού σας και τη θεραπεία του. Θα υπάρξουν πολλές ιατρικές λέξεις που θα χρησιμοποιήσουν οι γιατροί σας. Ένας διερμηνέας μπορεί να σας βοηθήσει επίσης να καταλάβετε μερικές από αυτές.

Είναι μια καλή ιδέα να γράψετε κάτω τις ερωτήσεις που θέλετε να κάνετε στο γιατρό σας και να τις πάρετε μαζί σας στο ραντεβού σας.

Είναι επίσης μια καλή ιδέα να πάρετε μαζί σας ένα μέλος της οικογένειας ή ένα φίλο στο ραντεβού σας για συμπαράσταση. Αυτοί μπορούν να κάνουν ερωτήσεις για λογαριασμό σας και να πάρουν σημειώσεις σχετικά με το τι σας λέει ο γιατρός.

Why treat breast cancer?

If breast cancer is not treated, the cancer cells in the breast will keep growing. They can spread to other parts of the body, such as bones, the liver or the lungs. This is called secondary breast cancer. Over time, these cancer cells can stop some organs in your body from working, or lead to other life-threatening problems.

It is better if the breast cancer is found before it spreads to other parts of the body and if you start treatment as early as possible.

What do breast cancer treatments do?

Treatments for early breast cancer aim to:

- remove the cancer from the breast
- kill any cancer cells that cannot be seen.

Treatments for breast cancer

Surgery	An operation to take out the cancer and some of the healthy tissue around it
Chemotherapy	Medicine to kill cancer cells in the breast and other parts of the body
Radiotherapy	Treating the area where the cancer was found with radiation (X-rays)
Hormone therapy	Medicine to stop hormone receptor-positive breast cancer growing
Targeted therapy	Medicine to stop certain types of breast cancer, such as HER2-positive breast cancer, growing

Γιατί πρέπει να γίνει θεραπεία του καρκίνου του μαστού;

Αν ο καρκίνος του μαστού δεν αντιμετωπιστεί, τα καρκινικά κύτταρα στο μαστό θα συνεχίσουν να αυξάνονται. Μπορούν να εξαπλωθούν σε άλλα μέρη του σώματος, όπως στα κόκκαλα, στο ήπαρ (στο συκώτι) και στους πνεύμονες. Αυτό ονομάζεται δευτερογενής καρκίνος του μαστού (secondary breast cancer). Με την πάροδο του χρόνου, αυτά τα καρκινικά κύτταρα θα σταματήσουν την λειτουργία ορισμένων οργάνων του σώματός σας, ή θα οδηγήσουν σε άλλα προβλήματα απειλητικά για τη ζωή.

Είναι καλύτερα να βρεθεί ο καρκίνος του μαστού, πριν εκταθεί σε άλλα μέρη του σώματος και να ξεκινήσετε τη θεραπεία, όσο το δυνατόν νωρίτερα.

Τι κάνουν οι θεραπείες του καρκίνου του μαστού;

Οι θεραπείες για τον πρώιμο καρκίνο του μαστού (early breast cancer) έχουν ως στόχο να:

- αφαιρέσουν τον καρκίνο από το μαστό
- να σκοτώσουν όλα τα καρκινικά κύτταρα που δεν φαίνονται.

Θεραπίες για τον καρκίνο του μαστού

Χειρουργική επέμβαση (Surgery)	Εγχείριση για να αφαιρεθεί ο καρκίνος και ορισμένα υγιή κύτταρα γύρω από αυτόν
Χημειοθεραπεία (chemotherapy)	Φάρμακα για να σκοτώσουν τα καρκινικά κύτταρα μέσα στο μαστό και σε άλλα μέρη του σώματος
Ακτινοθεραπεία (radiotherapy)	Θεραπεία της περιοχής όπου βρέθηκε ο καρκίνος με ακτινοβολία (X-rays)
Ορμονοθεραπεία (hormone therapy)	Φάρμακα για να σταματήσουν την ανάπτυξη των ορμονικών υποδοχέων-θετικό καρκίνου του μαστού (hormone receptor-positive)
Στοχευμένη θεραπεία (targeted therapy)	Φάρμακα για να σταματήσουν την ανάπτυξη ορισμένων τύπων καρκίνου του μαστού, όπως τον HER2-θετικό καρκίνο του μαστού (HER2-positive breast cancer)

You may have one, some or all of these treatments.

The treatment your doctor suggests for you will depend on:

- the type of breast cancer you have and how quickly it is growing
- your age, general health, and what treatments you prefer.

Your doctors will help you decide which treatment is best for you. It is usually alright to take a week or two to decide which treatments you want to have. You might like to talk to your family about it. You can also talk to another doctor, your GP, or a nurse if you are unsure.

When the doctor talked about having a second operation to remove the breast, I said, 'I can't let you know now. I need time to think about this'. He gave me a week. – Sotiria

You will see more than one doctor or nurse during your treatment. Some hospitals will have a special breast care nurse.

Μπορεί να κάνετε μία, ορισμένες ή όλες από αυτές τις θεραπείες. Η θεραπεία που προτείνει για σας ο γιατρός σας θα εξαρτηθεί από:

- τον τύπο του καρκίνου του μαστού που έχετε και από το πόσο γρήγορα μεγαλώνει
- την ηλικία σας, τη γενική σας υγεία, και ποιες θεραπείες προτιμάτε.

