



# ΕΞΕΡΕΥΝΩΝΤΑΣ ΜΑΖΙ

*τον Καρκίνο Μαστού*



Ένα μήνυμα προς όλους τους συνοδοιπόρους του καρκίνου του μαστού,

Γνωρίζουμε ότι η εμπειρία του καθενός με τον καρκίνο του μαστού είναι μοναδική. Για αυτόν τον λόγο αναλάβαμε αυτήν την αποστολή για τη δημιουργία ενός πρακτικού και ενημερωτικού περιοδικού υποστήριξης που προσφέρει αξιόπιστες πληροφορίες για κάθε άτομο με διάγνωση καρκίνου του μαστού. Φέρνοντας κοντά ασθενείς, γιατρούς, νοσηλευτές και μέλη της οικογένειας που επηρεάζονται από τον καρκίνο του μαστού. Ελπίζουμε να αναπτύξουμε ένα ασφαλές περιβάλλον υγειονομικής περίθαλψης που παρέχει πλήρη υποστήριξη.

Για να το επιτύχουμε αυτό, εργαζόμαστε στενά με ασθενείς και διάφορους παρόχους υγειονομικής περίθαλψης καρκίνου του μαστού, για να κατανοήσουμε ακριβώς τί χρειάζονται για να δημιουργήσουν σχέσεις βασισμένες στην κατανόηση και την εμπιστοσύνη. Ελπίζουμε, σε συνεργασία με όλη την ομάδα υγειονομικής περίθαλψης, όλοι όσοι ζουν με καρκίνο του μαστού να μπορούν να βγουν μετά τη θεραπεία πιο δυνατοί και με περισσότερες αντοχές.

Όπως είναι αναμενόμενο, όσοι ασθενείς ζουν με καρκίνο του μαστού περνούν πολύ χρόνο με γιατρούς και νοσηλευτές. Για πολλούς, μια πηγή εξασφάλισης και παρηγοριάς είναι ότι αποτελούν μέρος μιας ομάδας θεραπείας στην οποία έχουν απόλυτη εμπιστοσύνη. Μέσα από τις συζητήσεις μας, έχουμε μάθει ότι οι άνθρωποι που ζουν με καρκίνο του μαστού, μεταξύ άλλων, θέλουν να έχουν πιο ισχυρές σχέσεις με την ομάδα υγειονομικής περίθαλψής τους και να αισθάνονται ως πρωταγωνιστές που βρίσκονται στο επίκεντρο του πλάνου υγειονομικής περίθαλψης.

Η αντιμετώπιση κάθε ανθρώπου ως μοναδικού είναι ένα βασικό στοιχείο όλης της εμπειρίας της θεραπείας και σημαντικό κομμάτι για τη διατήρηση της αξιοπρέπειας κατά τη διάρκεια μιας δύσκολης περιόδου της ζωής τους.

Θέλουμε να ενισχύσουμε κάθε άνθρωπο με διάγνωση καρκίνου του μαστού με τις γνώσεις που χρειάζεται για να αναλάβει τον έλεγχο της κατάστασης της υγείας του συντομότερα και πιο εύκολα, επειδή η στενή σχέση με την ομάδα υγειονομικής περίθαλψής του θα διευκολύνει τις συζητήσεις που αφορούν τη θεραπεία. Έχοντας αυτόν τον στόχο στο μυαλό μας, έχουμε δημιουργήσει αυτό το περιοδικό για εσάς, ώστε να μοιραστείτε τις γνώσεις και τις εμπειρίες σας, καθώς και για να σας βοηθήσει να προσεγγίσετε τη θεραπεία με εμπιστοσύνη.

Θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε όλους τους γιατρούς, τους νοσηλευτές και τους ασθενείς οι οποίοι αφιέρωσαν χρόνο και προσπάθεια στη δημιουργία αυτού του περιοδικού. Ελπίζουμε να προσφέρει σε όλους όσους ζουν με καρκίνο του μαστού την υποστήριξη και την κατανόηση που χρειάζονται για να τους βοηθήσουν να βρουν τον δρόμο για μια πιο υγιή ζωή.



# Ας κάνουμε αυτό το ταξίδι μαζί



## 01 Δεν είστε μόνοι σε αυτό το ταξίδι.

Υπήρχαν περισσότερες από 2 εκατομμύρια νέες περιπτώσεις καρκίνου του μαστού το 2018. Το 2019, εκτιμάται ότι 268.600 νέες περιπτώσεις διηθητικού καρκίνου του μαστού διαγνώστηκαν σε γυναίκες και περίπου 2.670 περιπτώσεις διαγνώστηκαν σε άντρες.



## 03 Μη διστάσετε να ζητήσετε βοήθεια.

Φόβος, άγχος, λύπη, θυμός και άρνηση είναι μερικά από τα αισθήματα που μπορεί να εμφανιστούν στο ταξίδι σας με τον καρκίνο του μαστού. Υπάρχουν σύλλογοι ασθενών και προγράμματα που παρέχουν υποστήριξη και οδηγίες. Παρομοίως, δεν είναι κακό να ζητήσετε βοήθεια από τους αγαπημένους σας.



## 02 Το ταξίδι της θεραπείας μπορεί να έχει προκλήσεις και αυτό είναι καλό.

Η διαδρομή σας για να ξεπεράσετε τον καρκίνο του μαστού μπορεί να σας βοηθήσει να δείτε καλύτερα τη ζωή και να εκτιμήσετε τα μικρότερα πράγματα. Να θυμάστε ότι μπορεί να χρειαστείτε περισσότερο χρόνο για να ανακάμψετε σωματικά και συναισθηματικά. Θυμηθείτε ότι έχετε τα μέλη της οικογένειά σας, τους φίλους σας, τους γιατρούς σας και τους νοσηλευτές σας στο πλάι σας, για να σας βοηθήσουν σε όλο το πλάνο της θεραπείας σας.



## 04 Κάντε υγιεινές επιλογές.

Εάν διατηρείτε υγιές βάρος, ασκείστε τακτικά και ακολουθείτε θρεπτική διατροφή μπορεί να σας βοηθήσει να διαχειριστείτε καλύτερα τον καρκίνο του μαστού σας μακροχρόνια.



## 05 Συνεχίστε να μαθαίνετε!

Εάν είστε καλά ενημερωμένοι για τη διάγνωση, τη θεραπεία και τη μετέπειτα φροντίδα σας, μπορεί να αποκτήσετε καλύτερη αίσθηση ελέγχου της πάθησής σας. Την επόμενη φορά που θα επισκεφθείτε τον γιατρό σας, προσπαθήστε να έχετε ετοιμάσει κάποιες ερωτήσεις.



# Περιεχόμενα του περιοδικού

Αυτό το περιοδικό θεραπείας περιέχει  
τις παρακάτω βασικές ενότητες:



**Προτιμήσεις επικοινωνίας**



**Χημειοθεραπεία**



**Επισκόπηση καρκίνου  
του μαστού**



**Χειρουργική επέμβαση**



**Επισκόπηση της θεραπείας**



**Ακτινοθεραπεία**



**Ομάδα θεραπείας**



**Ορμονοθεραπεία**



**Διάγνωση και  
παρακολούθηση**



**Στοχευμένη θεραπεία**



**Παθολογοανατομική έκθεση**



**Κλινικές μελέτες**



**Σύλλογοι ασθενών**



**Γλωσσάριο όρων**

Μπορεί να θέλετε να αφιερώσετε λίγο χρόνο για να εξοικειωθείτε με τις διάφορες ενότητες του περιοδικού. Κάθε ενότητα είναι σχεδιασμένη ώστε να μπορεί να μελετηθεί και να συμπληρωθεί μαζί με τα μέλη της ομάδας υγειονομικής περίθαλψής σας. Αφιερώστε λίγο χρόνο για να διαβάσετε τις σελίδες και να σημειώσετε τυχόν ερωτήσεις που έχετε πριν από το επόμενο ραντεβού σας.

# Τρόπος χρήσης αυτού του περιοδικού θεραπείας



Η θεραπεία του καρκίνου του μαστού διαφέρει από άτομο σε άτομο, αλλά μπορεί ορισμένες φορές να διαρκέσει για μεγάλο χρονικό διάστημα. Δεν είναι ασυνήθιστο να παρουσιάσετε αισθήματα σύγχυσης, ειδικά όταν σας δοθούν πολλές νέες πληροφορίες κατά τη διάρκεια και μετά τη διάγνωση.

Αυτό το περιοδικό θα σας βοηθήσει να αντιμετωπίσετε ένα απαιτητικό πεδίο θεραπείας. Είναι κάτι περισσότερο από ένα απλό εργαλείο παρακολούθησης των συμπτωμάτων και των θεραπειών σας. Είναι σχεδιασμένο για να σας βοηθήσει με τα παρακάτω:



Να λάβετε πρωταγωνιστικό ρόλο στη θεραπεία σας



Να αναγνωρίσετε τις προκλήσεις και τους τρόπους με τους οποίους θα βελτιώσετε την περίθαλψή σας



Να καθοδηγήσει την ομάδα υγειονομικής περίθαλψής σας να αναγνωρίσει την καλύτερη πορεία της θεραπείας σας



Σε όλη τη διάρκεια της εμπειρίας της θεραπείας σας, είστε το μόνο άτομο που θα αντιμετωπίσει πλήρως όλα τα μέρη του πλάνου της υγειονομικής περίθαλψής σας, κάτι που σας κάνει ειδικό σχετικά με εσάς και το πώς αισθάνεστε.

Αυτό το περιοδικό προορίζεται για να συμπληρωθεί σε συνεργασία με τα μέλη της ομάδας θεραπείας σας, ως ένα μέσο που θα συμβάλλει στην υποστήριξη των συζητήσεων που θα κάνετε σε όλη διάρκεια της περίθαλψής σας. Εάν συνεργαστείτε για να συμπληρώσετε τις διάφορες ενότητες, θα πρέπει να εξοικειωθείτε σταδιακά και να αισθάνεστε πιο άνετα με το πλάνο της θεραπείας σας.

Εάν μελετάτε τακτικά τις πληροφορίες αυτού του ημερολογίου με την ομάδα θεραπείας σας μπορεί να σας βοηθήσει:



Να παρακολουθείτε πώς αισθάνεστε σωματικά και συναισθηματικά.



Να αποκτήσετε νέα προοπτική για την πάθησή σας.



Να κατανοήσετε ποιες θεραπείες είναι διαθέσιμες για εσάς, πώς δρουν και τι να αναμένετε όσο τις λαμβάνετε.



Να μείνετε συνδεδεμένοι με τα μέλη της ομάδας υγειονομικής περίθαλψής σας.



Να αντιμετωπίσετε τις σκληρές αποφάσεις της θεραπείας.



Να προγραμματίσετε και να αναλογιστείτε τα ραντεβού και τις θεραπείες σας.

Η παρακολούθηση του ιστορικού της υγείας σας βοηθά να είστε πιο ενημερωμένοι και καλύτερα προετοιμασμένοι. Αυτό μπορεί να σας βοηθήσει να αποκτήσετε μεγαλύτερο έλεγχο στο πλάνο της θεραπείας σας. Φροντίστε να παίρνετε μαζί σας αυτό το περιοδικό σε όλα τα ραντεβού. Αυτό θα βοηθήσει εσάς και την ομάδα θεραπείας σας να παραμείνετε ενημερωμένοι με τις πιο ακριβείς πληροφορίες όσο εξελίσσεται το πλάνο της θεραπείας σας. Ανατρέξτε στις σελίδες 42 – 44 για ένα γλωσσάριο όρων.

# Η συζήτηση κάνει τη διαφορά

## Σημειώσεις καθοδήγησης:

Ορισμένες από τις πληροφορίες που μπορεί να ακούσετε κατά τη διάρκεια των επισκέψεων για την αντιμετώπιση του καρκίνου του μαστού σας μπορεί να σας είναι λίγο άγνωστες και περίπλοκες. Ένας τρόπος που μπορεί να βοηθήσει να βελτιώσετε τις συζητήσεις που κάνετε με τους γιατρούς και τους νοσηλευτές σας, ώστε να αισθάνεστε πιο εφησυχασμένοι κατά τη διάρκεια των συζητήσεων για τη θεραπεία σας, είναι να τους πείτε **πώς προτιμάτε να λαμβάνετε και να συζητάτε τις πληροφορίες για τη θεραπεία.**

Ακολουθούν **τέσσερις βασικοί τύποι επικοινωνίας**. Αυτό είναι ένα απλό, αλλά σημαντικό βήμα, που μπορεί να σας βοηθήσει να δημιουργήσετε μια πιο στενή σχέση με την ομάδα θεραπείας σας. Επιλέξτε τα πλαίσια που περιγράφουν καλύτερα τον τρόπο με τον οποίο θέλετε να λαμβάνετε τις πληροφορίες σχετικά με την υγεία σας.



## Ακουστικές πληροφορίες

Προτιμώ να ακούω τις πληροφορίες αντί να τις διαβάζω ή να τις βλέπω.

**Συστάσεις:** Μπορεί να ωφεληθώ εάν μου επιτρέψετε να επαναλαμβάνω δυνατά τις πληροφορίες. Δώστε μου τη δυνατότητα να επαναλαμβάνω ορισμένα από τα σημεία σε εσάς και κάντε μου ερωτήσεις σχετικά με αυτό που μόλις μου είπατε.



## Οπτικές πληροφορίες

Προτιμώ να βλέπω τις πληροφορίες και να οπτικοποιώ τη σχέση μεταξύ των ιδεών.

**Συστάσεις:** Μπορεί να ωφεληθώ εάν βλέπω διαγράμματα και γραφήματα που οπτικοποιούν περισσότερο τις συζητήσεις, τα οποία δείχνουν πώς συνδέονται τα διαφορετικά σημεία.



## Ανίγνωση και καταγραφή

Καταλαβαίνω περισσότερα όταν διαβάζω και γράφω τις πληροφορίες. Η αλληλεπίδραση με κείμενο είναι πιο ισχυρή για εμένα από το να ακούω λέξεις ή να βλέπω εικόνες.

**Συστάσεις:** Παρακαλώ δώστε μου όσο το δυνατόν περισσότερες γραπτές πληροφορίες αισθάνεστε ότι είναι σχετικές και δώστε μου την ευκαιρία να καταγράψω ό,τι έχουμε συζητήσει. Θα ήθελα να αφιερώσουμε κάποιο χρόνο προσθέτοντας σημειώσεις στα αρχεία και στα ενημερωτικά έντυπα μαζί.



## Κινησθητικές πληροφορίες

Προτιμώ να έχω ενεργό ρόλο στον τρόπο επικοινωνίας. Μαθαίνω καλύτερα εάν λαμβάνω πληροφορίες που προσεγγίζουν όσο το δυνατόν περισσότερο την πραγματική κατάσταση.

**Συστάσεις:** Η δημιουργία λίγων ασκήσεων ή δραστηριοτήτων που αναπαριστούν την εμπειρία (δηλαδή παιχνίδια ρόλων) μπορεί να με βοηθήσει να θυμάμαι τις λεπτομέρειες. Μου αρέσει επίσης να καταγράφω πράγματα, ώστε να με βοηθούν να θυμάμαι.

## Σύνοψη προτιμήσεων επικοινωνίας:

---

---

---

---

# Τι είναι ο καρκίνος του μαστού;

Ο καρκίνος του μαστού είναι ένας από τους συχνότερους καρκίνους παγκοσμίως, που αντιστοιχεί περίπου στο 25% όλων των διαγνώσεων καρκίνου στις γυναίκες.

