

Liečba

Liečba môže zahŕňať: chirurgický zákrok, rádioterapiu, chemoterapiu, biologickú liečbu, imunoterapiu alebo kombináciu týchto metód. Podporná liečba a rehabilitácia sú tiež dôležitou súčasťou celkového manažmentu ochorenia.

Chirurgický zákrok

Operácia sa vykonáva v celkovej anestézii. Chirurg odstráni nádor, prípadne môžu byť odstránené aj niektoré lymfatické uzliny. Tento zákrok môže výrazne ovplyvniť estetický vzhľad pacienta a funkciu orgánov v danej oblasti, preto sa kladie veľký dôraz na zachovanie zdravých štruktúr. Tento výkon sa nazýva **konzervatívna chirurgia**. Rekonštrukčná (plastická) chirurgia môže byť zároveň konzervatívnym výkonom, kde sa nahradí chýbajúce tkanivo odobratím časti zdravého tkaniva z inej oblasti tela pacienta. Na prekrytie vzniknutej rany sa používa i koža. Hlavným cieľom rekonštrukčnej chirurgie je zachovať vzhľad a funkciu po odstránení chorého tkaniva.

Rádioterapia

Pri tejto terapii sa využíva ionizačné žiarenie na likvidáciu rakovinových buniek, ktoré sú zvyčajne menej odolné voči žiareniu ako zdravé bunky. Rádioterapia

rakoviny hlavy a krku ničí rakovinové bunky v danej oblasti využitím vysoko-energetického žiarenia, ktoré vychádza **zo zdroja ionizujúceho žiarenia (lineárny urýchľovač)**. Pre pacientov je vytvorená maska na podporu hlavy a obmedzenie pohybu pacienta počas dávky žiarenia. Počas zákroku ju má pacient položenú na hlave, uchytenú na lôžku, na ktorom leží. Dýchanie pod maskou je voľné. Ak sa pacient necíti s maskou na tvári pohodlne, musí komunikovať so zdravotným tímom, ktorý sa bude snažiť odbúrať vzniknutý stres.

Chemoterapia

Táto forma liečby cielene ničí rakovinové bunky, podáva sa vnútrožilovo, čím účinkuje systémovo (cirkuláciou v krvi). Existuje niekoľko liekov, ktoré účinkujú proti rakovine hlavy a krku: cisplatina, paclitaxel, docetaxel a ďalšie. Tieto môžu byť podávané aj kombinovane. Niekedy sa podáva chemoterapia spolu s rádioterapiou na zosilnenie účinku radiácie (žiarenia).

Biologická liečba

Vzťahuje sa na liečebné využitie **substancie (látky), ktorá je špecificky navrhnutá zasahovať do rastu buniek.**

Imunoterapia

Ide o modernú liečbu, pri ktorej sa aktivujú vlastné bunky za účelom svojpomocnej likvidácie ochorenia. Pri klasickej onkologickej liečbe ako je chemoterapia liek priamo ničí rakovinové bunky. **Cieľom imunoterapie je aktivácia imunitného systému pacienta, aby rozpoznal rakovinové bunky a zničil ich.**

Viac informácií
o rádioterapii nádorov hlavy a krku
ako i o tom,
čo môžete očakávať po liečbe,
je dostupných na stránke:
<https://www.lpr.sk/wp-content/uploads/2024/04/Radioterapia-hlavy-a-krku.pdf>



Liečebné možnosti podľa závažnosti

Včasné štádium – chirurgia alebo rádioterapia.

Lokálne pokročilé štádium – chirurgia, rádioterapia, systémová liečba a ich vzájomné kombinácie.

Metastatické štádium – imunoterapia, chemoterapia, biologická liečba, podporná liečba (celkovo paliatívna starostlivosť).

Výber vhodnej liečby ovplyvňujú viaceré dôležité faktory.

Patrí ku nim: celková charakteristika pacienta, vek a celkový stav, symptómy, funkcie orgánov, životný štýl, konzumácia alkoholu, fajčenie, nutričný status. Ide tiež o štádium ochorenia, riziko akútnych komplikácií, potrebu rýchlej odpovede na liečbu.

Dôležitými faktormi sú i sociálnoekonomický status, dostupnosť zdravotnej starostlivosti, dostupnosť paliatívnej starostlivosti.



RAKOVINA HLAVY A KRKU



O rakovine hlavy a krku

Rakovina hlavy a krku zahŕňa rôzne typy nádorov, ktoré sa môžu vyvinúť v oblastiach hlavy a krku. **Pozostáva zo skupiny nádorov: pier, ústnej dutiny a jazyka, hltana, hrtana, nosovej dutiny, vedľajších prínosových dutín.** Samostatne sa vyčleňujú nádory nosohltana a slinných žliaz. **Najväčší výskyt je v oblasti pier/ústnej dutiny.**

Výskyt na Slovensku je trikrát vyšší ako v štátoch severnej Európy. Častejší je výskyt u mužov (až 4:1), narastá už aj u žien. Táto forma rakoviny môže mať závažné dôsledky, ale včasnou diagnostikou a adekvátnou liečbou je možné dosiahnuť pozitívne výsledky.

Rizikové faktory

K vzniku rakoviny hlavy a krku významne prispieva najmä fajčenie a alkoholizmus.