Οι γιατροί σας θα σας βοηθήσουν να αποφασίσετε ποια είναι η καλύτερη θεραπεία για σας. Συνήθως είναι εντάξει να πάρετε μια εβδομάδα ή δυο για να αποφασίσετε ποιες θεραπείες θέλετε να κάνετε. Μπορεί να θέλετε να μιλήσετε στην οικογένειά σας γι αυτό. Μπορείτε επίσης να μιλήσετε σ' έναν άλλο γιατρό, στον οικογενειακό σας γιατρό, ή στη νοσοκόμα αν δεν είστε σίγουρες.

Όταν ο γιατρός μου μίλησε για δεύτερη επέμβαση για την αφαίρεση του στήθους, είπα, «Δεν μπορώ να σου πω τώρα. Χρειάζομαι χρόνο για να το σκεφτώ». Μου έδωσε μια εβδομάδα προθεσμία. – Sotiria

Θα δείτε περισσότερους από ένα γιατρό ή νοσοκόμα κατά τη διάρκεια της θεραπείας σας. Ορισμένα νοσοκομεία θα έχουν μια εξειδικευμένη νοσοκόμα φροντίδας μαστού (breast care nurse).

Surgery

The aim of breast cancer surgery is to:

- take out the cancer and some healthy tissue around it (this is called the 'surgical margin')
- find out more about your breast cancer so that your doctors can suggest the best treatment for you.

Main types of surgery

Breast conserving surgery

This is the removal of (cutting out) the part of the breast where the cancer is located. Other words for breast conserving surgery are lumpectomy, partial mastectomy or wide local excision. This type of surgery is usually recommended if the cancer is small.

Mastectomy

This is the removal (taking off) of the **whole** breast. Bilateral mastectomy is where both breasts are removed. Mastectomy is usually recommended if:

- the cancer is large
- there is more than one cancer in the breast.

Sometimes women have breast conserving surgery first and then a decision is made later to have a mastectomy. This might happen if:

- the pathology report shows that the margins around the breast cancer were not clear and there are cancer cells still in the breast
- breast cancer comes back in the same breast
- women have had radiotherapy to that breast in the past.

Χειρουργική επέμβαση (surgery)

Ο στόχος της χειρουργικής επέμβασης καρκίνου του μαστού είναι να:

- αφαιρεθεί ο καρκίνος και ορισμένα υγιή κύτταρα γύρω του (αυτό ονομάζεται «surgical margin»)
- μάθετε περισσότερα σχετικά με τον καρκίνο του μαστού σας έτσι ώστε οι γιατροί σας να μπορούν να σας προτείνουν την καλύτερη θεραπεία.

Κυριότεροι τύποι χειρουργικής επέμβασης

Χειρουργική επέμβαση διατήρησης του μαστού (breast conserving surgery)

Αυτή είναι η αφαίρεση (κόψιμο) ενός μέρους του μαστού, όπου βρίσκεται ο καρκίνος. Άλλες λέξεις για τη χειρουργική επέμβαση διατήρησης του μαστού είναι η ογκοτομή (lumpectomy), η μερική μαστεκτομή (partial mastectomy) ή η ευρεία τοπική εκτομή (wide local excision). Αυτού του είδους η επέμβαση συνιστάται συνήθως, εάν ο καρκίνος είναι μικρός.

Μαστεκτομή (Mastectomy)

Αυτή είναι η αφαίρεση (το βγάλσιμο) **όλου** του μαστού.

Η διμερής μαστεκτομή είναι αυτή όπου αφαιρούνται και οι δύο μαστοί. Η μαστεκτομή συνιστάται συνήθως όταν:

- ο καρκίνος είναι μεγάλος
- υπάρχουν περισσότεροι από έναν καρκίνοι στο μαστό.

Μερικές φορές οι γυναίκες κάνουν τη χειρουργική επέμβαση διατήρησης του μαστού πρώτα και μετά αποφασίζουν να κάνουν μαστεκτομή στο μέλλον. Αυτό μπορεί να γίνει αν:

- η παθολόγο-ανατομική έκθεση βιοψίας δείχνει ότι η περιοχή γύρω από τον καρκίνο του μαστού δεν είναι καθαρή και υπάρχουν ακόμα καρκινικά κύτταρα στο μαστό
- επανέρχεται ο καρκίνος του μαστού στον ίδιο μαστό
- οι γυναίκες είχαν υποβληθεί σε ακτινοθεραπεία στο παρελθόν σ' αυτό το μαστό.

Some women choose to have a mastectomy as their first surgery. Speak to your surgeon about your options.

Lymph nodes removed (taken out)

During the breast cancer surgery, the surgeon will most likely remove (take out) one or more lymph nodes from the armpit (axilla) to see if they have any cancer cells in them. You may be offered one of the following procedures:

- **Sentinel node biopsy**

This is where the first lymph node, or nodes, where the cancer cells are most likely to have spread, are taken from the breast. If cancer cells are found in the nodes that are taken out, you may need more surgery to remove some more lymph nodes.