Ο καρκίνος του μαστού ξεκινά στα **κύτταρα του μαστού** ως μια ομάδα καρκινικών κυττάρων που μπορούν στη συνέχεια να εισβάλλουν ή να εξαπλωθούν (**να κάνουν μετάσταση**) σε άλλες περιοχές του σώματος.

## Ποιες είναι οι αιτίες για την ανάπτυξη του καρκίνου;

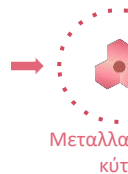
Ο καρκίνος ξεκινά στα κύτταρα, τα οποία είναι τα βασικά δομικά στοιχεία από τα οποία δημιουργείται ο ιστός. Η βλάβη του **DNA** στο εσωτερικό του κυττάρου μπορεί να προκαλέσει τη μη φυσιολογική ανάπτυξη του κυττάρου.

Καθώς η διαδικασία της ανάπτυξης των κυττάρων δεν γίνεται σωστά, σχηματίζονται νέα κύτταρα που δεν τα χρειάζεται ο οργανισμός ή τα κύτταρα που έχουν υποστεί βλάβη δεν θανατώνονται, όπως θα έπρεπε.

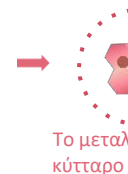
\*Μεταλλαγμένο - αλλαγή στη μορφή του κυττάρου



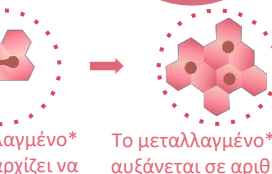
Υγιές κύτταρο



Μεταλλαγμένο\* κύτταρο



Το μεταλλαγμένο\* κύτταρο αρχίζει να αντιγράφεται



Το μεταλλαγμένο\* κύτταρο αυξάνεται σε αριθμό για να γίνει όγκος

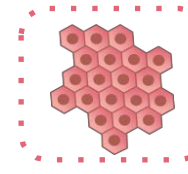


## Τι είναι ο όγκος;

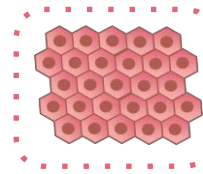
Ο όγκος είναι μια μάζα μη φυσιολογικού ιστού. Υπάρχουν δύο τύποι όγκων καρκίνου του μαστού: όσοι είναι μη καρκινικοί ή είναι **καλοήθεις** και όσοι είναι καρκινικοί, οι οποίοι είναι **κακοήθεις**.

## Τι είναι ο βαθμός του όγκου;

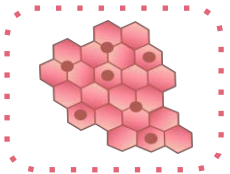
Είναι ένα σύστημα βαθμολόγησης που χρησιμοποιείται για την ομαδοποίηση των καρκινικών όγκων του μαστού, με βάση την πιθανότητα εξάπλωσής τους.



Χαμηλού βαθμού (1): Τα κύτταρα φαίνονται υγιή (Καλά διαφοροποιημένα)



Ενδιάμεσου βαθμού (2): Μέτρια διαφοροποιημένα



Υψηλού βαθμού (3): Τα κύτταρα φαίνονται αποδιοργανωμένα και δεν μοιάζουν με τα φυσιολογικά κύτταρα (Κακή διαφοροποίηση)

## Τα κύτταρα του καρκίνου του μαστού εξετάζονται με μικροσκόπιο για να προσδιοριστούν τα εξής:

- 1 Πόσο μοιάζουν τα κύτταρα του καρκίνου του μαστού με τα υγιή κύτταρα (γνωστό ως **ιστολογικός βαθμός**)
- 2 Το σχήμα και το μέγεθος των πυρήνων στο εσωτερικό των κυττάρων (γνωστό ως **βαθμός πυρηνικής διαφοροποίησης**)
- 3 Πόσο γρήγορα διαίρονται και πολλαπλασιάζονται τα κύτταρα.



Περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με τον τύπο του καρκίνου του μαστού θα περιγραφούν στην παθολογοανατομική έκθεση. Φροντίστε να μελετήσετε αυτό το έγγραφο σας μαζί με τον γιατρό σας και να κάνετε όσες ερωτήσεις θέλετε σε σημεία τα οποία είναι ασαφή.

Οι βαθμοί του όγκου συμβάλλουν στη λήψη απόφασης για το καλύτερο πλάνο θεραπείας. Οι βαθμοί των όγκων του καρκίνου του μαστού δεν πρέπει να συγχέονται με τα στάδια του καρκίνου.

Γενικά, ο μικρότερος βαθμός του όγκου σημαίνει καλύτερη πιθανότητα ανάρρωσης. Ωστόσο, πολλοί άνθρωποι αναρρώνουν πλήρως σε κάθε στάδιο, ακόμη και με όγκους πιο προχωρημένου βαθμού.

## Τύποι καρκίνου του μαστού

MBC

**Μεταστατικός καρκίνος του μαστού:** Ο καρκίνος που έχει εξαπλωθεί σε άλλα μέρη του σώματος. Αυτό συνήθως περιλαμβάνει τους πνεύμονες, το ήπαρ, τα οστά ή τον εγκέφαλο.<sup>1</sup>

DCIS

**Πορογενές καρκίνωμα in situ:** Μη διηθητικός καρκίνος όπου μη φυσιολογικά κύτταρα βρίσκονται στο επιθήλιο του γαλακτοφόρου πόρου και δεν έχουν ακόμη εξαπλωθεί στον εξωτερικό ιστό.<sup>1</sup>

IDC

**Διηθητικό πορογενές καρκίνωμα:** Καρκινικά κύτταρα που σχηματίζονται στους γαλακτοφόρους πόρους και έχουν εξαπλωθεί σε άλλα μέρη του ιστού του μαστού.<sup>1</sup>

HER2+

**Θετικά για υποδοχέα ανθρώπινου επιδερμικού αυξητικού παράγοντα:** Καρκινικά κύτταρα που έχουν μεγάλη ποσότητα επιφανειακών κυτταρικών υποδοχών αυξητικού παράγοντα.<sup>3</sup>

IBC

**Φλεγμονώδης καρκίνος του μαστού:** Επιθετικός και γρήγορα εξελισσόμενος καρκίνος, όπου τα καρκινικά κύτταρα εξαπλώνονται στο δέρμα και τα λεμφαγγεία.<sup>1</sup>

## Συνήθεις επιλογές θεραπειών του καρκίνου του μαστού



**Χημειοθεραπεία:** Χρησιμοποιεί συνδυασμό φαρμάκων είτε για την καταστροφή είτε για την καθυστέρηση της ανάπτυξης καρκινικών κυττάρων.<sup>1</sup>



**Ακτινοθεραπεία:** Χρησιμοποιεί ακτίνες υψηλής ενέργειας για τη θανάτωση των καρκινικών κυττάρων. Επηρεάζει μόνο τα κύτταρα του οργανισμού που αντιμετωπίζονται με ακτινοβολία.<sup>1</sup>



**Ορμονοθεραπεία:** Ορισμένες ορμόνες συμβάλλουν στην ανάπτυξη του καρκίνου. Αυτή η θεραπεία αποκόπτει την παροχή ορμονών στα καρκινικά κύτταρα, για να συμβάλει στην καθυστέρηση της ανάπτυξης ή στην καταστροφή των κυττάρων.<sup>1</sup>



**Στοχευμένη θεραπεία:** Μια θεραπεία που καθυστερεί την ανάπτυξη των καρκινικών κυττάρων, αποκλείοντας συγκεκριμένες θέσεις στην επιφάνεια των κυττάρων.<sup>1</sup>



**Χειρουργική επέμβαση:** Αυτή περιλαμβάνει την αφαίρεση του όγκου και των παρακείμενων ορίων. Στις χειρουργικές επιλογές μπορεί να περιλαμβάνονται η αφαίρεση των λεμφαδένων, η μερική μαστεκτομή, η ριζική μαστεκτομή και η επανορθωτική χειρουργική επέμβαση.<sup>1</sup>

# Ποια είναι τα στάδια του καρκίνου του μαστού;

Υπάρχουν 5 βασικά στάδια του καρκίνου του μαστού που χρησιμοποιούνται για να περιγράψουν μέχρι ποιο σημείο έχει αναπτυχθεί η νόσος

- Στάδιο 0** Υπάρχουν μη φυσιολογικά κύτταρα, αλλά δεν έχουν εξαπλωθεί σε παρακείμενο ιστό.
- Στάδιο I** **Πρώμο στάδιο (IA – IB):** Ο καρκίνος έχει εξαπλωθεί σε άλλο ιστό σε μικρή περιοχή.
- Στάδιο II** **Εντοπισμένος (IIA – IIB):** Οι όγκοι είναι από 20 – 50 mm και συμμετέχουν ορισμένοι λεμφαδένες. Η ο όγκος είναι μεγαλύτερος από 50 mm χωρίς να συμμετέχουν λεμφαδένες.
- Στάδιο III** **Περιοχική εξάπλωση (IIIA – IIIB):** Ο όγκος είναι μεγαλύτερος από 50 mm, ενώ συμμετέχουν λεμφαδένες σε πιο μεγάλη περιοχή. Σε ορισμένες περιπτώσεις δεν υπάρχει όγκος πουθενά. Ο καρκίνος έχει εξαπλωθεί στο δέρμα ή στο θωρακικό τοίχωμα.
- Στάδιο IV** **Απομακρυσμένη εξάπλωση (IV):** Ο καρκίνος είχε εξαπλωθεί πέρα από τον μαστό σε άλλα μέρη του σώματος.

Οι γιατροί χρησιμοποιούν αυτά τα στάδια για να δημιουργήσουν μια όσο το δυνατό πιο σαφή εικόνα του καρκίνου, ώστε να μπορούν να συστήσουν τις καλύτερες επιλογές θεραπείας

Το σύστημα σταδιοποίησης **TNM** του καρκίνου του μαστού είναι η πιο συνηθισμένη μέθοδος που χρησιμοποιούν οι γιατροί για τη σταδιοποίηση του καρκίνου του μαστού.

Το **TNM** σημαίνει **T**umor (Όγκος), **N**ode (Λεμφαδένας) και **M**etastasis (Μεταστάση).

Κάθε ομάδα έχει **διαφορετικές υποκατηγορίες** που βοηθούν την ομάδα θεραπείας να περιγράψει με μεγαλύτερη ακρίβεια τον καρκίνο σας.

**Όγκος (T):** περιγράφει το μέγεθος του όγκου (επιφάνεια του καρκίνου)

**Λεμφαδένας (N):** περιγράφει εάν ο καρκίνος έχει εξαπλωθεί στους λεμφαδένες

**Μεταστάση (M):** περιγράφει εάν ο καρκίνος έχει εξαπλωθεί σε διαφορετικό μέρος του σώματος



Μέγεθος όγκου



Λεμφαδένες



Μεταστάσεις

**T-1:** 0 – 2 εκατοστά  
**T-2:** 2 – 5 εκατοστά  
**T-3:** περισσότερο από 5 εκατοστά  
**T-4:** Ο όγκος έχει διεισδύσει στο δέρμα ή έχει προσκολληθεί στο θωρακικό τοίχωμα

**N-0:** Ο χειρουργός δεν μπορεί να αισθανθεί (ψηλαφήσει) τυχόν λεμφαδένες  
**N-1:** Ο χειρουργός μπορεί να αισθανθεί (ψηλαφήσει) διογκωμένους λεμφαδένες  
**N-2:** Οι λεμφαδένες είναι διογκωμένοι και οζώδεις  
**N-3:** Διογκωμένοι λεμφαδένες βρίσκονται κοντά στο στήρνο

**M-0:** Οι εξεταζόμενοι λεμφαδένες δεν εμφανίζουν καρκίνο  
**M-1:** Οι εξεταζόμενοι λεμφαδένες παρουσιάζουν καρκινικά κύτταρα ή μικρές ομάδες καρκινικών κυττάρων που έχουν αποστασεί από τον αρχικό όγκο (**μικρομεταστάσεις**)

Πώς θα ξέρει η ομάδα μου σε ποιο στάδιο βρίσκεται ο καρκίνος του μαστού μου;

## Βαθμός όγκου

Οι γιατροί μετρούν κατά πόσο μοιάζουν τα καρκινικά κύτταρα με τα φυσιολογικά υγιή κύτταρα



## Υποδοχείς οιστρογόνων και προγεστερόνης

Οι γιατροί εξετάζουν τα καρκινικά κύτταρα για να ελέγξουν εάν έχουν υποδοχείς για τις ορμόνες οιστρογόνο και προγεστερόνη στην επιφάνειά τους.



## Εξέταση HER-2

Οι γιατροί εξετάζουν τα καρκινικά κύτταρα για να διαπιστώσουν εάν υπάρχει **πέρα πολύ μεγάλη ποσότητα υποδοχέων του ανθρώπινου επιδερμικού αυξητικού παράγοντα 2 (HER2)**, ο οποίος μπορεί να επιταχύνει την ανάπτυξη του καρκίνου του μαστού



## Γενετικός έλεγχος

Η δοκιμασία **Oncotype DX** είναι μια γενετική δοκιμασία που αναλύει τη δραστηριότητα μιας ομάδας γονιδίων που μπορούν να επηρεάσουν τον τρόπο της πιθανής συμπεριφοράς του καρκίνου ή της ανταπόκρισής του στη θεραπεία



Ποιοι άλλοι παράγοντες επηρεάζουν το στάδιο του καρκίνου του μαστού;

Η ομάδα θεραπείας σας θα συνδυάσει όλους αυτούς τους παράγοντες προτού σας εκχωρήσει ένα στάδιο που να περιγράφει καλύτερα τον καρκίνο. Αυτό θα τους βοηθήσει να κάνουν καλύτερες συστάσεις σχετικά με τον τρόπο εξέλιξης του πλάνου θεραπείας. Φροντίστε να αφιερώσετε όσο χρόνο χρειάζεστε για να συζητήσετε το στάδιό σας με την ομάδα θεραπείας σας. Θα μπορούσατε να ρωτήσετε τους γιατρούς σας πώς παίρνουν τις αποφάσεις τους κατά την επόμενη επίσκεψή σας.



Χρησιμοποιήστε αυτήν την ενότητα για να σημειώσετε οτιδήποτε αισθάνεστε ότι είναι σημαντικό για τη διάγνωση ή τη θεραπεία σας.

Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει πρόσθετες ερωτήσεις σχετικά με τον καρκίνο του μαστού ή οτιδήποτε δεν καταλαβαίνετε πλήρως στη διάγνωση σας.

## Πρόσθετες σημειώσεις;



A large white rounded rectangular area with horizontal blue lines for writing notes.

A large white rounded rectangular area with horizontal blue lines for writing notes.



# Διάγνωση και παρακολούθηση

## Σημειώσεις καθοδήγησης:

Μπορεί να διαγνωστεί ότι έχετε καρκίνο του μαστού **μετά τον συνηθισμένο έλεγχο του μαστού σας** ή **μπορεί να έχετε συμπτώματα για τα οποία έχετε μιλήσει με τον γιατρό σας**. Εάν έχετε υποψία για καρκίνο του μαστού, **θα παραπεμφθείτε σε μια ειδική κλινική για τον καρκίνο του μαστού για περαιτέρω εξετάσεις**. Αυτή η ενότητα είναι σχεδιασμένη για να σας δώσει μια επισκόπηση των διαφορετικών εξετάσεων που χρησιμοποιούνται για τη διάγνωση του καρκίνου του μαστού και την παρακολούθηση της εξέλιξης της θεραπείας. Συνιστάται να μελετήσετε και να συμπληρώσετε αυτήν την ενότητα με τον γιατρό σας, για να σας βοηθήσει να παρακολουθείτε τις διαφορετικές εξετάσεις και τα αποτελέσματα που λαμβάνετε.