Prehľad hlavných rizikových faktorov

| | Odhad rizika |
|--|--------------|
| → Užívanie tabaku (cigarety, cigary, fajky, marihuana) | 4 – 10x |
| → Bezdimový tabak (priamy kontakt so sliznicami – žuvací a šňupavý) | 4x |
| → Alkohol | 2x |
| → Fajčenie + alkohol | 35x |
| → Mužské pohlavie | 2 – 5x |
| → Infekcia ľudskými papilomavírusmi (HPV) (viac ako 26 partnerov, viac ako 6 orálnych sex. partnerov, mladší vek < 18 r prvého sexuálneho styku, karcinóm krčka maternice u partnerky) | 6,7x |

Ďalšie rizikové faktory

- » HIV/Imunosupresie (zvýšenie o 2 – 5x).
- » EBV (Epstein Barrovej vírus) – prejavom je infekčná mononukleóza.
- » Nízky príjem vlákniny a vitamínov (hlavne A) vo forme čerstvého ovocia a zeleniny, nízky obsah kyseliny listovej.
- » Slabá ústna hygiena, stav chrupu.
- » Expozícia slnku a UV žiareniu.
- » Anamnéza radiačnej terapie na oblasť tváre a krku.
- » Ionizujúce žiarenie (pre nádory slinných žliaz).
- » Pracovné expozície (drevený, kožený a textilný prach, azbest, formaldehyd).

Prevenencia

Včasná prevencia je v tomto prípade veľmi kľúčová.

Redukovanie rizika vzniku rakoviny hlavy a krku na minimum zahŕňa nasledovné kroky:

- Nefajčite. Ak fajčíte, prestaňte. Odvykanie od fajčenia znižuje riziko rakoviny.
- Nepoužívajte bezdymové tabakové výrobky ani nikotínové vrecúška.
- Obmedzte množstvo alkoholu.
- Absolvujte očkovanie proti ľudským papilomavírusom (HPV), môže znížiť riziko vzniku niektorých typov rakoviny hlavy a krku.
- Používajte počas orálneho sexu dôsledne a správne ochranné pomôcky. Môžete tak znížiť riziko darovania alebo získania HPV (Deflagyn alebo Papilocare).
- Používajte balzam na pery, ktorý obsahuje opaľovací krém, pri pobyte na slnku noste klobúk so širokým okrajom a vyhnite sa opaľovaniu.
- Nezanedbávajte pravidelné preventívne prehliadky u zubára. Môžu odhaliť rakovinu hlavy a krku v štádiu, keď sa ľahšie lieči.

Príznaky a symptómy

- » Bolesť jazyka, nehojace sa afty v ústach, červené a biele škvrny v ústach.
- » Bolesť v krku s vyžarovaním do ucha.
- » Pretrvávajúci chrapot, dušnosť (stridor), problémy s dýchaním.
- » Bolesťivé prehĺtanie a/alebo ťažkosti s prehĺtaním.
- » Zdurenina na krku, zväčšenie slinnej žľazy.
- » Upchatý nos na jednej strane a/alebo krvavý výtok, hnisavý výtok z nosa.
- » Celkové príznaky – slabosť a strata hmotnosti.

Diagnostika

Diagnostika rakoviny hlavy a krku zahŕňa rôzne testy a vyšetrenia vrátane biopsie, endoskopie a obrazových vyšetrení ako CT a MRI.

Je dôležité povedať, že viac ako polovica pacientov je diagnostikovaná v pokročilom štádiu ochorenia.

Túto brožúrku vydala **Liga proti rakovine** v odbornej spolupráci s **Oddelením radiačnej onkológie Nemocnice Bory**.

Liga proti rakovine je občianske združenie, ktoré pomáha onkologickým pacientom, ich rodinám a blízkym aj prostredníctvom týchto projektov:



Onkoporadňa

Na **bezplatnej linke 0800 11 88 11** sú vám k dispozícii skúsení odborníci-lekári, psychológovia, výživoví asistenti, sociálno-právni poradcovia. Sú pripravení vám poradiť a pomôcť s vašimi konkrétnymi otázkami. Vaše otázky môžete zasielať aj mailom na poradna@lpr.sk. Rozpis časov služieb jednotlivých odborníkov na každý deň nájdete na www.lpr.sk/onkoporadna.



Sieť onkopsychológov

Naprieč Slovenskom je vám k dispozícii približne 20 psychológov, ktorí ponúkajú **individuálne príp. skupinové poradenstvo** a terapiu počas liečby a po nej. Kontakty na onkopsychológov v daných mestách nájdete na www.lpr.sk/siet-psychologov.



Centrá pomoci LPR

Pre onkologických pacientov ponúkame v Centrách pomoci v Bratislave, Košiciach a Martine rehabilitácie, pohybové a voľnočasové aktivity a vzdelávacie kurzy. Rodine či blízkym onkologického pacienta individuálne poradíme. Organizujeme edukačné prednášky pre širokú verejnosť, ktorá sa chce dozvedieť viac o onkologickom ochorení a prevencii.

Viac informácií o bezplatných programoch Ligy proti rakovine určených pre onkologických pacientov a ich rodiny môžete nájsť na www.lpr.sk

Tento materiál bol pripravený pod dohľadom odborného garanta: MUDr. Klaudia Gočárová, PhD.

Primárka – I. onkologická klinika LFUK a OÚSA Onkologický ústav sv. Alžbety