- **Axillary dissection** (also called axillary clearance)

The word 'axilla' means armpit. Axillary dissection is where some or all lymph nodes are removed (taken out) from the armpit.

Your surgeon will talk to you about which option is best for you.

Breast reconstruction

If you have a mastectomy, you may like to think about having a breast reconstruction. Breast reconstruction means rebuilding a breast shape after breast surgery. This is done using:

- an implant made from silicone or saline

OR

- tissue from another part of your body, for example, fat from the stomach.

Μερικές γυναίκες επιλέγουν να έχουν μαστεκτομή ως την πρώτη τους χειρουργική επέμβαση. Μιλήστε στο χειρουργό σας σχετικά με τις επιλογές σας.

Αφαίρεση των λεμφαδένων (Lymph nodes) (βγάλισμο)

Κατά τη διάρκεια της χειρουργικής επέμβασης για τον καρκίνο του μαστού, ο χειρουργός πιθανότατα θα αφαιρέσει (θα βγάλει) έναν ή περισσότερους λεμφαδένες από τη μασχάλη (axilla) για να δει αν έχουν κάποια καρκινικά κύτταρα μέσα τους. Μπορεί να σας προτείνουν μια από τις ακόλουθες επεμβάσεις:

- **Βιοψία λεμφαδένα φρουρού (sentinel node biopsy)**
Αυτός είναι ο πρώτος λεμφαδένας ή οι κόμβοι, όπου τα καρκινικά κύτταρα είναι πιο πιθανόν να έχουν εξαπλωθεί, που αφαιρούνται από το μαστό. Αν βρεθούν καρκινικά κύτταρα στους κόμβους που αφαιρούνται, μπορεί να χρειαστεί και άλλη χειρουργική επέμβαση για να αφαιρεθούν μερικοί ακόμη λεμφαδένες.
- **Μασχαλιαία ανατομή (axillary dissection)**
(ονομάζεται επίσης μασχαλιαία κάθαρση)
Η λέξη 'axilla' σημαίνει μασχάλη. Η μασχαλιαία ανατομή είναι όταν ορισμένοι ή όλοι οι λεμφαδένες αφαιρούνται (βγαίνουν) από τη μασχάλη.

Ο χειρουργός σας θα σας μιλήσει για την επιλογή που σας ταιριάζει καλύτερα.

Ανάπλαση του μαστού (breast reconstruction)

Αν κάνετε μαστεκτομή, μπορεί να θέλετε να κάνετε ανάπλαση του μαστού. Ανάπλαση του μαστού σημαίνει η αναδημιουργία του σχήματος του μαστού μετά από τη χειρουργική επέμβαση μαστού. Αυτό γίνεται χρησιμοποιώντας:

- Ένα εμφύτευμα, κατασκευασμένο από σιλικόνη ή φυσιολογικό ορό

Ή

- Ιστό από ένα άλλο μέρος του σώματός σας, για παράδειγμα, λίπος από το στομάχι σας.

Breast reconstruction may involve several operations. It can sometimes be done at the same time as the mastectomy, or it can be done later. There are different types of breast reconstruction.

Women who have had a mastectomy as part of their breast cancer treatment can have a breast reconstruction in the public health system with most of the costs covered. Not all public hospitals are able to provide reconstruction surgery, so your surgeon might recommend a different hospital. Speak to your surgeon if you are interested in breast reconstruction. Ask about any costs that you might have to pay.

Breast Cancer Network Australia (BCNA) has more information about breast reconstruction in English. If English is not your preferred language, you may like to ask a family member or friend to help explain the information.

It may take you some time to decide if you want to have a breast reconstruction. You don't have to decide straight away. You can choose to have a reconstruction years after your breast cancer treatment.

If you choose not to have a breast reconstruction, you might like to wear a breast prosthesis. A breast prosthesis is something that can be worn inside your bra to give you the shape of a breast. There is more information about this in the booklet *Support that may help*.

Η ανάπλαση του μαστού μπορεί να συμπεριλάβει αρκετές εγχειρήσεις. Μπορεί μερικές φορές να γίνει ταυτόχρονα με τη μαστεκτομή, ή μπορεί να γίνει αργότερα. Υπάρχουν διάφοροι τύποι ανάπλασης του μαστού.

Οι γυναίκες που έχουν κάνει μαστεκτομή, ως μέρος της θεραπείας του καρκίνου του μαστού, μπορεί να κάνουν ανάπλαση μαστού μέσω του δημόσιου συστήματος υγείας όπου καλύπτονται τα περισσότερα έξοδα. Δεν είναι σε θέση να παρέχουν χειρουργική επέμβαση ανάπλασης όλα τα δημόσια νοσοκομεία, γι αυτό ο χειρουργός σας μπορεί να σας συστήσει ένα άλλο νοσοκομείο. Μιλήστε στο χειρουργό σας, αν ενδιαφέρεστε για την ανάπλαση του μαστού. Ρωτήστε για όλα τα έξοδα που ίσως χρειαστεί να πληρώσετε.

Το Breast Cancer Network Australia (BCNA) έχει περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την ανάπλαση του μαστού στα αγγλικά. Αν τα αγγλικά δεν είναι η γλώσσα της προτίμησής σας, μπορείτε αν θέλετε να ζητήσετε από ένα μέλος της οικογένειας ή φίλο να σας βοηθήσει με την εξήγηση των πληροφοριών.