## Διαγνωστικές εξετάσεις

Ο καρκίνος του μαστού μπορεί να διαγνωστεί μέσω πολλαπλών εξετάσεων, συμπεριλαμβανομένης μιας **μαστογραφίας, υπερήχου, μαγνητικής τομογραφίας (MRI) ή βιοψίας**.



Καθεμία από αυτές τις εξετάσεις εξετάζει τον ιστό του μαστού με διαφορετικούς τρόπους και μπορεί να σας βοηθήσει να παρέχετε στην ομάδα θεραπείας σας αρκετές πληροφορίες για την επίτευξη ακριβούς διάγνωσης του καρκίνου του μαστού.



### Αυτοεξέταση

Οι αυτοεξετάσεις του μαστού σας βοηθούν να εξοικειωθείτε με το πώς μοιάζουν και πώς αισθάνεστε τους μαστούς σας, ώστε να μπορείτε να προειδοποιήσετε την ομάδα υγειονομικής περίθαλψής σας εάν υπάρχουν οποιεσδήποτε άλλες αλλαγές. Σας ενθαρρύνουμε να πραγματοποιείτε αυτοεξετάσεις του μαστού σας τουλάχιστον μία φορά τον μήνα.



### Μαστογραφία

Η μαστογραφία είναι η ακτινογραφία του μαστού. Οι διαγνωστικές μαστογραφίες χρησιμοποιούνται μετά από ύποπτα αποτελέσματα, όπως όζο, πόνο του μαστού ή αλλαγές στο σχήμα ή το μέγεθος του μαστού.



### Μαγνητική τομογραφία (MRI)

Κατά τη διάρκεια μιας MRI μαστού, ένας μαγνήτης συνδεδεμένος σε έναν υπολογιστή μεταδίδει μαγνητική ενέργεια και ραδιοκύματα (όχι ακτινοβολία) μέσω του ιστού του μαστού. Σαρώνει τον ιστό, κάνοντας λεπτομερείς εικόνες των περιοχών στο εσωτερικό του μαστού. Αυτές οι εικόνες βοηθούν την ιατρική μονάδα να αναγνωρίσει τη διαφορά ανάμεσα στον υγιή και τον καρκινικό ιστό.



### Υπέρηχος

Το υπερηχογράφημα του μαστού είναι μια σάρωση που χρησιμοποιεί ηχητικά κύματα που δεν επηρεάζουν και δεν προκαλούν ζημιά στον ιστό και δεν μπορούν να ακουστούν από τους ανθρώπους. Ο καρκίνος του μαστού εκτρέπει τα ηχητικά κύματα, τα οποία ανιχνεύει ο υπολογιστής και τα χρησιμοποιεί για να δημιουργήσει μια εικόνα του τι συμβαίνει στο εσωτερικό του ιστού του μαστού.



### Βιοψία

Η βιοψία του μαστού είναι μια εξέταση που αφαιρεί ιστό από την ύποπτη περιοχή. Τα κύτταρα που έχουν αφαιρεθεί εξετάζονται με μικροσκόπιο και εξετάζονται και ελέγχονται περαιτέρω για την παρουσία καρκίνου του μαστού. Οι λεπτομέρειες των αποτελεσμάτων της βιοψίας σας θα περιέχονται στην παθολογοανατομική έκθεσή σας.



### Αναμονή για τα αποτελέσματα των εξετάσεων

Η αναμονή για τα αποτελέσματα των εξετάσεων της βιοψίας, των σαρώσεων ή των εργαστηριακών εξετάσεων μπορεί, όπως είναι κατανοητό, να βαραίνει στο μυαλό σας. Μπορεί να σας βοηθήσει αν χρησιμοποιήσετε τον χρόνο αυτό για να μάθετε περισσότερα πράγματα για τις διαφορετικές επιλογές θεραπείας. Να είστε προετοιμασμένοι να ρωτήσετε την ομάδα θεραπείας σας όσες ερωτήσεις πιστεύετε ότι μπορεί να σας βοηθήσουν να καταλάβετε τα αποτελέσματά σας.

Χρησιμοποιήστε αυτήν την ενότητα για να σημειώσετε όσες εξετάσεις πραγματοποιήθηκαν ή τα αποτελέσματα που λάβατε. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει ημερομηνίες από οποιεσδήποτε εξετάσεις και σύντομες συνόψεις των αποτελεσμάτων. Φροντίστε να συμπληρώσετε αυτήν την ενότητα με τη βοήθεια των μελών της ομάδας θεραπείας σας.



### Αυτοεξέταση μαστού

Πότε κάνατε την τελευταία αυτοεξέταση μαστού; \_\_\_\_\_

Μπορείτε να περιγράψετε πώς νιώσατε; \_\_\_\_\_

---

---

---



### Μαστογραφία

Πότε κάνατε την τελευταία μαστογραφία; \_\_\_\_\_

Μπορείτε να συνοψίσετε τα αποτελέσματα; \_\_\_\_\_

---

---

---



### Μαγνητική τομογραφία (MRI)

Πότε κάνατε την τελευταία μαγνητική τομογραφία; \_\_\_\_\_

Μπορείτε να συνοψίσετε τα αποτελέσματα; \_\_\_\_\_

---

---

---



### Υπέρηχος

Πότε κάνατε τον τελευταίο υπέρηχο; \_\_\_\_\_

Μπορείτε να συνοψίσετε τα αποτελέσματα; \_\_\_\_\_

---

---

---



### Βιοψία

Πότε κάνατε την τελευταία βιοψία; \_\_\_\_\_

Μπορείτε να συνοψίσετε τα αποτελέσματα; \_\_\_\_\_

---

---

---





# Παθολογοανατομική έκθεση



## Σημειώσεις καθοδήγησης:

Συνιστάται να ελέγχετε τα αποτελέσματα της παθολογοανατομικής έκθεσης με τον γιατρό σας και να συμπληρώνετε μαζί αυτήν τη σελίδα. Μια παθολογοανατομική έκθεση περιγράφει τον τύπο της ανάπτυξης που υπάρχει στον ιστό του μαστού. Χρησιμοποιείται από τον γιατρό σας για να τον βοηθήσει να αποφασίσει ποιες θεραπείες είναι κατάλληλες για εσάς. Μια έκθεση συντάσσεται κάθε φορά που λαμβάνεται ιστός από το σώμα σας για να ελεγχθεί για καρκίνο. Η ανάγνωση της παθολογοανατομικής έκθεσης μπορεί, ορισμένες φορές, να είναι αγχωτική και να σας μπερδέψει. Βοηθά να υπενθυμίσετε στον εαυτό σας ότι **κάθε έκθεση παρέχει βασικές πληροφορίες που βοηθούν εσάς και την ομάδα θεραπείας σας να καθορίσετε την καλύτερη δυνατή πορεία της θεραπείας σας.** Όταν έχετε όλες τις πληροφορίες για τις εξετάσεις που χρειάζεστε, εσείς και η ομάδα θεραπείας σας μπορείτε να αρχίσετε να λαμβάνετε την καλύτερη δυνατή απόφαση σχετικά με το πλάνο θεραπείας σας.

## Αξιολόγηση του όγκου μετά τη θεραπεία

### Όγκος:

- Παθολογοανατομική πλήρης ανταπόκριση
- Μερική ανταπόκριση
- Απουσία ανταπόκρισης

### Λεμφαδένες:

- Δεν υπάρχει καμία ένδειξη μεταστατικής νόσου ή αλλαγές στους λεμφαδένες
- Απουσία μεταστατικού όγκου, αλλά ενδείξεις υποσταδιοποίησης
- Ενδείξεις μεταστατικής νόσου και υποσταδιοποίησης
- Ενδείξεις μεταστατικής νόσου χωρίς ανταπόκριση στη θεραπεία

## Περιγραφή του ιστού

### Από ποιο σημείο λήφθηκε το δείγμα της βιοψίας μου;

Αριθμός βιοψίας: \_\_\_\_\_ Ημερομηνία λήψης: \_\_\_\_\_

Θέση: Δεξιός μαστός  Αριστερός μαστός

### Περιοχή του μαστού:

Άνω έξω  Άνω έσω  Θηλή

Κάτω έξω  Κάτω έσω  Άλλη

### Πώς λήφθηκε το δείγμα;

#### Τύπος δείγματος:

Βιοψία με κόπτοουσα βελόνη:  Υποβοηθούμενη με κενό βιοψία:

Αριθμός τεμαχιδίων: \_\_\_\_\_

Χειρουργική βιοψία: Ναι  Όχι

Καθοδηγούμενος με σύρμα εντοπισμός:  Χωρίς καθοδηγούμενο με σύρμα εντοπισμό:

### Τι είδους όγκο έχω και πού βρίσκεται;

#### Κακόηθης μη διηθητική βλάβη του μαστού:

Υπάρχει  Δεν υπάρχει

#### Πορογενής:

Ναι  Όχι

Βαθμός πυρηνικής διαφοροποίησης: Χαμηλός  Ενδιάμεσος  Υψηλός

Νέκρωση: Υπάρχει  Δεν υπάρχει

## Τι είδους όγκο έχω και πού βρίσκεται:

### Λοβιακός:

Κλασικός

Απροσδιόριστος

Πλειόμορφος

### Μικροδηθητική βλάβη του μαστού:

Υπάρχει

Δεν υπάρχει

### Διηθητική κακοήθης βλάβη του μαστού:

Υπάρχει

Δεν υπάρχει

### Ιστολογικός υπότυπος:

Πορογενής

Λοβιακός

Μυελοειδής

Σκληροακτινικός

Κύτταρα τύπου σφραγιστήρος δακτυλίου

Θηλώδης

Βλενώδης

Άλλος

## Τι σημαίνει αυτό για τον τύπο του καρκίνου μου;

Ο τύπος του καρκίνου μου είναι: \_\_\_\_\_

Βαθμός (επιλέξτε έναν):

Ένα

Δύο

Τρία

Ρυθμός αύξησης του καρκίνου (Επιλέξτε έναν):

Χαμηλός

Ενδιάμεσος

Υψηλός

Τύπος εξέτασης που χρησιμοποιήθηκε (επιλέξτε έναν):

K167

Κλάσμα φάσης S

Το μέγεθος του καρκίνου: \_\_\_\_\_ Χιλιοστά

Τα όρια είναι: (επιλέξτε ένα)

Αρνητικά

Θετικά

Στενά

Η λεμφική ή αγγειακή διήθηση είναι: (επιλέξτε ένα)

Υπάρχει

Δεν υπάρχει

Οι λεμφαδένες είναι: (επιλέξτε ένα)

Αρνητικοί

Θετικοί

Αρ. λεμφαδένων που συμμετέχουν: \_\_\_\_\_

## Κατάσταση ορμονικών υποδοχέων

Θετικός για υποδοχείς οιστρογόνων \_\_\_\_\_ % (1-100%)

Βαθμολογία Allred: (κυκλώστε ένα)

1

2

3

Αρνητικός για υποδοχείς οιστρογόνων \_\_\_\_\_ % (1-100%)

4 5 6 7 8

Θετικός για υποδοχείς προγεστερόνης \_\_\_\_\_ % (1-100%)

Βαθμολογία Allred: (κυκλώστε ένα)

1

2

3

Αρνητικός για υποδοχείς προγεστερόνης \_\_\_\_\_ % (1-100%)

4 5 6 7 8

Η κατάσταση του υποδοχέα του ανθρώπινου επιδερμικού αυξητικού παράγοντα 2 (her-2) είναι: (επιλέξτε ένα)

Θετική

Αρνητική

Οριακή

Το στάδιο του καρκίνου είναι: (επιλέξτε ένα)

Στάδιο 0

Στάδιο I A

Στάδιο I B

Στάδιο II A

Στάδιο II B

Στάδιο III A

Στάδιο III B

Στάδιο III C

Στάδιο IV

# Σύνοψη διάγνωσης



**Χρησιμοποιήστε αυτήν την ενότητα για να παρέχετε μια σύνοψη της διάγνωσης του καρκίνου του μαστού. Χρησιμοποιήστε τον χώρο που παρέχεται στο παρακάτω διάγραμμα για να σχεδιάσετε ή να σκιαγραφήσετε έναν γενικό οδηγό του μεγέθους και της θέσης του καρκίνου.**

Ταξινόμηση όγκου: \_\_\_\_\_

Κατάσταση ορμονικών υποδοχέων: \_\_\_\_\_

Ταξινόμηση λεμφαδένων: \_\_\_\_\_

Στάδιο που εκχωρήθηκε:

Ταξινόμηση μετάστασης: \_\_\_\_\_

Βαθμός: \_\_\_\_\_

Κατάσταση Her2: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

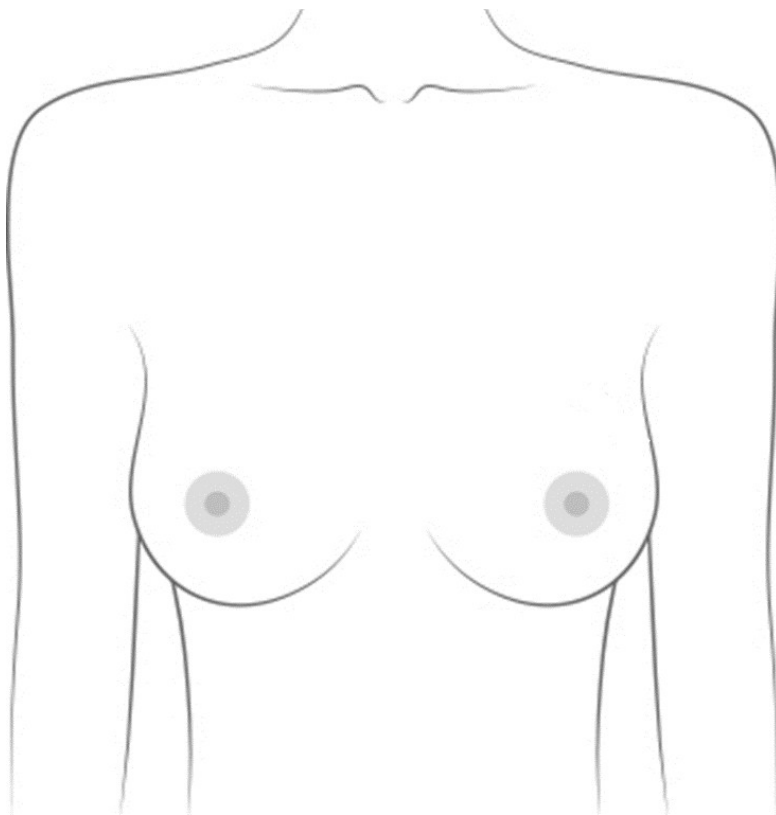
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Πού βρίσκεται ο καρκίνος;**



Χρησιμοποιήστε αυτήν την ενότητα για να σημειώσετε οτιδήποτε αισθάνεστε ότι είναι σημαντικό για τη διάγνωση ή τη θεραπεία σας.

Αυτή μπορεί να περιλαμβάνει πρόσθετες ερωτήσεις σχετικά με τα αποτελέσματα της παθολογοανατομικής εξέτασης ή οτιδήποτε δεν καταλαβαίνετε πλήρως στη διάγνωση σας.