Μπορεί να χρειαστείτε λίγο χρόνο για να αποφασίσετε αν θέλετε να κάνετε την ανάπλαση του μαστού. Δεν χρειάζεται να αποφασίσετε αμέσως. Μπορείτε να επιλέξετε να κάνετε την ανάπλαση, χρόνια αργότερα, μετά τη θεραπεία του καρκίνου του μαστού σας.

Αν επιλέξετε να μην κάνετε ανάπλαση μαστού, μπορεί να θέλετε να φορέσετε προσθέσεις μαστού. Οι προσθέσεις μαστού (breast prosthesis) είναι πράγματα που μπορούν να φορεθούν μέσα στο σουτιέν σας για να σας δώσουν το σχήμα του μαστού. Υπάρχουν περισσότερες πληροφορίες σχετικά με αυτό στο φυλλάδιο *Υποστήριξη που μπορεί να βοηθήσει (Support that may help)*.

Chemotherapy

Chemotherapy uses medication to kill cancer cells that may have spread outside the breast and armpit area that cannot be seen or found. Chemotherapy treats the whole body, not just the area where the cancer was found. It destroys fast growing cells, such as cancer, as well as normal cells in places like the mouth, stomach, bowel, skin, hair and bone marrow. These normal cells repair in time. Damage to the normal cells causes the side effects of chemotherapy. Side effects can include feeling sick or losing your hair.

Chemotherapy can lower the chance that the breast cancer will come back. It can improve the chance of surviving breast cancer.

Not everyone with breast cancer will have chemotherapy. Whether or not you have chemotherapy may depend on:

- the risk of your breast cancer coming back
- if your cancer uses hormones to grow
- your general health
- if you want chemotherapy.

Χημειοθεραπεία (chemotherapy)

Η χημειοθεραπεία χρησιμοποιεί φάρμακα για να σκοτώσει τα καρκινικά κύτταρα που ίσως έχουν εξαπλωθεί έξω από το μαστό και στην περιοχή της μασχάλης, τα οποία δεν φαίνονται ή δεν βρέθηκαν. Η χημειοθεραπεία θεραπεύει όλο το σώμα, όχι μόνο την περιοχή που βρέθηκε ο καρκίνος. Καταστρέφει γρήγορα τα αναπτυσσόμενα κύτταρα, όπως ο καρκίνος, καθώς επίσης και τα φυσιολογικά κύτταρα σε μέρη όπως το στόμα, το στομάχι, το έντερο, το δέρμα, τα μαλλιά και το μυελό των οστών (bone marrow). Αυτά τα φυσιολογικά κύτταρα επισκευάζονται με την πάροδο του χρόνου. Η βλάβη των φυσιολογικών κυττάρων προκαλεί τις παρενέργειες της χημειοθεραπείας. Οι παρενέργειες μπορεί να είναι αδιαθεσία ή να πέσουν τα μαλλιά σας.

Η χημειοθεραπεία μπορεί να μειώσει την πιθανότητα να επανέλθει ο καρκίνος του μαστού. Μπορεί να βελτιώσει τις πιθανότητες επιβίωσης από καρκίνο του μαστού.

Δεν θα κάνει χημειοθεραπεία ο καθένας που έχει καρκίνο του μαστού. Το να κάνετε ή όχι χημειοθεραπεία μπορεί να εξαρτηθεί από:

- τον κίνδυνο να επιστρέψει ο καρκίνος του μαστού
- αν ο καρκίνος σας χρησιμοποιεί ορμόνες για να αναπτυχθεί
- τη γενική σας υγεία
- το αν θέλετε να κάνετε χημειοθεραπεία.

There are different types of chemotherapy. Most chemotherapy is given using a needle and tube to feed the medication through your veins. This is called an intravenous or IV drip. Some chemotherapy is given as tablets. Each type has different side effects. Everyone experiences side effects differently. Some of the most common side effects of chemotherapy are:

- feeling sick (nausea) or vomiting
- becoming very tired (fatigue)
- losing your hair (your hair will grow back later)
- finding it hard to think (sometimes called ‘chemobrain’)
- your periods stopping (menopause).

If you think you would like to have children after your treatment, it is important to talk with your doctor before you start chemotherapy, as it can affect your ovaries.

Most side effects of chemotherapy can be managed with help from your doctor or nurse.

I was quite sick after my first treatment. My doctors were great and changed my anti-nausea medication, which made the following treatments much easier to handle. – Georgia

A **medical oncologist** is a doctor who is an expert in treating cancer with medications. He or she will speak with you about the best treatments for you.

Υπάρχουν διάφοροι τύποι χημειοθεραπείας. Οι περισσότερες χημειοθεραπείες χορηγούνται με βελόνα και σωλήνα για να τροφοδοτήσουν το φάρμακο μέσα στις φλέβες σας. Αυτό ονομάζεται ενδοφλέβια ή IV στάλαξη. Ορισμένες χημειοθεραπείες χορηγούνται ως δισκία (χάπια). Κάθε τύπος έχει διαφορετικές παρενέργειες. Ο καθένας βιώνει τις παρενέργειες διαφορετικά. Ορισμένες από τις πιο κοινές παρενέργειες της χημειοθεραπείας είναι:

- η αίσθηση αδιαθεσίας (ναυτία) ή εμετού
- η αίσθηση μεγάλης κούρασης (κόπωση)
- η πτώση των μαλλιών σας (τα μαλλιά σας θα μεγαλώσουν πάλι αργότερα)
- η δυσκολία να σκεφτείτε (μερικές φορές ονομάζεται 'chemobrain')
- η διακοπή της περιόδου σας (εμμηνόπαυση).

Αν νομίζετε ότι θα θέλατε να κάνετε παιδιά μετά τη θεραπεία σας, είναι σημαντικό να μιλήσετε στο γιατρό σας πριν αρχίσετε τη χημειοθεραπεία σας, καθώς μπορεί να επηρεάσει τις ωοθήκες σας.

Οι περισσότερες παρενέργειες της χημειοθεραπείας μπορούν να αντιμετωπιστούν με τη βοήθεια του γιατρού σας ή της νοσοκόμας.

Ήμουν πολύ άρρωστη μετά την πρώτη μου θεραπεία. Οι γιατροί μου ήταν εξαιρετικοί και άλλαξαν τα φάρμακά μου κατά της ναυτίας, τα οποία έκαναν τις ακόλουθες θεραπείες πολύ πιο εύκολες να τις χειριστώ. – Georgia

Ο **ογκολόγος γιατρός** είναι ένας γιατρός ο οποίος είναι ειδικός στη θεραπεία του καρκίνου με φάρμακα. Αυτός ή αυτή θα μιλήσει μαζί σας για τις καλύτερες θεραπείες για σας.

Radiotherapy

Radiotherapy uses X-rays to kill any cancer cells that may be left in the breast or armpit after surgery. It is usually recommended after breast conserving surgery. Sometimes it is also recommended after a mastectomy.

Radiotherapy is only given to the area that needs to be treated. Before you start radiotherapy, you will meet with:

- a radiation oncologist to plan your treatment
- a radiation therapist who will explain what will happen.

Once radiotherapy starts, you will usually have treatments once a day for five days a week for three to six weeks. You will be given an appointment time for each of your visits. Each treatment usually only takes a few minutes. Radiotherapy is usually painless, but there may be some side effects. The most common side effects are:

- the skin of the breast where you are getting treatment can become red and dry like sunburn
- the skin can become darker and may stay that way for a few months
- feeling more tired than usual during treatment and for a few weeks after treatment is over.

There are other side effects, which are less common. Talk to the radiotherapy or nursing staff about ways to manage the side effects or other concerns you may have.

Ακτινοθεραπεία (radiotherapy)

Η ακτινοθεραπεία χρησιμοποιεί ακτινοβολίες Χ (X-rays) για να σκοτώσει τα καρκινικά κύτταρα που μπορεί να απομείνουν στο μαστό ή στη μασχάλη μετά από τη χειρουργική επέμβαση. Συνήθως συνιστάται μετά από χειρουργική επέμβαση διατήρησης του μαστού. Μερικές φορές συνιστάται επίσης μετά από μια μαστεκτομή.

Η ακτινοθεραπεία γίνεται μόνο στην περιοχή που χρειάζεται θεραπεία. Πριν ξεκινήσει η ακτινοθεραπεία θα συναντηθείτε με:

- έναν ακτινολόγο-ογκολόγο για να σχεδιάσει τη θεραπεία σας
- ένα θεραπευτή ακτινοβολίας για να σας εξηγήσει το τι πρόκειται να γίνει.

Όταν ξεκινήσει η ακτινοθεραπεία, θα κάνετε θεραπείες μια φορά την ημέρα για πέντε μέρες την εβδομάδα, για τρεις έως έξι εβδομάδες. Θα σας δοθεί η ώρα του ραντεβού για κάθε μια από τις επισκέψεις σας. Κάθε θεραπεία συνήθως διαρκεί μόνο λίγα λεπτά. Η ακτινοθεραπεία είναι ανώδυνη, αλλά μπορεί να υπάρξουν κάποιες παρενέργειες. Οι πιο συχνές παρενέργειες είναι:

- το δέρμα του μαστού σας, όπου έγινε η θεραπεία μπορεί να γίνει κόκκινο και ξηρό, όπως τα ηλιακά εγκαύματα
- το δέρμα σας μπορεί να γίνει πιο σκούρο και μπορεί να παραμείνει έτσι για μερικούς μήνες
- θα αισθάνεστε πιο κουρασμένοι από το συνηθισμένο κατά τη διάρκεια της θεραπείας και για μερικές εβδομάδες αφού τελειώσει η θεραπεία.

Υπάρχουν και άλλες παρενέργειες, οι οποίες είναι λιγότερο συχνές. Μιλήστε στο προσωπικό της ακτινοθεραπείας ή στο νοσηλευτικό προσωπικό σχετικά με το πώς να διαχειριστείτε τις παρενέργειες ή άλλες ανησυχίες που τυχόν έχετε.