## Πρόσθετες σημειώσεις;



# Επισκόπηση της Θεραπείας του Καρκίνου του Μαστού



## Σημειώσεις καθοδήγησης:

Όταν μάθατε για πρώτη φορά ότι έχετε καρκίνο του μαστού, όλα φάνηκαν να αλλάζουν στη στιγμή. Μπορεί να αισθάνεστε ότι ήρθαν τα πάνω κάτω στη ζωή σας. Μόλις αρχίσετε να συμβιβάζετε με τη διάγνωση, με τη βοήθεια της ομάδας θεραπείας σας και των κοντινών σας ανθρώπων, **θα πρέπει να ξεκινήσει η διαδικασία προετοιμασίας για τη θεραπεία το συντομότερο δυνατό.** Η παρακάτω ενότητα παρέχει μια σύντομη επισκόπηση των διαφορετικών θεραπειών που μπορεί να είναι διαθέσιμες για εσάς.

## Επιλογές Θεραπείας

Μπορεί να έχετε διαγνωστεί πρόσφατα και να βρίσκεστε στα πρώιμα στάδια της θεραπείας σας για καρκίνο του μαστού. Πολλοί άνθρωποι με διάγνωση καρκίνου του μαστού δυσκολεύονται να διαχειριστούν το πλάνο υγειονομικής περίθαλψης του καρκίνου του μαστού για κάποιο χρονικό διάστημα. Ούτως ή άλλως, η γρήγορη οργάνωση των πληροφοριών μπορεί να σας βοηθήσει να καταλάβετε το νόημα των ρουτινών της θεραπείας σας, όσο αυτή εξελίσσεται.



Υπάρχουν πολλές διαφορετικές θεραπείες για τον καρκίνο του μαστού. Η ομάδα θεραπείας σας θα συνεργαστεί μαζί σας για να εξετάσει τις διάφορες επιλογές προτού αποφασίσετε σχετικά με την καλύτερη μέθοδο για εσάς.



Αυτές οι επιλογές προσεγγίζουν τη θεραπεία του καρκίνου με διαφορετικούς τρόπους και καθένας από αυτούς μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε διάφορα σημεία κατά τη διάρκεια της θεραπείας, ορισμένες φορές σε συνδυασμό με κάποιον άλλο.



Μετά τη διάγνωση, οι περισσότερες από αυτές τις θεραπείες επικεντρώνονται στις χειρουργικές επεμβάσεις που είναι σχεδιασμένες για να αφαιρούν όσο το δυνατόν περισσότερο καρκινικό ιστό από τον μαστό και για να μειώνουν τον κίνδυνο επιστροφής του καρκίνου στο μέλλον.

Χημιο-  
θεραπεία

Ακτινο-  
θεραπεία

Ορμονο-  
θεραπεία

Στοχευμένη  
θεραπεία

Παρακολούθηση  
καρκίνου του μαστού



**Χημιοθεραπεία:** Η χημιοθεραπεία είναι ένας τύπος αντικαρκινικού φαρμάκου. Αυτά τα φάρμακα δρουν θανατώνοντας τα καρκινικά κύτταρα. Δρουν σε ολόκληρο τον οργανισμό σας και ονομάζονται, μερικές φορές, συστηματική θεραπεία.



**Ακτινοθεραπεία:** Ακτινοθεραπεία σημαίνει η χρήση ακτινοβολίας, συνήθως ακτίνων Χ, για την αντιμετώπιση των καρκινικών κυττάρων.



**Ορμονοθεραπεία:** Η ορμονοθεραπεία είναι η θεραπεία που χρησιμοποιεί φάρμακα για τον αποκλεισμό ή τη μείωση της ποσότητας των ορμονών στο σώμα, για την επιβράδυνση ή τη διακοπή της ανάπτυξης του καρκίνου.



**Στοχευμένη θεραπεία:** Τα στοχευμένα αντικαρκινικά φάρμακα λειτουργούν κατευθύνοντας τα φάρμακα προς τους στόχους του καρκινικού κυττάρου που βοηθούν το καρκινικό κύτταρο να επιβιώσει και να αναπτυχθεί.



**Παρακολούθηση καρκίνου του μαστού:** Υπάρχουν διάφορες εξετάσεις ή σαρώσεις που μπορεί να κάνετε για να διαπιστωθεί εάν έχετε καρκίνο. Ο τύπος που χρειάζεστε εξαρτάται από τα συμπτώματά σας και το μέρος του σώματος που επηρεάζεται. Μπορεί επίσης να τις χρησιμοποιήσετε για να παρακολουθείτε τον καρκίνο σας κατά τη διάρκεια και μετά τη θεραπεία.

Ορισμένες από αυτές τις θεραπείες μπορεί να παρέχονται πριν από τη χειρουργική επέμβαση (**εισαγωγική θεραπεία**) ή μετά τη χειρουργική επέμβαση (**επικουρική θεραπεία**).



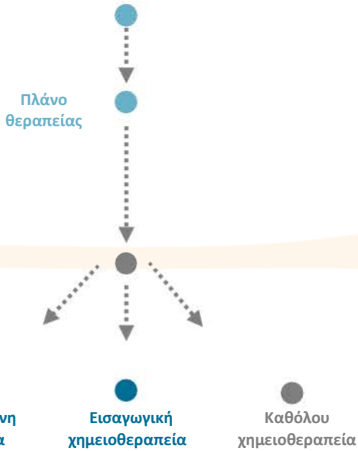
# Η εμπειρία της θεραπείας μου

## Σημειώσεις καθοδήγησης:

Είναι σημαντικό να ξέρετε ότι **δεν είναι όλοι οι καρκίνοι ίδιοι**. Παρότι μπορεί να έχετε την ίδια διάγνωση με κάποιο άλλο άτομο, **ο τρόπος αντιμετώπισης του καρκίνου θα προσαρμοστεί στις ανάγκες σας**. Οπότε, είναι σημαντικό να δοκιμάσετε να κατανοήσετε όσο το δυνατόν περισσότερα πράγματα σχετικά με τη θεραπεία σας και να κάνετε ερωτήσεις όταν δεν είστε σίγουροι. Το μονοπάτι της θεραπείας παρακάτω περιγράφει τι αντιμετωπίζουν πολλές γυναίκες με καρκίνο του μαστού σε όλη τους τη διαδρομή. Παρέχει μια σύντομη επισκόπηση των πιθανών βημάτων θεραπείας που μπορεί να αντιμετωπίσετε. Με τη βοήθεια της ομάδας θεραπείας σας, μπορείτε να **χρησιμοποιήσετε αυτήν την ενότητα για να σχεδιάσετε το μονοπάτι σας σε όλο το προσωπικό πλάνο θεραπείας του καρκίνου του μαστού**.

### Διάγνωση

#### Διάγνωση



### Πριν από τη χειρουργική επέμβαση

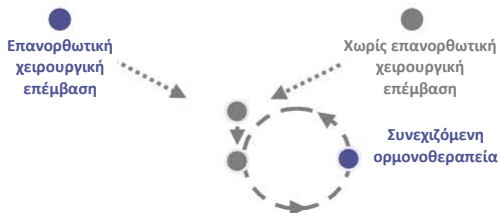
### Χειρουργική επέμβαση

#### ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ ΕΠΕΜΒΑΣΗ

### Μετά τη χειρουργική επέμβαση



### Ανάρρωση



Ποιος είναι ο συνολικός στόχος της θεραπείας σας;

Πρόσθετες σημειώσεις

Χρησιμοποιήστε αυτήν την ενότητα για να σημειώσετε οτιδήποτε αισθάνεστε ότι είναι σημαντικό για το πλάνο της θεραπείας σας. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει πρόσθετα ζητήματα σχετικά με την έναρξη μιας συγκεκριμένης θεραπείας ή οτιδήποτε δεν κατανοείτε πλήρως σχετικά με τις θεραπείες σας. Μπορεί να θέλετε να καταγράψετε τα ονόματα των εξετάσεων που έχετε πραγματοποιήσει ή λεπτομέρειες για τις διαφορετικές θεραπείες που σας παρασχέθηκαν.

## Πρόσθετες σημειώσεις;



# Η ομάδα θεραπείας



## Σημειώσεις καθοδήγησης:

Όταν γίνεται η διάγνωση του καρκίνου του μαστού σας, οι πληροφορίες έρχονται γρήγορα. Προτού συνειδητοποιήσετε τα νέα, διάφοροι **ιατροί από διαφορετικές ειδικότητες** ακολουθούν -- με κάθε γιατρό να σας παρέχει πολλές πληροφορίες, χρησιμοποιώντας νέο (και ορισμένες φορές δυσνόητο) λεξιλόγιο. **Ένα από τα πρώτα πράγματα που μπορεί να είναι αρκετά ασαφές όσον αφορά τη θεραπεία του καρκίνου είναι ποιος κάνει τι.** Η θεραπεία του καρκίνου του μαστού είναι μια **πολυεπιστημονική προσπάθεια**. Αυτό σημαίνει ότι **διαφορετικές ειδικότητες και νοσηλεύτες συνεργάζονται για να ελέγξουν τα αποτελέσματα των εξετάσεων και τις γενικές πληροφορίες.** Μαζί καταλήγουν σε **κοινή σύσταση** σχετικά με τον τρόπο που θα προχωρήσουν τη θεραπεία σας.

**Μπορεί να συναντήσετε κάποιους ή όλους τους παρακάτω επαγγελματίες υγειονομικής περίθαλψης στη διαδρομή σας:**

### Κλινικός ογκολόγος



Σχεδιάζει τη θεραπευτική προσέγγιση της νόσου

### Ακτινοθεραπευτής



Αντιμετωπίζει τον καρκίνο με ακτινοβολία

### Χειρουργός



Αφαιρεί χειρουργικά τους καρκινικούς όγκους και τον ιστό

### Νοσηλεύτης χημειοθεραπείας



Ειδικεύεται στη χορήγηση χημειοθεραπείας

#### Τα προσωπικά στοιχεία μου

Όνοματεπώνυμο: \_\_\_\_\_

Διεύθυνση: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Τηλ.: \_\_\_\_\_

#### Επαφή σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης:

Όνομα: \_\_\_\_\_

Διεύθυνση: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Τηλ.: \_\_\_\_\_

Η σχέση του με εσάς: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

#### Άλλες επαφές

Όνοματεπώνυμο: \_\_\_\_\_

Διεύθυνση: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Τηλ.: \_\_\_\_\_

#### Κλινικός ογκολόγος

Όνοματεπώνυμο: \_\_\_\_\_

Διεύθυνση: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Τηλ.: \_\_\_\_\_

#### Νοσηλεύτης χημειοθεραπείας

Όνοματεπώνυμο: \_\_\_\_\_

Διεύθυνση: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Τηλ.: \_\_\_\_\_

#### Άλλες επαφές

Ειδικότητα: \_\_\_\_\_

Όνομα: \_\_\_\_\_

Διεύθυνση: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Τηλ.: \_\_\_\_\_

Προσπαθήστε όσο μπορείτε καλύτερα να κατανοήσετε όσο το δυνατόν περισσότερες πληροφορίες από αυτές που σας λέει η ομάδα θεραπείας σας. Δεν θα πρέπει να φοβηθείτε να κάνετε ερωτήσεις σχετικά με τη φροντίδα σας. Δεν υπάρχει ανόητη ερώτηση! Θυμηθείτε, είστε το πιο σημαντικό μέλος της ομάδας θεραπείας σας. Οποιοσδήποτε πρόσθετες πληροφορίες που έχετε, θα βοηθήσουν την ομάδα θεραπείας σας να δημιουργήσει το καλύτερο δυνατόν πλάνο της φροντίδας σας. Είμαστε μαζί σας σε κάθε βήμα της διαδρομής!

Υπάρχουν διάφοροι άλλοι επαγγελματίες υγειονομικής περίθαλψης που μπορεί να διαδραματίσουν κάποιο ρόλο στη δημιουργία ενός εξατομικευμένου πλάνου φροντίδας. Αυτοί μπορεί να περιλαμβάνουν τον νοσηλευτή καρκίνου του μαστού, ψυχολόγους και ψυχιάτρους, κοινωνικούς λειτουργούς ογκολογίας, όπως μεταξύ πολλών άλλων. Μπορεί να θέλετε να παραθέσετε τα σχετικά στοιχεία επικοινωνίας με τυχόν επαγγελματίες υγειονομικής περίθαλψης που θέλετε να επικοινωνήσετε στο μέλλον.

## Πρόσθετες σημειώσεις;





## Σημειώσεις καθοδήγησης:

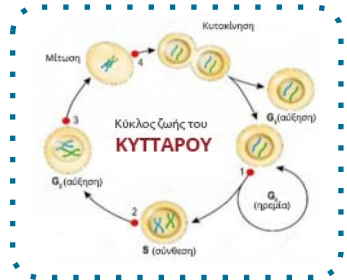
Αυτή η σελίδα έχει σχεδιαστεί για να σας δώσει μια επισκόπηση της χημειοθεραπείας, πώς λειτουργεί και εάν είναι κατάλληλη για εσάς. Συνιστάται να **συμπληρώνετε τα κενά τμήματα μαζί με τον γιατρό σας ή τον εξειδικευμένο νοσηλεύτη**. Μπορεί να θέλετε να ελέγξετε την ενότητα της παθολογοανατομικής εξέτασης με την ομάδα υγειονομικής περίθαλψης για να υπενθυμίσετε στον εαυτό σας τυχόν λεπτομέρειες πριν από τη συμπλήρωση της σελίδας. Μπορείτε να **κάνετε σχόλια, να επισημάνετε ή να σχεδιάσετε τυχόν πρόσθετες βασικές πληροφορίες** που νομίζετε ότι μπορεί να σας βοηθήσουν να παρακολουθείτε το πλάνο της θεραπείας σας.

## Γιατί χρειαζόμαστε τη χημειοθεραπεία;



Η χημειοθεραπεία είναι μια θεραπεία που χρησιμοποιεί αντικαρκινικά φάρμακα για να καταστρέψει τα καρκινικά κύτταρα, παρεμβαλλόμενη στη δυνατότητα διαίρεσης και αύξησής τους.

Τα υγιή κύτταρα αυξάνονται και διαιρούνται με ελεγχόμενο τρόπο. Τα καρκινικά κύτταρα από την άλλη αναπτύσσονται με μη φυσιολογικό ή ακανόνιστο τρόπο.



G1 - Αύξηση  
S - Σύνθεση DNA  
G2 - Αύξηση και προετοιμασία για τη μίτωση  
M - Μίτωση (κυτταρική διαίρεση)

Η χημειοθεραπεία είναι μια θεραπεία που χρησιμοποιεί αντικαρκινικά φάρμακα για να καταστρέψει τα καρκινικά κύτταρα, παρεμβαλλόμενη στη δυνατότητα διαίρεσης και ανάπτυξής τους.

Μπορεί να δοθεί χημειοθεραπεία μετά τη χειρουργική επέμβαση (**επικουρική χημειοθεραπεία**) για να μειώσει τον κίνδυνο επανεμφάνισης του καρκίνου στο μέλλον.

Μπορεί να χορηγηθεί χημειοθεραπεία πριν από τη χειρουργική επέμβαση (**εισαγωγική χημειοθεραπεία**). Αυτό μπορεί να επιβραδύνει την ανάπτυξη του καρκίνου και να μειώσει την πιθανότητα εξάπλωσής του σε άλλα μέρη του σώματος.