Hormone therapies

Hormone therapies (sometimes called endocrine therapies) are drugs (medicines) for women whose breast cancer uses the hormone oestrogen to grow. Hormone therapies stop cancer cells from growing. They lower the amount of oestrogen in the body, or stop the oestrogen from getting into the cancer cells. The type of hormone therapy recommended for you will depend on whether or not your periods have stopped (menopause). Hormone therapies are tablets that are taken every day, usually for five years or more.

Main types of hormone therapies

- Tamoxifen
- Aromatase Inhibitors, e.g. Arimidex, Femara, Aromasin

Tamoxifen

Tamoxifen stops the hormone oestrogen from getting into the breast cancer cells. This stops the breast cancer cells from growing. Tamoxifen can be used to treat women of any age, whether or not their periods have stopped (menopause).

Aromatase inhibitors

Aromatase inhibitors lower the amount of oestrogen in the body. The most common ones are Arimidex, Femara and Aromasin. Aromatase inhibitors only suit women whose periods have stopped forever (permanent menopause).

Hormone therapies are usually given after other breast cancer treatments, such as surgery, chemotherapy and radiotherapy.

Ορμονοθεραπείες (hormone therapies)

Οι ορμονοθεραπείες (μερικές φορές ονομάζονται ενδοκρινικές θεραπείες) (endocrine therapies) είναι φάρμακα για γυναίκες με καρκίνο του μαστού όπου ο καρκίνος χρησιμοποιεί την οιστρογόνο ορμόνη (oestrogen) για να αναπτυχθεί.

Οι ορμονοθεραπείες σταματούν τα καρκινικά κύτταρα να αναπτυχθούν. Μειώνουν την ποσότητα του οιστρογόνου στο σώμα, ή σταματούν το οιστρογόνο να μπει στα καρκινικά κύτταρα. Το είδος της ορμονοθεραπείας που συνιστάται για σας θα εξαρτηθεί από το εάν έχει σταματήσει η περίοδός σας ή όχι (εμμηνόπαυση). Οι ορμονοθεραπείες είναι χάπια που λαμβάνονται καθημερινά, συνήθως για πέντε χρόνια ή και περισσότερο.

Κύριοι τύποι ορμονοθεραπείας

- το Tamoxifen
- οι Αναστολείς Αρωματάσης (Aromatase Inhibitors), π.χ. το Arimidex, το Femara, το Aromasin

Tamoxifen

Το Tamoxifen σταματά την οιστρογόνο ορμόνη να εισχωρήσει στα καρκινικά κύτταρα του μαστού. Αυτό σταματά την ανάπτυξη των καρκινικών κυττάρων του μαστού. Το Tamoxifen μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τη θεραπεία γυναικών κάθε ηλικίας, αν έχει σταματήσει ή όχι η περίοδός τους (εμμηνόπαυση).

Αναστολείς Αρωματάσης

Οι αναστολείς Αρωματάσης μειώνουν την ποσότητα των οιστρογόνων στο σώμα. Οι πιο κοινοί από αυτούς είναι το Arimidex, το Femara και το Aromasin. Οι αναστολείς Αρωματάσης ταιριάζουν μόνο στις γυναίκες των οποίων έχει σταματήσει η περίοδος για πάντα (μόνιμη εμμηνόπαυση).

Οι ορμονοθεραπείες συνήθως χορηγούνται μετά από άλλες θεραπείες για τον καρκίνο του μαστού, όπως χειρουργική επέμβαση, χημειοθεραπεία και ακτινοθεραπεία.

Targeted therapies

Targeted therapies are drugs (medicines) used to treat some types of breast cancer. The most common targeted therapy is the drug Herceptin. It is used to treat breast cancer that is HER2 positive. This means the cancer cells have higher than normal amounts of the HER2 protein. Herceptin works by stopping the cancer cells from growing and dividing.

One in every five women with breast cancer has HER2 positive breast cancer. Herceptin is given using a needle and tube to feed the medication through your veins (IV drip). It is given by a nurse or doctor once a week or once every three weeks, for a total of 12 months.

Other targeted therapies are being tested in clinical trials. Clinical trials are studies to find new ways to prevent, find or treat diseases.

Side effects of treatment

Some breast cancer treatments have side effects. Everyone is different – you may have side effects or you may not. Your doctor or nurse can give you information about side effects that you may have. Your doctor or nurse can also help you to manage side effects to make you more comfortable.

For more information in English about side effects, visit www.bcna.org.au. There is also more information about side effects in BCNA's *My Journey Kit*.

Tell your doctor if you feel unwell. Most side effects can be managed to make you feel better. – Julia

Στοχευμένες Θεραπείες (targeted therapies)

Οι στοχευμένες θεραπείες είναι φάρμακα (φαρμακευτική αγωγή) που χρησιμοποιούνται για τη θεραπεία ορισμένων τύπων καρκίνου του μαστού. Η πιο συνηθισμένη στοχευμένη θεραπεία είναι το φάρμακο Herceptin. Χρησιμοποιείται για τη θεραπεία του καρκίνου του μαστού που είναι HER2 - θετικός. Αυτό σημαίνει ότι τα καρκινικά κύτταρα έχουν υψηλότερα από τα κανονικά ποσοστά πρωτεΐνης HER2. Το Herceptin ενεργεί σταματώντας τα καρκινικά κύτταρα να αναπτυχθούν και να διαιρεθούν.

Μία στις πέντε γυναίκες με καρκίνο του μαστού έχουν θετικό καρκίνο του μαστού HER2. Το Herceptin χορηγείται χρησιμοποιώντας μια βελόνα και ένα σωλήνα για να τροφοδοτήσουν το φάρμακο στις φλέβες σας (IV drip). Δίδεται από μια νοσοκόμα ή ένα γιατρό μια φορά την εβδομάδα ή μια φορά κάθε τρεις εβδομάδες, για δώδεκα μήνες συνολικά.

Άλλες στοχευμένες θεραπείες δοκιμάζονται σε κλινικές δοκιμές. Οι κλινικές δοκιμές είναι μελέτες για να βρεθούν νέοι τρόποι για την πρόληψη, την εύρεση ή τη θεραπεία ασθενειών.

Παρενέργειες της Θεραπείας

Μερικές θεραπείες καρκίνου του μαστού έχουν παρενέργειες. Ο κάθε ένας είναι διαφορετικός-μπορεί να έχετε παρενέργειες μπορεί και όχι. Ο γιατρός σας ή η νοσοκόμα σας μπορούν να σας δώσουν πληροφορίες σχετικά με τις παρενέργειες που μπορεί να έχετε. Ο γιατρός ή η νοσοκόμα σας μπορούν επίσης να σας βοηθήσουν να διαχειριστείτε τις παρενέργειες ώστε να αισθάνεστε πιο άνετα.

Για περισσότερες πληροφορίες στα αγγλικά σχετικά με τις παρενέργειες, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα: www.bcna.org.au. Υπάρχουν επίσης περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις παρενέργειες στο πακέτο *My Journey Kit* (το Πακέτο του Ταξιδιού μου) του BCNA.

Ενημερώστε το γιατρό σας αν αισθάνεστε αδιαθεσία. Οι περισσότερες ανεπιθύμητες παρενέργειες μπορούν να αντιμετωπιστούν και να σας κάνουν να αισθανθείτε καλύτερα. – Julia

Making decisions about treatment

Making decisions about treatments can be very difficult. Some women like to have a lot of information and some women prefer to be guided by the doctors who are looking after them. It is up to you to decide how much information you would like and how involved you would like to be in making decisions about your treatment.

If you don't understand something, ask your doctor to explain – and if you still don't understand, ask them to explain it again and again until it is clear to you. They have been doctors for many years so they understand what they are talking about. For you, it is new territory. – Cassandra

Some women feel uncomfortable asking their doctor lots of questions. But it is important that you ask questions if you feel unsure about something or if you would like more information. It helps to write your questions down before you see your doctor. You can also talk to another doctor or your GP or nurse if you are still unsure.

There is usually time for you to talk to members of your family about which treatments you think will be best for you before making your final decision.

Cancer puts a brake on things, makes you take things slower and forces you to stop and appreciate the value of life and those around you. – Qiao

Λήψη αποφάσεων σχετικά με τη θεραπεία

Η λήψη αποφάσεων σχετικά με τις θεραπείες μπορεί να είναι πολύ δύσκολη. Ορισμένες γυναίκες θέλουν να έχουν περισσότερες πληροφορίες και ορισμένες γυναίκες προτιμούν να καθοδηγούνται από τους γιατρούς που τις φροντίζουν. Είναι στο χέρι σας να αποφασίσετε για πόσες πληροφορίες θα θέλατε να λάβετε και το πόσο θα εμπλακείτε στη λήψη αποφάσεων σχετικά με τη θεραπεία σας.

Αν δεν καταλαβαίνετε κάτι, ρωτήστε το γιατρό σας να σας το εξηγήσει- και αν ακόμη δεν το καταλάβετε, ζητήστε τους να σας το εξηγήσουν ξανά και ξανά μέχρι να γίνει σαφές. Είναι γιατροί για πολλά χρόνια και γι αυτό ξέρουν τι λένε. Για σας, είναι αυτό νέο έδαφος. – Cassandra

Ορισμένες γυναίκες αισθάνονται άβολα να κάνουν στο γιατρό τους πολλές ερωτήσεις. Αλλά είναι σημαντικό το να κάνετε ερωτήσεις αν δεν είστε σίγουρες για κάτι ή αν θα θέλατε περισσότερες πληροφορίες. Θα σας βοηθήσει αν γράψετε κάτω τις ερωτήσεις, πριν δείτε το γιατρό σας. Μπορείτε να μιλήσετε σε άλλο γιατρό ή στον οικογενειακό σας γιατρό ή στη νοσοκόμα, αν ακόμα δεν είστε βέβαιες.

Υπάρχει συνήθως χρόνος για να μιλήσετε με τα μέλη τους οικογένειάς σας σχετικά με τις θεραπείες που νομίζετε ότι θα είναι καλύτερες για σας, πριν την τελική σας απόφαση.

Ο καρκίνος βάζει φρένο στα πράγματα, σας κάνει να πάρετε τα πράγματα πιο σιγά και σας αναγκάζει να σταματήσετε και να εκτιμήσετε την αξία της ζωής και αυτών γύρω σας. – Qiao

Complementary medicine

Some people choose to use complementary medicines as well as the breast cancer treatment they have planned with their doctors. Examples of complementary medicines are vitamin supplements (such as vitamin C), herbal medicines (such as Chinese and Ayurveda medicines) and homeopathic remedies.