## Είμαι υποχρεωμένη να λάβω χημειοθεραπεία;

Εάν θα σας χορηγηθεί χημειοθεραπεία ή όχι και ο τύπος της θεραπείας που θα λάβετε θα εξαρτηθούν από διάφορους παράγοντες:

Ποιος είναι ο στόχος μας με τη χημειοθεραπεία;

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### 1 Ποιος είναι ο βαθμός του καρκίνου του μαστού;

Τα καρκινικά κύτταρα βαθμολογούνται ανάλογα με το πόσο διαφορετικά είναι σε σχέση με τα υγιή κύτταρα του μαστού και το πόσο γρήγορα αναπτύσσονται.

- Βαθμός 1  Μοιάζει πολύ με τα υγιή κύτταρα του μαστού και αναπτύσσεται αργά
- Βαθμός 2  Μοιάζει λιγότερο με τα υγιή κύτταρα του μαστού και αναπτύσσεται γρηγορότερα
- Βαθμός 3  Μοιάζει αρκετά διαφορετικό από τα φυσιολογικά κύτταρα του μαστού και αναπτύσσεται γρήγορα

### 2 Ποιο είναι το μέγεθος του καρκίνου του μαστού;

Το μέγεθος του καρκίνου του μαστού μετράται στο ευρύτερο σημείο του, συνήθως σε χιλιοστά (mm). Το μέγεθος δεν αποτυπώνει πάντα τη συνολική εικόνα. Ένας μικρός καρκίνος μπορεί να αναπτύσσεται ταχύτατα ή μπορεί να ισχύει το αντίθετο.

2 mm    5 mm    10 mm    20 mm    30 mm    40 mm    50 mm   Άλλο: \_\_\_\_\_

### 3 Επηρεάζονται οι λεμφαδένες;

Ναι  Όχι

### 4 Ποια είναι η κατάσταση των υποδοχέων;

Υποδοχέας οιστρογόνων

Υποδοχέας ανθρώπινου επιδερμικού αυξητικού παράγοντα 2 (HER2)



# Τι σημαίνει αυτό για εμένα;



Μπορεί να σας ζητηθεί να αποφασίσετε εάν θέλετε να κάνετε χημειοθεραπεία. Μπορεί να είναι δύσκολο να αποφασίσετε εάν θα προχωρήσετε με τη θεραπεία ή όχι. Η απόφαση είναι προσωπική και θα χρειαστεί να σταθμίσετε τα πιθανά οφέλη έναντι των πιθανών ανεπιθύμητων ενεργειών. Η ομάδα θεραπείας σας είναι στη διάθεσή σας για να ρωτήσετε ότι θέλετε.

## Ποιο είναι το σχήμα θεραπείας μου



Η χημειοθεραπεία συνήθως χορηγείται σε κύκλους, με διάλειμμα μεταξύ κάθε θεραπείας, για να δώσει στον οργανισμό τον χρόνο να αναρρώσει από τα ανεπιθύμητα βραχυπρόθεσμα συμβάντα της θεραπείας.

**Μπορεί να λαμβάνετε τη θεραπεία σας:**



Κάθε εβδομάδα



Κάθε 2 εβδομάδες



Κάθε 3 εβδομάδες

Άλλο:

Πρόσθετες λεπτομέρειες: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Ποιοι είναι οι συνδυασμοί χημειοθεραπείας μου



**Μπορεί να λάβετε ένα φάρμακο ή έναν συνδυασμό δύο ή τριών φαρμάκων χημειοθεραπείας.**

Όνομα του φαρμάκου:

Δόση:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Πώς θα χορηγηθεί η θεραπεία μου;



Η χημειοθεραπεία συνήθως χορηγείται σε μία φλέβα (ενδοφλεβίως) ή την καταπίνετε με τη μορφή δισκίων ή καψουλών.



Ο πιο συχνός τρόπος λήψης της χημειοθεραπείας περιλαμβάνει την εισαγωγή μιας μικρής βελόνας και ενός πλαστικού σωλήνα που ονομάζεται ΚΑΘΕΤΗΡΑΣ σε μια φλέβα, είτε στο πίσω μέρος του χεριού είτε στο κάτω μέρος του βραχίονα.



Η χημειοθεραπεία από το στόμα λαμβάνεται από το στόμα, είτε ως δισκία είτε ως κάψουλες.  
Η χημειοθεραπεία από το στόμα συνήθως λαμβάνεται κατ' οίκον.

## Χρειάζεται να παρακολουθήσω μια συνεδρία πληροφόρησης προ θεραπείας;

Ορισμένα νοσοκομεία θα διοργανώσουν μια συνεδρία πληροφόρησης για τη χημειοθεραπεία. Σε αυτό το ραντεβού, ένας νοσηλεύτης θα συζητήσει τον τρόπο και τον χρόνο χορήγησης της χημειοθεραπείας σας, τι να αναμένετε και τον τρόπο διαχείρισης της πορείας της θεραπείας σας.

Έχετε παρακολουθήσει μια συνεδρία πληροφόρησης για τη χημειοθεραπεία;  Ναι  Όχι

**Λεπτομέρειες για το ραντεβού:**

Ημερομηνία:

Θέση:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Ανεπιθύμητα συμβάντα της θεραπείας

Η χημειοθεραπεία επηρεάζει τους ασθενείς με διαφορετικούς τρόπους και κανένας ασθενής δεν είναι ίδιος με τον άλλο. Μπορεί να έχετε λίγες ή διάφορες πρόσθετες επιδράσεις από τη θεραπεία. Αυτές είναι προσωρινές και είναι δυνατή η διαχείρισή τους με την κατάλληλη θεραπεία.

Πώς αισθάνεστε κατά τη λήψη της θεραπείας σας; \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω ενότητες για να κάνετε μια σημείωση για τυχόν οδηγίες ή συμβουλές που θα σας βοηθήσουν να διαχειριστείτε τη χημειοθεραπεία. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει πρόσθετους τρόπους για την αντιμετώπιση της τριχόπτωσης ή συμβουλές για τη διατήρηση της στοματικής υγείας. Συζητήστε με την ομάδα θεραπείας σας για περισσότερες οδηγίες σχετικά με τα πράγματα για τα οποία πρέπει να προετοιμαστείτε.

Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω ενότητες για να σημειώσετε οτιδήποτε αισθάνεστε ότι είναι σημαντικό για τη θεραπεία σας. Αυτό μπορεί να είναι πρόσθετες λεπτομέρειες σχετικά με το πώς αισθάνεστε κατά τη διάρκεια της θεραπείας ή οτιδήποτε δεν καταλαβαίνετε πλήρως για τη χημειοθεραπεία.

## Επιπλέον συμβουλές



## Πρόσθετες σημειώσεις;





# Χειρουργική επέμβαση

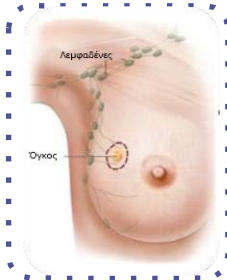


## Σημειώσεις καθοδήγησης:

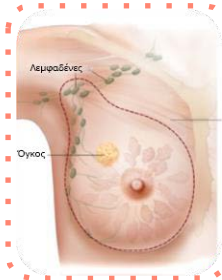
Αυτή η σελίδα έχει σχεδιαστεί για να σας δώσει μια επισκόπηση της **χειρουργικής επέμβασης για τον καρκίνο του μαστού**, τι περιλαμβάνει και εάν είναι κατάλληλη για εσάς. Συνιστάται να **μελετάτε και να συμπληρώνετε τις ενότητες μαζί με τον χειρουργό σας**. Μπορεί να θέλετε να ελέγξετε την ενότητα της παθολογοανατομικής εξέτασης με την ομάδα υγειονομικής περίθαλψης για να υπενθυμίσετε στον εαυτό σας τυχόν λεπτομέρειες πριν από τη συμπλήρωση αυτής της σελίδας. Μπορείτε να **κάνετε σχόλια, να επισημάνετε ή να σχεδιάσετε τυχόν πρόσθετες βασικές πληροφορίες** που νομίζετε ότι μπορεί να σας βοηθήσουν να παρακολουθείτε το πλάνο της θεραπείας σας.

## Γιατί μπορεί να χρειαστεί να κάνω χειρουργική επέμβαση;

Υπάρχουν τρεις κύριοι τύποι χειρουργικής επέμβασης που χρησιμοποιούνται για τη θεραπεία του καρκίνου του μαστού:



**Χειρουργική επέμβαση διατήρησης του μαστού**  
(συχνά ονομάζεται **ογκεκτομή**)



**Μαστεκτομή**



**Χειρουργική επέμβαση λεμφαδένων**

## Χειρουργική επέμβαση διατήρησης του μαστού

Χειρουργική επέμβαση διατήρησης του μαστού είναι όταν οι χειρουργοί αφαιρούν τον καρκίνο και μια περιοχή υγιούς ιστού γύρω από αυτόν (αυτό είναι γνωστό ως όριο). Η χειρουργική επέμβαση διατήρησης του μαστού στοχεύει να διατηρήσει όσο το δυνατό μεγαλύτερο τμήμα του μαστού, αφαιρώντας ταυτόχρονα όλον τον καρκίνο.

## Μαστεκτομή

Η μαστεκτομή είναι μια χειρουργική επέμβαση για την αφαίρεση όσο το δυνατόν περισσότερου καρκινικού ιστού του μαστού. Συχνά συνιστάται όταν:

**1** Ο καρκίνος αποτελεί ένα μεγάλο μέρος του ιστού του μαστού

**2** Υπάρχουν περισσότερες από μία περιοχές του καρκίνου στον ιστό του μαστού

**Υπάρχουν τρεις κύριοι τύποι χειρουργικής επέμβασης καρκίνου του μαστού:**



**Απλή (ολική):** αφαιρεί τον ιστό του μαστού μαζί με τη θηλή και τη θηλαία άλω. Ο στόχος είναι να κάνει το θωρακικό τοίχωμα όσο το δυνατόν πιο επίπεδο.



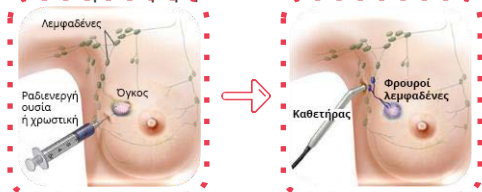
**Με διατήρηση του δέρματος:** αφαιρεί τον ιστό του μαστού, τη θηλή και τη θηλαία άλω. Ο στόχος είναι να παραμείνει η πλειονότητα του δέρματος του μαστού και η πτυχή κάτω από τον μαστό.



**Με διατήρηση της θηλής:** αφήνει το δέρμα του μαστού, τη θηλή και τη θηλαία άλω ακέραιες. Η θηλή δεν διατηρείται καμία αίσθηση μετά την επέμβαση

## Χειρουργική επέμβαση λεμφαδένων

Μπορεί να χρειάζεται να κάνετε χειρουργική επέμβαση στους λεμφαδένες σας, εάν ο καρκίνος του μαστού εξαπλωθεί εκτός του κύριου ιστού του μαστού. Οι λεμφαδένες στη μασχάλη (**μασχαλιαίοι λεμφαδένες**) είναι ένα από τα πρώτα μέρη στα οποία είναι πιθανόν να εξαπλωθεί ο καρκίνος του μαστού.



**1** Η χειρουργική επέμβαση λεμφαδένων συνήθως πραγματοποιείται σε δύο στάδια. Αρχικά, τοποθετείται με ένεση ένας ραδιοενεργός ιχνηθέτης στον ιστό γύρω από τον όγκο, όπως επίσης και μια πρόσθετη χρωστική ουσία.

**2** Ο χειρουργός τότε κάνει μια μικρή τομή για την αφαίρεση των λεμφαδένων. Η χρωστική συμβάλλει στο να επιβεβαιωθεί ότι έχει αφαιρεθεί ο σωστός λεμφαδένας.

Ο στόχος αυτής της διαδικασίας είναι να ελεγχθεί πόσοι λεμφαδένες έχουν καρκίνο και να μειωθούν οι πιθανότητες επανεμφάνισης του καρκίνου στους λεμφαδένες. Ο χειρουργός σας μπορεί να χρειαστεί να αφαιρέσει διάφορους λεμφαδένες κατά τη διάρκεια αυτής της διαδικασίας.



# Είμαι υποχρεωμένη να κάνω χειρουργική επέμβαση;



Μπορεί να σας ζητηθεί να αποφασίσετε εάν θέλετε να κάνετε χειρουργική επέμβαση στον μαστό και ποιος τύπος χειρουργικής επέμβασης είναι κατάλληλος για τον καρκίνο του μαστού σας. Η απόφαση είναι προσωπική και θα χρειαστεί να σταθμίσετε τα πιθανά οφέλη έναντι των ανησυχιών που μπορεί να έχετε. Η ομάδα θεραπείας σας είναι στη διάθεσή σας για να ρωτήσετε ότι θέλετε.

Ο χειρουργός σας, μαζί με την ευρύτερη ομάδα θεραπείας σας, θα εξετάσει έναν αριθμό παραγόντων προτού συστήσει ποιος τύπος χειρουργική επέμβασης είναι καλύτερος για εσάς.

## Προηγούμενες παρεμβάσεις

Έχετε κάνει προηγούμενη ακτινοθεραπεία;

Ναι

Όχι

Έχετε κάνει προηγούμενη χειρουργική επέμβαση διατήρησης του μαστού;

Ναι

Όχι

Λεπτομέρειες προηγούμενης χειρουργικής επέμβασης:

---

---

Πόσες περιοχές καρκίνου έχω;

Μία περιοχή

Πολλές περιοχές που είναι κοντά

## Ποιο είναι το μέγεθος του όγκου του μαστού;

Το μέγεθος του καρκίνου του μαστού μετράται στο ευρύτερο σημείο του, συνήθως σε χιλιοστά (mm). Το μέγεθος δεν αποτυπώνει πάντα τη συνολική εικόνα. Ένας μικρός καρκίνος μπορεί να αναπτύσσεται ταχύτατα ή μπορεί να ισχύει το αντίθετο.



2 mm



5 mm



10 mm



20 mm



30 mm



40 mm



50 mm

Άλλο:

---

Πρόσθετες λεπτομέρειες:

---

---

Ποιον τύπο ορίων έχει ο όγκος;

Θετικό

Αρνητικό

Θέλετε να διατηρήσετε τους φυσικούς μαστούς σας;

Ναι

Όχι

## Τι σημαίνει αυτό για εμένα;

### Χειρουργικές συστάσεις

Ποιον τύπο χειρουργικής επέμβασης μαστού χρειάζομαι;

Μαστεκτομή:

Ναι

Όχι

Χειρουργική επέμβαση διατήρησης του μαστού:

Ναι

Όχι

Απλή (ολική):

Με διατήρηση του δέρματος:

Με διατήρηση της θηλής:

Πρόσθετες λεπτομέρειες:

---

---

Χρειάζεται να κάνω χειρουργική επέμβαση για να αφαιρέσω κάποιους λεμφαδένες; Σε ποιον τύπο επέμβασης θα υποβληθώ;

Ναι

Όχι

Βιοψία φρουρών λεμφαδένων

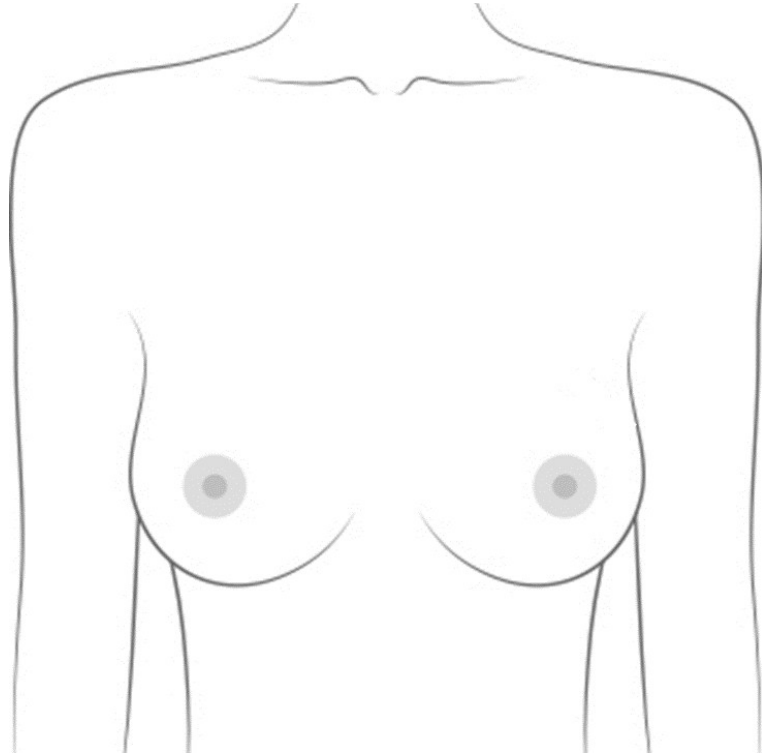
Χειρουργική επέμβαση μασχαλιαίων λεμφαδένων



# Χειρουργική περιγραφή



Ζητήστε από τον χειρουργό σας να χαρτογραφήσει τα σημεία στα οποία θα πραγματοποιηθούν οποιεσδήποτε χειρουργικές επεμβάσεις. Χρησιμοποιήστε το παρακάτω διάστημα για να σημειώσετε τυχόν περιοχές του ιστού του μαστού που θα χειρουργηθούν ή το σημείο στο οποίο θα γίνουν τα σημάδια της τομής. Μπορείτε να κάνετε τυχόν πρόσθετες σημειώσεις ή σχόλια στο διάγραμμα που παρέχεται.



**Ποιος είναι ο στόχος της θεραπείας με το χειρουργικό μας πλάνο;**

---

---

---

---

## Χρονοδιάγραμμα χειρουργικής επέμβασης

Πότε συνιστάται να κάνω τη χειρουργική επέμβαση;

Το συντομότερο δυνατό:  Σε μεταγενέστερη ημερομηνία:  Λεπτομέρειες: \_\_\_\_\_

Πόσο θα διαρκέσει η χειρουργική επέμβαση; \_\_\_\_\_

Πόσο διάστημα θα χρειαστεί η ανάρρωση από τη χειρουργική επέμβαση; \_\_\_\_\_

Πόσο σύντομα μετά την κύρια χειρουργική επέμβαση μπορώ να κάνω επανορθωτική χειρουργική επέμβαση μαστού;

Το συντομότερο δυνατό:  Σε μεταγενέστερη ημερομηνία:

Πρόσθετες σημειώσεις: \_\_\_\_\_

---



Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω ενότητες για να κάνετε μια σημείωση για τυχόν οδηγίες ή συμβουλές που θα σας βοηθήσουν να προετοιμαστείτε για τη χειρουργική επέμβαση. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει πρόσθετες συμβουλές για πράγματα που θα πάρετε μαζί σας, όπως ρούχα, είδη προσωπικής περιποίησης, βιβλία, κ.λπ. Μπορεί να θέλετε να περιλάβετε πληροφορίες που θα σας βοηθήσουν να διαχειριστείτε την ανάρρωσή σας. Συζητήστε με την ομάδα θεραπείας σας για περισσότερες οδηγίες σχετικά με τα πράγματα για τα οποία πρέπει να προετοιμαστείτε.

## Επιπλέον συμβουλές



Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω ενότητες για να σημειώσετε οτιδήποτε αισθάνεστε ότι είναι σημαντικό για τη θεραπεία σας. Αυτό μπορεί να είναι πρόσθετες λεπτομέρειες σχετικά με το πώς αισθάνεστε κατά τη διάρκεια της θεραπείας ή οτιδήποτε δεν καταλαβαίνετε πλήρως για τη χημειοθεραπεία.

## Πρόσθετες σημειώσεις;



# Ορμονοθεραπεία



## Σημειώσεις καθοδήγησης:

Αυτή η σελίδα έχει σχεδιαστεί για να σας δώσει μια επισκόπηση της **ορμονοθεραπείας**, τι περιλαμβάνει η θεραπεία και εάν είναι κατάλληλη για εσάς. Συνιστάται να **μελετάτε και να συμπληρώνετε τις ενότητες μαζί με τον γιατρό σας**. Μπορεί να θέλετε να ελέγξετε την ενότητα της παθολογοανατομικής εξέτασης με την ομάδα υγειονομικής περίθαλψης για να υπενθυμίσετε στον εαυτό σας τυχόν λεπτομέρειες πριν από τη συμπλήρωση αυτής της σελίδας. Μπορείτε να **κάνετε σχόλια, να επισημάνετε ή να σχεδιάσετε τυχόν πρόσθετες βασικές πληροφορίες** που νομίζετε ότι μπορεί να σας βοηθήσουν να παρακολουθείτε το πλάνο της θεραπείας σας.

## Γιατί μπορεί να χρειαστώ ορμονοθεραπεία;



Οι ορμόνες **οιστρογόνο** και **προγεστερόνη** παράγονται από τις ωθήκες σε προεμμηνόπαυσιακές γυναίκες και λειτουργούν ως χημικοί αγγελιοφόροι που ενεργοποιούν διάφορες σωματικές διαδικασίες, όπως την ανάπτυξη και τη γονιμότητα.



**Το οιστρογόνο** ενθαρρύνει την **ανάπτυξη και τη διατήρηση των θηλυκών χαρακτηριστικών του φύλου** και την ανάπτυξη των οστών. **Η προγεστερόνη** διαδραματίζει έναν ρόλο στον **εμμηνόρρυσιακό κύκλο και την εγκυμοσύνη**.



Οι γιατροί εξετάζουν τα δείγματα του ιστού του όγκου που έχουν αφαιρεθεί από τη χειρουργική επέμβαση. Εάν τα κύτταρα του όγκου περιέχουν υποδοχείς οιστρογόνων, ο καρκίνος ονομάζεται **θετικός για υποδοχείς οιστρογόνων (θετικός για ER)**. Παρομοίως, εάν τα κύτταρα του όγκου περιέχουν υποδοχείς προγεστερόνης, ο καρκίνος ονομάζεται **θετικός για υποδοχείς προγεστερόνης (θετικός για PR)**.



Οι υποδοχείς ορμονών συμπεριφέρονται ως τα **αυτιά ή οι κεραίες** στα κύτταρα του μαστού που ακούν τα σήματα από τις ορμόνες. Αυτά τα σήματα στοχεύουν στην αύξηση των καρκινικών κυττάρων που είναι θετικά για υποδοχείς.

## ΤΥΠΟΙ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Η ορμονοθεραπεία για τον καρκίνο του μαστού χρησιμοποιείται για τον αποκλεισμό της ανάπτυξης καρκίνου του μαστού θετικού για HR με δύο τρόπους:



Αναστολέας

**Αποκλεισμός της λειτουργίας των ωθηκών:** Επειδή οι ωθήκες είναι η κύρια πηγή οιστρογόνων στις προεμμηνόπαυσιακές γυναίκες, τα επίπεδα οιστρογόνων σε αυτές τις γυναίκες μπορούν να μειωθούν με την εξάλειψη ή την καταστολή της λειτουργίας των ωθηκών. Ο αποκλεισμός της λειτουργίας των ωθηκών ονομάζεται **και καταστολή της λειτουργίας των ωθηκών (ovarian ablation)**.



Ένζυμο

**Αποκλεισμός της παραγωγής οιστρογόνων:** Τα φάρμακα που ονομάζονται **αναστολείς αρωματάσης** χρησιμοποιούνται για τον αποκλεισμό της δραστηριότητας ενός ενζύμου που ονομάζεται αρωματάση, το οποίο χρησιμοποιεί ο οργανισμός για να δημιουργήσει οιστρογόνα στις ωθήκες και σε άλλους ιστούς.

## Είμαι υποχρεωμένη να λάβω ορμονοθεραπεία;

Εάν θα σας χορηγηθεί ορμονοθεραπεία ή όχι και ο τύπος της θεραπείας που θα λάβετε θα εξαρτηθούν από διάφορους παράγοντες:

Ποιος είναι ο θεραπευτικός στόχος μας με την ορμονοθεραπεία;

---

---

---

---

---

---

---

---

Ποιο είναι το στάδιο του καρκίνου: (επιλέξτε ένα)

Στάδιο 0



Στάδιο I A



Στάδιο II A



Στάδιο I B



Στάδιο II B



Στάδιο III B



Στάδιο III A



Στάδιο III C



Στάδιο IV



## Είμαι υποχρεωμένη να λάβω ορμονοθεραπεία;

### Ιστορικό Θεραπείας

Έχετε λάβει ορμονοθεραπεία κατά το παρελθόν;

Ναι

Όχι

Πρόσθετες σημειώσεις: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### Κατάσταση υποδοχέων

Θετικός για υποδοχείς \_\_\_\_\_ % (1 – 100%)  
οιστρογόνων

Αρνητικός για υποδοχείς \_\_\_\_\_ % (1 – 100%)  
οιστρογόνων

Θετικός για υποδοχείς προγεστερόνης  
\_\_\_\_\_ % (1–100%)

Αρνητικός για υποδοχείς προγεστερόνης  
\_\_\_\_\_ % (1–100%)

### Κατάσταση εμμηνόπαυσης

Ποια είναι η κατάσταση εμμηνόπαυσής σας;

Προεμμηνόπαυσιακή

Μετεμμηνόπαυσιακή

### Υγεία των οστών

Έχετε ποτέ υποβληθεί σε αξιολόγηση της οστικής πυκνότητας; Ναι

Όχι

Ποια είναι η οστική πυκνότητά σας;

T-score: \_\_\_\_\_

Z-score: \_\_\_\_\_

Τι σημαίνουν αυτές οι βαθμολογίες / scores; \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Έχετε ιστορικό αρθρίτιδας;

Ναι

Όχι

Πρόσθετες λεπτομέρειες: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Τι σημαίνει αυτό για εμένα;

### Φαρμακευτικό σχήμα

Όνομα φαρμάκου:

Δόση:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Πώς θα χορηγηθεί η θεραπεία μου;

Από το στόμα (ως χάπι ή δισκίο)

Ένεση

Για πόσο διάστημα θα λαμβάνω ορμονοθεραπεία; \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω ενότητες για να κάνετε μια σημείωση για τυχόν οδηγίες ή συμβουλές που θα σας βοηθήσουν να διαχειριστείτε την ορμονοθεραπεία. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει πρόσθετους τρόπους για την αντιμετώπιση των συμπτωμάτων της εμμηνόπαυσης ή τρόπους για να προσέξετε την υγεία των οστών σας.

Συζητήστε με την ομάδα θεραπείας σας για περισσότερες οδηγίες σχετικά με τα πράγματα για τα οποία πρέπει να προετοιμαστείτε.

## Επιπλέον συμβουλές



Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω ενότητες για να σημειώσετε οτιδήποτε αισθάνεστε ότι είναι σημαντικό για τη θεραπεία σας. Αυτό μπορεί να είναι πρόσθετες λεπτομέρειες σχετικά με το πώς αισθάνεστε κατά τη διάρκεια της θεραπείας ή οτιδήποτε δεν καταλαβαίνετε πλήρως για την ορμονοθεραπεία.

## Πρόσθετες σημειώσεις;

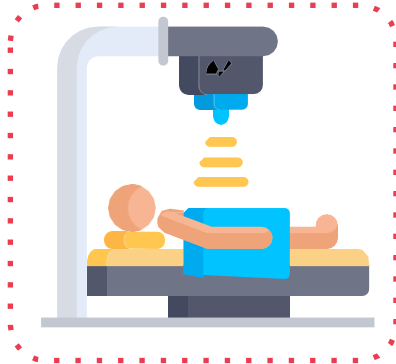




## Σημειώσεις καθοδήγησης:

Αυτή η σελίδα έχει σχεδιαστεί για να σας δώσει μια επισκόπηση της **ακτινοθεραπείας**, τι περιλαμβάνει η θεραπεία και εάν είναι κατάλληλη για εσάς. Συνιστάται να **μελετάτε και να συμπληρώνετε τις ενότητες μαζί με τον ακτινοθεραπευτή σας**. Μπορεί να θέλετε να ελέγξετε την ενότητα της παθολογοανατομικής εξέτασης με την ομάδα υγειονομικής περίθαλψης για να υπενθυμίσετε στον εαυτό σας τυχόν λεπτομέρειες πριν από τη συμπλήρωση αυτής της σελίδας. Μπορείτε να **κάνετε σχόλια, να επισημάνετε ή να σχεδιάσετε τυχόν πρόσθετες βασικές πληροφορίες** που νομίζετε ότι μπορεί να σας βοηθήσουν να παρακολουθείτε το πλάνο της θεραπείας σας.

## Γιατί μπορεί να χρειαστεί να λάβω ακτινοθεραπεία;



Η ακτινοθεραπεία χρησιμοποιεί ακτίνες υψηλής ενέργειας για την καταστροφή των καρκινικών κυττάρων.



Η ακτινοθεραπεία μετά τη χειρουργική επέμβαση στους μαστούς έχει αποδειχθεί ότι **μειώνει τις πιθανότητες επανεμφάνισης του καρκίνου μακροπρόθεσμα**.



Η ακτινοβολία του καρκίνου του μαστού μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την καταστροφή τυχόν υπολειπόμενων καρκινικών κυττάρων στον μαστό ή τη μασχάλη **μετά τη χειρουργική επέμβαση**.

Υπάρχουν δύο κύριοι τύποι ακτινοβολίας που μπορεί να θεωρηθούν ότι αντιμετωπίζουν τον καρκίνο, **η ακτινοβολία εξωτερικής δέσμης** και η **εσωτερική ακτινοβολία του καρκίνου του μαστού** που ορισμένες φορές ονομάζεται **βραχυθεραπεία**.

### 1 Ακτινοβολία εξωτερικής δέσμης

Παραδοσιακές ακτίνες που σκοτώνουν τον καρκίνο και χορηγούνται από ένα μεγάλο μηχάνημα που, ορισμένες φορές, ονομάζεται γραμμικός επιταχυντής.



Η ακτινοβολία μπορεί να χορηγηθεί μετά την επέμβαση διατήρησης του μαστού για να συμβάλει στη μείωση των πιθανοτήτων επανεμφάνισης του καρκίνου στον ίδιο μαστό ή στους ίδιους λεμφαδένες.

### 2 Εσωτερική ακτινοβολία του καρκίνου του μαστού

Μια νεότερη μέθοδος θεραπείας που **χορηγεί με ένεση ραδιενεργές θεραπείες που σκοτώνουν τον καρκίνο στην προσβεβλημένη περιοχή του μαστού**.



Η ακτινοβολία μπορεί να χορηγηθεί μετά από μαστεκτομή, εάν ο καρκίνος βρεθεί ότι είναι μεγαλύτερος ή βρεθεί σε πολλούς λεμφαδένες.