Some complementary medicines may help to make you feel better, **but some can stop the breast cancer treatment that your doctor has planned for you from working properly.**

It is very important to talk to your doctor about any complementary medicines you are taking or thinking about taking.

You can take the complementary medicine to your appointment to show the doctor what you are thinking about trying. Your doctor will tell you if it is safe or not.

Συμπληρωματικά φάρμακα (complementary medicine)

Μερικοί άνθρωποι επιλέγουν να χρησιμοποιήσουν συμπληρωματικά φάρμακα, καθώς επίσης και τη θεραπεία του καρκίνου του μαστού που είχαν προγραμματίσει με τους γιατρούς τους. Παραδείγματα συμπληρωματικών φαρμάκων είναι τα συμπληρώματα βιταμίνης (όπως η Βιταμίνη C), φυτικά φάρμακα (όπως τα κινέζικα και τα Ayurveda φάρμακα) και τα ομοιοπαθητικά φάρμακα.

Ορισμένα συμπληρωματικά φάρμακα μπορεί να σας βοηθήσουν να αισθανθείτε καλύτερα, **αλλά μερικά μπορεί να σταματήσουν τη σωστή λειτουργία της θεραπείας του καρκίνου του μαστού που έχει προγραμματίσει ο γιατρός σας για σας.**

Είναι πολύ σημαντικό να μιλήσετε με το γιατρό σας σχετικά με τα συμπληρωματικά φάρμακα που παίρνετε ή σκέπτεστε να πάρετε.

Μπορείτε να πάρετε τα συμπληρωματικά φάρμακα στο ραντεβού σας για να δείξετε στο γιατρό τι σκέπτεστε να δοκιμάσετε. Ο γιατρός σας θα σας πει αν είναι ασφαλή ή όχι.

Finding out more about breast cancer treatments from other sources

This booklet has some information about breast cancer treatments. You can get more information about breast cancer treatments, their benefits and side effects from:

- Your **medical team**, such as your surgeon, medical oncologist and nurse at the hospital.
- The **Cancer Council** in your state or territory can send you information in your language about common cancer treatments such as radiotherapy and chemotherapy. You can call the Cancer Council on **13 11 20** or, if you need an **interpreter**, phone **13 14 50**. The Cancer Council NSW has a multilingual website with lots of cancer information. Go to www.cancercouncil.com.au and click on your language tab on the top left hand corner of the home page.

More information

Breast Cancer Network Australia (BCNA) is the peak organisation for Australians affected by breast cancer. We have more information about breast cancer in a number of languages, including English.

Phone BCNA on **1800 500 258**

If you need an **interpreter**, phone **13 14 50**.

Visit our website www.bcna.org.au

Μάθετε περισσότερα σχετικά με τις θεραπίες του καρκίνου του μαστού από άλλες πηγές

Το φυλλάδιο αυτό έχει ορισμένες πληροφορίες σχετικά με τις θεραπείες για τον καρκίνο του μαστού. Μπορείτε να πάρετε περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις θεραπείες του καρκίνου του μαστού, τα οφέλη και τις παρενέργειες από:

- Την **ιατρική σας ομάδα** στο νοσοκομείο, όπως το χειρουργό σας, τον ογκολόγο σας και τη νοσοκόμα.
- Το **Cancer Council** της πολιτείας σας ή της επικράτειάς σας μπορεί να σας στείλει πληροφορίες στη γλώσσα σας σχετικά με τις συνηθισμένες αντικαρκινικές θεραπείες όπως: την ακτινοθεραπεία και τη χημειοθεραπεία. Μπορείτε να τηλεφωνήσετε το Cancer Council στον αριθμό: **13 11 20**. Αν χρειάζεστε **διερμηνέα**, τηλεφωνήστε στον αριθμό: **13 14 50**. Το Cancer Council της ΝΝΟ (Cancer Council NSW) έχει μια πολύγλωσση ιστοσελίδα με πολλές πληροφορίες για τον καρκίνο. Πηγαίνετε στο: www.cancercouncil.com.au και κάντε κλικ στην καρτέλα της γλώσσας σας, στην επάνω αριστερή γωνία της αρχικής σελίδας.

Περισσότερες πληροφορίες

Το Breast Cancer Network Australia (BCNA) είναι ο κορυφαίος οργανισμός για τους κατοίκους της Αυστραλίας που επηρεάστηκαν από τον καρκίνο του μαστού. Έχουμε περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τον καρκίνο του μαστού σε έναν αριθμό γλωσσών, συμπεριλαμβανομένης της αγγλικής γλώσσας.

Τηλεφωνήστε το BCNA στον αριθμό: **1800 500 258**
Αν χρειάζεστε **διερμηνέα**, τηλεφωνήστε στον αριθμό **13 14 50**.

Επισκεφθείτε τη διαδικτυακή μας τοποθεσία στη διεύθυνση:
www.bcna.org.au

sussan

Breast Cancer Network Australia
acknowledges the assistance of
Sussan in producing this booklet.

09/14