## Είμαι υποχρεωμένη να λάβω ακτινοθεραπεία;

Εάν θα σας χορηγηθεί ακτινοθεραπεία ή όχι και ο τύπος της θεραπείας που θα λάβετε θα εξαρτηθούν από διάφορους παράγοντες:

Ποιος είναι ο θεραπευτικός στόχος μας με την ακτινοθεραπεία;

---

---

---

---

---

---

---

---

Πού βρίσκεται ο καρκίνος και σε ποιο στάδιο είναι;

---

---

---

---

---

---

---

---

Πόσες περιοχές καρκίνου έχω;



Μία περιοχή



Πολλές περιοχές που είναι κοντά

## Είμαι υποχρεωμένη να λάβω ακτινοθεραπεία;

Ποιο είναι το μέγεθος του όγκου του μαστού;

Το μέγεθος του καρκίνου του μαστού μετράται στο ευρύτερο σημείο του, συνήθως σε χιλιοστά (mm). Το μέγεθος δεν αποτυπώνει πάντα τη συνολική εικόνα. Ένας μικρός καρκίνος μπορεί να αναπτύσσεται ταχύτατα ή μπορεί να ισχύει το αντίθετο.



2 mm



5 mm



10 mm



20 mm



30 mm



40 mm



50 mm

Άλλο: \_\_\_\_\_

Πρόσθετες λεπτομέρειες: \_\_\_\_\_

### Συμμετοχή των λεμφαδένων

Υπάρχουν ενδείξεις καρκίνου στους λεμφαδένες;

Ναι

Όχι

Πρόσθετες λεπτομέρειες: \_\_\_\_\_

### Ιστορικό Θεραπείας

Έχετε λάβει ακτινοθεραπεία στο παρελθόν για την αντιμετώπιση του καρκίνου του μαστού;

Ναι

Όχι

Πρόσθετες λεπτομέρειες: \_\_\_\_\_

Έχετε υποβληθεί σε προηγούμενες χειρουργικές επεμβάσεις για την αντιμετώπιση του καρκίνου;

Ναι

Όχι

Λεπτομέρειες προηγούμενης χειρουργικής επέμβασης: \_\_\_\_\_

### Εγκυμοσύνη

Είστε έγκυος;

Ναι

Όχι

Προγραμματίζετε να μείνετε έγκυος στο εγγύς μέλλον; \_\_\_\_\_

## Τι σημαίνει αυτό για εμένα;

Θεραπεία

Ποιον τύπο ακτινοθεραπείας θα λάβω; \_\_\_\_\_

Πότε και πού θα λάβω τη θεραπεία; \_\_\_\_\_

Πόσες συνεδρίες ακτινοθεραπείας θα πρέπει να κάνω και πόσο θα διαρκέσει ολόκληρη η διαδικασία της θεραπείας; \_\_\_\_\_



Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω ενότητες για να κάνετε μια σημείωση για τυχόν οδηγίες ή συμβουλές που θα σας βοηθήσουν να διαχειριστείτε την ακτινοθεραπεία. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει πρόσθετους τρόπους φροντίδας του δέρματός σας κατά τη διάρκεια της θεραπείας ή να επιβεβαιώσετε ότι έχετε αξιόπιστο μεταφορικό μέσο για τη μετάβαση και την επιστροφή από τη θεραπεία. Συζητήστε με την ομάδα θεραπείας σας για περισσότερες οδηγίες σχετικά με τα πράγματα για τα οποία πρέπει να προετοιμαστείτε.

## Επιπλέον συμβουλές



Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω ενότητες για να σημειώσετε οτιδήποτε αισθάνεστε ότι είναι σημαντικό για τη θεραπεία σας. Αυτό μπορεί να είναι πρόσθετες λεπτομέρειες σχετικά με το πώς αισθάνεστε κατά τη διάρκεια της θεραπείας ή οτιδήποτε δεν καταλαβαίνετε πλήρως για την ακτινοθεραπεία.

## Πρόσθετες σημειώσεις;





# Στοχευμένη θεραπεία

## Σημειώσεις καθοδήγησης:

Αυτή η σελίδα έχει σχεδιαστεί για να σας δώσει μια επισκόπηση της **στοχευμένης θεραπείας**, τι περιλαμβάνει η θεραπεία και εάν είναι κατάλληλη για εσάς. Συνιστάται να **μελετάτε και να συμπληρώνετε τις ενότητες μαζί με τον ογκολόγο σας**. Μπορεί να θέλετε να ελέγξετε την ενότητα της παθολογοανατομικής εξέτασης με την ομάδα υγειονομικής περίθαλψής σας για να υπενθυμίσετε στον εαυτό σας τυχόν λεπτομέρειες πριν από τη συμπλήρωση αυτής της σελίδας. Μπορείτε να **κάνετε σχόλια, να επισημάνετε ή να σχεδιάσετε τυχόν πρόσθετες βασικές πληροφορίες** που νομίζετε ότι μπορεί να σας βοηθήσουν να παρακολουθείτε το πλάνο της θεραπείας σας.

## Γιατί μπορεί χρειαστεί να λάβω στοχευμένη θεραπεία;



Οι στοχευμένες θεραπείες για τον καρκίνο του μαστού είναι σχεδιασμένες για την **προσβολή ειδικών κυττάρων του καρκίνου του μαστού χωρίς να βλάψουν τα φυσιολογικά κύτταρα**.

Ορισμένοι τύποι καρκίνου έχουν **υποδοχείς στην επιφάνειά τους που τους βοηθούν να αναπτύσσονται πιο γρήγορα**. Οι στοχευμένες θεραπείες χρησιμοποιούν φάρμακα που **προσδένονται σε αυτούς του στόχους στην επιφάνεια του κυττάρου και τους αποκλείουν**.



Κύτταρο καρκίνου του μαστού HER+



Μονοκλωνικό αντίσωμα



Ορισμένοι καρκίνοι του μαστού έχουν έναν υποδοχέα στην επιφάνεια που είναι γνωστός ως **υποδοχέας ανθρώπινου επιδερμικού αυξητικού παράγοντα 2 (HER2)**. Αυτός ο υποδοχέας μπορεί να **επιταχύνει την ανάπτυξη του καρκίνου** όταν μια πρωτεΐνη HER2 ή μια αυξητική ορμόνη, όπως το ισταρογόνο, προσδεθεί σε αυτόν.



Όταν τα κύτταρα του καρκίνου του μαστού έχουν πολλούς από αυτούς τους υποδοχείς στην επιφάνειά τους, λέγεται ότι είναι **θετικοί για HER**.



Τα φάρμακα που χρησιμοποιούνται για στοχευμένη θεραπεία συνδέονται στους υποδοχείς στην επιφάνεια των καρκινικών κυττάρων και αποκλείουν τη δράση τους. Αυτό **μπορεί να συμβάλει στη συρρίκνωση του όγκου και στην επιβράδυνση της ανάπτυξης των καρκινικών κυττάρων**.

Για καλύτερα αποτελέσματα θεραπείας, αυτά τα φάρμακα χορηγούνται συχνά σε **συνδυασμό με τη χημειοθεραπεία**.

## Είμαι υποχρεωμένη να λάβω στοχευμένη θεραπεία;

Εάν θα σας χορηγηθεί στοχευμένη θεραπεία ή όχι και ο τύπος της θεραπείας που θα λάβετε θα εξαρτηθούν από διάφορους παράγοντες:

Ποιος είναι ο θεραπευτικός στόχος μας με τη στοχευμένη θεραπεία;

---

---

---

---

---

---

---

---

Κατάσταση υποδοχέων HER-2: (επιλέξτε ένα)

Θετικός  Αρνητικός  Οριακή

Ποιο είναι το στάδιο του καρκίνου: (επιλέξτε ένα)

Στάδιο 0  Στάδιο I A  Στάδιο II A   
Στάδιο I B  Στάδιο II B  Στάδιο III B   
Στάδιο III A  Στάδιο III C  Στάδιο IV

## Είμαι υποχρεωμένη να λάβω στοχευμένη θεραπεία;

### Ιστορικό Θεραπείας

Έχετε λάβει ακτινοθεραπεία στο παρελθόν για την αντιμετώπιση του καρκίνου του μαστού;

Ναι

Όχι

Πρόσθετες λεπτομέρειες: \_\_\_\_\_

Έχετε λάβει χημειοθεραπεία στο παρελθόν για την αντιμετώπιση του καρκίνου του μαστού;

Ναι

Όχι

Πρόσθετες λεπτομέρειες: \_\_\_\_\_

Έχετε λάβει ορμονοθεραπεία στο παρελθόν για την αντιμετώπιση του καρκίνου του μαστού;

Ναι

Όχι

Πρόσθετες λεπτομέρειες: \_\_\_\_\_

Έχετε υποβληθεί σε προηγούμενες χειρουργικές επεμβάσεις για την αντιμετώπιση του καρκίνου;

Ναι

Όχι

Λεπτομέρειες προηγούμενης χειρουργικής επέμβασης: \_\_\_\_\_

Έχετε ελέγξει πρόσφατα την υγεία της καρδιάς σας;

Ναι

Όχι

Λεπτομέρειες της εξέτασης: \_\_\_\_\_

Προγραμματίζετε να μείνετε έγκυος στο εγγύς μέλλον;

### Τι σημαίνει αυτό για εμένα;

Όνομα του φαρμάκου:

Δόση:

Πώς θα χορηγηθεί η θεραπεία μου;

Έγχυση

Ένεση

Για πόσο διάστημα θα λαμβάνω ορμονοθεραπεία; \_\_\_\_\_

Πόσο συχνά θα λαμβάνω θεραπεία; \_\_\_\_\_

Πού θα λάβω τη θεραπεία μου; \_\_\_\_\_

Για πόσο διάστημα θα λαμβάνω στοχευμένη θεραπεία; \_\_\_\_\_

Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω ενότητες για να κάνετε μια σημείωση για τυχόν οδηγίες ή συμβουλές που θα σας βοηθήσουν να διαχειριστείτε τη στοχευμένη θεραπεία. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει πρόσθετους τρόπους για τη διατήρηση της σωματικής υγείας σας μέσω της άσκησης και της υγιεινής διατροφής. Συζητήστε με την ομάδα θεραπειάς σας για περισσότερες οδηγίες σχετικά με τα πράγματα για τα οποία πρέπει να προετοιμαστείτε.

## Επιπλέον συμβουλές



Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω ενότητες για να σημειώσετε οτιδήποτε αισθάνεστε ότι είναι σημαντικό για τη θεραπεία σας. Αυτό μπορεί να είναι πρόσθετες λεπτομέρειες σχετικά με το πώς αισθάνεστε κατά τη διάρκεια της θεραπείας ή οτιδήποτε δεν καταλαβαίνετε πλήρως για τη χημειοθεραπεία.

## Πρόσθετες σημειώσεις;



# Κλινικές μελέτες



## Σημειώσεις καθοδήγησης:

Αυτή η σελίδα έχει σχεδιαστεί για να σας δώσει μια επισκόπηση των **κλινικών μελετών**, τι περιλαμβάνουν και εάν μπορούν να είναι κατάλληλες για εσάς. Συνιστάται να **ελέγχετε αυτήν την ενότητα μαζί με τα μέλη της ομάδας θεραπείας σας**. Κάντε ελεύθερα **όσες ερωτήσεις για τις οποίες δεν είστε σίγουροι**.

## Τι είναι μια κλινική μελέτη;



Σε κλινικές μελέτες, οι ερευνητές εξετάζουν **νέους τρόπους για την πρόληψη, την ανίχνευση ή τη θεραπεία της νόσου**. Η θεραπεία ενδέχεται να είναι **νέα φάρμακα ή συνδυασμοί φαρμάκων, νέες χειρουργικές επεμβάσεις ή τεχνολογικά προϊόντα ή νέοι τρόποι χρήσης υφιστάμενων θεραπειών**. Οι κλινικές μελέτες μπορεί επίσης να εξετάσουν άλλα τμήματα της φροντίδας, όπως **τρόπους για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής για ανθρώπους με χρόνιες νόσους**.

## Υπάρχουν τέσσερις κύριες φάσεις της κλινικής μελέτης:

### ΦΑΣΗ I

Νέοι και υγιείς άνθρωποι  
Μικρό μέγεθος ομάδας  
(≈50 άνθρωποι)



Έλεγχος του νέου φαρμάκου για πρώτη φορά σε ανθρώπους



### ΦΑΣΗ II

Άνθρωποι που επηρεάζονται από τη νόσο Μεγαλύτερο μέγεθος ομάδας (≈500 άνθρωποι)



Το φάρμακο εξετάζεται για πρώτη φορά σε ασθενείς οι οποίοι είναι πιθανοί υποψήφιοι για να λάβουν τη θεραπεία



### ΦΑΣΗ III

Άνθρωποι που επηρεάζονται από τη νόσο Μεγαλύτερο μέγεθος ομάδας (έως και χιλιάδες άνθρωποι)



Αξιολόγηση εάν το νέο φάρμακο είναι ασφαλές και αποτελεσματικό σε μεγαλύτερη ομάδα ασθενών και σύγκριση με άλλα καθιερωμένα φάρμακα



### ΦΑΣΗ IV

Άνθρωποι που επηρεάζονται από τη νόσο Μεγαλύτερο μέγεθος ομάδας (έως και χιλιάδες άνθρωποι)



Παρακολούθηση του τρόπου χρήσης του φαρμάκου. Παρατήρηση της ασφάλειας και της αποτελεσματικότητας του φαρμάκου σε πραγματικές συνθήκες

## Ποια είναι τα οφέλη από τη συμμετοχή σε μια κλινική μελέτη;

Οι κλινικές μελέτες μπορεί να συμβάλλουν στην ενθάρρυνση των συμμετεχόντων να συνεχίσουν τους τακτικούς ελέγχους και την παρακολούθηση της υγείας τους σε πιο τακτική βάση, κάτι που μπορεί να οδηγήσει σε συνολική βελτίωση της υγείας.

Ένα άτομο μπορεί να ωφεληθεί από την επιπλέον φροντίδα παρακολούθησης που παρέχεται σε όσους συμμετέχουν σε μια κλινική μελέτη.

Οι συμμετέχοντες έχουν την πιθανότητα να επωφεληθούν από την πρώιμη ανίχνευση επιπλοκών της υγείας και μπορούν να λάβουν τα απαραίτητα μέτρα για την πρόληψη.

Οι συμμετέχοντες έχουν την ευκαιρία να βοηθήσουν άλλους ασθενείς και να βελτιώσουν τη θεραπεία της νόσου, κάτι που μπορεί να είναι επωφελές.

Οι συμμετέχοντες μπορούν να πάρουν δύναμη αναλαμβάνοντας ενεργό ρόλο σε μια δυνητικά επωφελή απόφαση για την υγεία τους.

Οι συμμετέχοντες σε κλινικές μελέτες μπορεί να είναι οι πρώτοι που θα επωφεληθούν από ένα νέο φάρμακο, εάν αποδειχθεί ότι είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικό.

## Πώς μπορώ να συμμετέχω σε μια κλινική μελέτη;

Μπορείτε να ζητήσετε από τον γιατρό σας ή από κάποιον σύλλογο ασθενών εάν γνωρίζουν οποιαδήποτε κλινική μελέτη για την οποία μπορεί να είστε κατάλληλοι να συμμετέχετε.

Χρησιμοποιήστε αυτήν την ενότητα για να κάνετε μια σημείωση σχετικά με τυχόν τοπικούς συλλόγους ασθενών που βοηθούν στη στρατολόγηση για κλινικές μελέτες ή για πρόσθετες λεπτομέρειες σχετικά με τη δυναμική συμμετοχή σε κλινικές μελέτες. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει περαιτέρω πληροφορίες σχετικά με νέες και αναπτυσσόμενες θεραπείες ή για τα κριτήρια καταλληλότητας για κλινικές μελέτες.

## Πρόσθετες σημειώσεις;



Lined writing area for notes, featuring horizontal blue lines on a white background. At the bottom right, there is an illustration of a person in a red graduation gown holding a magnifying glass over an open book.

Χρησιμοποιήστε αυτήν την ενότητα για να σημειώσετε τυχόν τοπικούς συλλόγους ασθενών ή ομάδες υποστήριξης ασθενών που μπορεί να είναι σε θέση να σας καθοδηγήσουν σε όλη τη διαδρομή της θεραπείας σας. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει τη συμβουλή σχετικά με την προετοιμασία για διάφορους τύπους θεραπείας, τη βοήθεια με τη διαχείριση πλάνων φροντίδας παρακολούθησης ή την αναγνώριση συμπληρωματικών θεραπειών που μπορεί να συμβάλλουν στην ανάρρωσή σας. Ο γιατρός σας ή ο εξειδικευμένος νοσηλευτής σας θα μπορέσει να κάνει περισσότερες αρχικές συστάσεις για τις κατάλληλες ομάδες υποστήριξης.

## Σύλλογοι ασθενών



# Σύλλογοι ασθενών



Lined writing area on the left page.

Lined writing area on the right page.





**Βαθμολογία Allred:** Ένα σύστημα που αναζητά το ποσοστό των κυττάρων που είναι θετικά για υποδοχείς ορμονών. Κατόπιν, αυτές οι πληροφορίες συνδυάζονται για τη βαθμολόγηση του δείγματος σε μια κλίμακα από 0 έως 8. Όσο υψηλότερη είναι η βαθμολογία, τόσο περισσότεροι υποδοχείς βρέθηκαν και τόσο ευκολότερο ήταν να εμφανιστούν στο δείγμα.

**Αντικαρκινική:** Θεραπεία για τη διακοπή ή την πρόληψη του καρκίνου. Στους τύπους αντικαρκινικής θεραπείας περιλαμβάνονται η χημειοθεραπεία, η ακτινοθεραπεία, η χειρουργική επέμβαση και άλλα.

**Επικουρική:** Πρόσθετη αντικαρκινική θεραπεία που χορηγείται μετά την πρώτη θεραπεία (χειρουργική επέμβαση), για τη μείωση του κινδύνου επανεμφάνισης του καρκίνου.

**Αρθρίτιδα:** Μια νόσος που προκαλεί φλεγμονή και πόνο στις αρθρώσεις.

**Αναστολέας αρωματάσης:** Μια θεραπεία για τον καρκίνο του μαστού σε μετεμμηνοπαυσιακές γυναίκες που λειτουργεί με τη διακοπή της παραγωγής οιστρογόνων.

**Μασχαλιαίοι λεμφαδένες:** Οι λεμφαδένες στη μασχάλη σας.

**Καλοήθης:** Μη καρκινικός.

**Βιοψία:** Επέμβαση για την αφαίρεση ιστού, για να ελεγχθεί εάν είναι καρκίνος ή όχι.

**Οστική πυκνότητα:** Ένα μέτρο της ποσότητας των μετάλλων (κυρίως ασβέστιο και φώσφορος) που περιέχονται σε έναν συγκεκριμένο όγκο οστών.

**Χειρουργική επέμβαση διατήρησης του μαστού:** Η χειρουργική επέμβαση διατήρησης του μαστού αναφέρεται σε μια επέμβαση που στοχεύει στην αφαίρεση καρκίνου του μαστού, αποφεύγοντας παράλληλα τη μαστεκτομή.

**Καθετήρας:** Ένας λεπτός σωλήνας που εισάγεται σε μια φλέβα ή σωματική κοιλότητα για τη χορήγηση φαρμακευτικής αγωγής.

**Χημειοθεραπεία:** Η θεραπεία που χρησιμοποιεί φάρμακα για να σταματήσει την ανάπτυξη των καρκινικών κυττάρων, είτε με τη θανάτωση των κυττάρων είτε με τη διακοπή του πολλαπλασιασμού τους.

**Βιοψία με κόππουσα βελόνη:** Η αφαίρεση ενός δείγματος ιστού με ευρεία βελόνα, για εξέταση με μικροσκόπιο.

**DNA:** Το μόριο στο εσωτερικό των κυττάρων που περιέχει γενετικές πληροφορίες και τις μεταφέρει από τη μία γενιά στην επόμενη. Ονομάζεται επίσης δεοξυριβονουκλεϊκό οξύ.

**Υποσταδιοποίηση:** Μια μείωση του σταδίου του καρκίνου, από περισσότερο ή λιγότερο απειλητικό στάδιο.

**Πορογενές καρκίνωμα in situ (Ductal Carcinoma In Situ, DCIS):** Μια μη ελεγχόμενη ανάπτυξη των κυττάρων του μαστού εντός του γαλακτοφόρου πόρου, χωρίς διήθηση στον φυσιολογικό περιβάλλοντα ιστό του μαστού.

**Αναστολέας ενζύμων:** Μια ουσία που αποκλείει τη δράση ενός ενζύμου.

**Αρνητικός για υποδοχείς οιστρογόνων:** Καρκίνος που δεν έχει υποδοχείς οιστρογόνων.

**Θετικός για υποδοχείς οιστρογόνων:** Καρκίνος που έχει υποδοχείς οιστρογόνων.

**Βαθμός:** Πόσο διαφορετικά μοιάζουν τα καρκινικά κύτταρα από τα υγιή κύτταρα, καθώς επίσης και πόσο γρήγορα αναπτύσσονται τα κύτταρα.

**HER2 (Human Epidermal Growth Factor Receptor 2, Υποδοχέας ανθρώπινου επιδερμικού αυξητικού παράγοντα 2):**

Ένα γονίδιο που συμβάλλει στον έλεγχο της ανάπτυξης και στην αποκατάσταση των κυττάρων.

**Θετικός για HER2:** Καρκίνος του μαστού με ενίσχυση του γονιδίου HER2 ή υπερβολική έκφραση της πρωτεΐνης HER2. Οι καρκίνοι του μαστού που είναι θετικοί για HER2 τείνουν να αναπτύσσονται ταχύτερα και είναι πιο πιθανό να εξαπλωθούν και να επιστρέψουν συγκριτικά με τους καρκίνους του μαστού που είναι αρνητικοί για HER2.

**Ιστολογικός βαθμός:** Μια περιγραφή ενός όγκου που βασίζεται στο πόσο μη φυσιολογικά μοιάζουν τα καρκινικά κύτταρα και ο ιστός στο μικροσκόπιο και πόσο γρήγορα είναι πιθανόν να αναπτυχθούν και να εξαπλωθούν τα καρκινικά κύτταρα.

**Υποδοχέας ορμονών:** Μια κυτταρική πρωτεΐνη που δεσμεύεται σε μια συγκεκριμένη ορμόνη. Ο υποδοχέας ορμονών μπορεί να βρίσκεται στην επιφάνεια ή στο εσωτερικό του κυττάρου.

**Φλεγμονώδης καρκίνος του μαστού (Inflammatory Breast Cancer, IBC):** Μια σπάνια και επιθετική μορφή καρκίνου του μαστού που ξεκινά με το κοκκίνισμα, τη διόγκωση και τη θερμότητα στον μαστό σας, με τα συμπτώματα να επιδεινώνονται εντός ημερών ή ωρών. Ο IBC θεωρείται τουλάχιστον σταδίου IIIB.

**Ενδοφλέβια:** Μέσα ή εντός μιας φλέβας. Το ενδοφλέβια αναφέρεται συνήθως σε έναν τρόπο χορήγησης ενός φαρμάκου ή άλλης ουσίας μέσω βελόνας ή σωληνίσκου που εισάγεται σε μια φλέβα. Ονομάζεται επίσης ΕΦ.

**Διηθητικός:** Ένας καρκίνος που έχει εξαπλωθεί πέρα από το σημείο από το οποίο ξεκίνησε.

**Διηθητικό πορογενές καρκίνωμα (Invasive Ductal Carcinoma, IDC):** Ένας τύπος καρκίνου που ξεκινά στον γαλακτοφόρο πόρο, αλλά αναπτύσσεται στον φυσιολογικό ιστό του μαστού γύρω από αυτόν.

**Διηθητικό λοβιακό καρκίνωμα (Invasive Lobular Carcinoma, ILC):** Ένας καρκίνος που ξεκίνησε στα γαλακτοφόρα λοβίδια και έχει αναπτυχθεί στον φυσιολογικό ιστό του μαστού γύρω από αυτόν.

**Κιναισθητικός:** Μάθηση μέσω της αίσθησης, όπως μια αίσθηση της θέσης του σώματος, της κίνησης των μυών και του βάρους

**Δοκιμασία Ki-67:** Μια δοκιμασία που παρουσιάζει πόσο γρήγορα αναπτύσσεται ο καρκίνος.

**Βλάβη:** Μια μη φυσιολογική περιοχή ιστού που μπορεί να είναι καλοήθης (όχι καρκίνος) ή κακοήθης (καρκινική)

**Λοβίδιο:** Ένα μικρό τμήμα ή υποδιαίρεση ενός οργάνου, όπως ο μαστός, το ήπαρ, ο πνεύμονας, ο θυρεοειδής ή ο εγκέφαλος.

**Λεμφαδένες:** Φίλτρα κατά μήκος των καναλιών του λεμφικού υγρού. Μπορούν να πιάσουν και να παγιώσουν τα καρκινικά κύτταρα προτού φτάσουν σε άλλα μέρη του σώματος.

**Μαστογραφία:** Η ακτινογραφία του μαστού.

**Μαστεκτομή:** Η χειρουργική επέμβαση για την αφαίρεση ενός μέρους ή ολόκληρου του μαστού. Υπάρχουν διαφορετικοί τύποι μαστεκτομής που διαφέρουν όσον αφορά την ποσότητα του ιστού και των λεμφαδένων που αφαιρούνται.

**Όριο:** Το στρώμα του υγιούς ιστού του μαστού γύρω από τον καρκίνο που αφαιρείται κατά τη διάρκεια της χειρουργικής επέμβασης.

**Μαγνητική τομογραφία (MRI):** Μια διαδικασία κατά την οποία ραδιοκύματα και ένας ισχυρός μαγνήτης συνδεδεμένοι σε έναν υπολογιστή χρησιμοποιούνται για τη δημιουργία λεπτομερών εικόνων των περιοχών στο εσωτερικό του σώματος.

**Κακοήθεις:** Καρκινικό. Κακοήθη κύτταρα μπορούν να διεισδύσουν και να καταστρέψουν τον κοντινό ιστό και να εξαπλωθούν σε άλλα μέρη του σώματος.

**Μυελοειδής:** Ένας σπάνιος τύπος καρκίνου του μαστού. Επισημαίνεται από λεμφοκύτταρα (ένας τύπος λευκού αιμοσφαιρίου), μέσα και γύρω από τον όγκο, που μπορούν να παρατηρηθούν όταν εξετάζονται σε μικροσκόπιο.

**Εμμηνόπαυση:** Ο χρόνος κατά τον οποίο μια γυναίκα σταματά πλήρως να έχει περίοδο (εμμηνόρρυσια).

**Μεταστατικός:** Ο καρκίνος που έχει εξαπλωθεί σε άλλα μέρη του σώματος, όπως τα οστά ή τον εγκέφαλο.

**Γαλακτοφόροι πόροι:** Μικροσκοπικά σωληνάκια στον μαστό που μεταφέρουν το γάλα από τα λοβίδια προς τη θηλή.

**Γαλακτοφόρα λοβίδια:** Αδένες που παράγουν το γάλα στον μαστό.

**Μη διηθητικός:** Μικρό ποσοστό κακοηθών κυττάρων που βρίσκονται έξω από τους πόρους του μαστού.

**Μέτρια διαφοροποιημένα:** Καρκινικά κύτταρα που δεν μοιάζουν με τα φυσιολογικά κύτταρα. Αναπτύσσονται λίγο πιο γρήγορα από τα φυσιολογικά. Ονομάζεται επίσης «σταδίου 2».

**Βλεννώδης:** Ένας καρκίνος που ξεκινά στα κύτταρα που επενδύουν ορισμένα εσωτερικά όργανα και παράγουν βλεννίνη (το κύριο συστατικό της βλέννας).

**Μετάλλαξη:** Οποιαδήποτε αλλαγή στην αλληλουχία DNA ενός κυττάρου. Οι μεταλλάξεις μπορούν να προκληθούν από λάθη κατά τη διάρκεια της διαίρεσης των κυττάρων ή μπορεί να προκληθούν από έκθεση σε παράγοντες που καταστρέφουν το DNA και βρίσκονται στο περιβάλλον.

**Νέκρωση:** Ο θάνατος ζωντανού ιστού μέσω τραυματισμού, λοίμωξης ή καρκίνου.

**Νεοεπιχειρητική θεραπεία:** Η θεραπεία που χορηγείται ως πρώτο βήμα για τη συρρίκνωση ενός όγκου πριν από την κύρια θεραπεία, η οποία είναι συνήθως χειρουργική επέμβαση.

**Βαθμός πυρηνικής διαφοροποίησης:** Πόσο διαφορετικοί μοιάζουν οι πυρήνες των καρκινικών κυττάρων από τους υγιείς πυρήνες, καθώς επίσης και πόσο γρήγορα αναπτύσσονται τα κύτταρα.

**Οιστρογόνο:** Ένας τύπος ορμόνης που δημιουργείται από τον οργανισμό και συμβάλλει στην ανάπτυξη και τη διατήρηση των θηλυκών χαρακτηριστικών του φύλου και στην ανάπτυξη των μακρών οστών.

**Ογκολόγος:** Ένας γιατρός που έχει ειδική εκπαίδευση στη διάγνωση και τη θεραπεία του καρκίνου. Ορισμένοι ογκολόγοι εξειδικεύονται σε έναν συγκεκριμένο τύπο αντικαρκινικής θεραπείας. Για παράδειγμα, ένας ακτινολόγος-ογκολόγος εξειδικεύεται στη θεραπεία του καρκίνου με την ακτινοβολία.

**Καταστολή της λειτουργίας των ωοθηκών (ovarian ablation):** Θεραπεία που σταματά ή μειώνει την ποσότητα των οιστρογόνων που παράγονται από τις ωοθήκες. Στους τύπους καταστολής της λειτουργίας των ωοθηκών περιλαμβάνονται η χειρουργική επέμβαση για την αφαίρεση και των δύο ωοθηκών, η ακτινοθεραπεία και η χρήση ορισμένων φαρμάκων.

**Μερική ανταπόκριση:** Μια μείωση του μεγέθους ενός όγκου ή της έκτασης του καρκίνου στο σώμα, ως ανταπόκριση στη θεραπεία. Ονομάζεται επίσης μερική ύφεση.

**Παθολογολογικός:** Ένας γιατρός που κοιτάζει τον ιστό στο μικροσκόπιο για να δει εάν είναι φυσιολογικός ή έχει προσβληθεί από μια νόσο.

**Παθολογολογική πλήρης ανταπόκριση:** Η απουσία όλων των σημείων καρκίνου σε δείγματα ιστού που αφαιρέθηκαν κατά τη διάρκεια της χειρουργικής επέμβασης ή από βιοψία μετά την ακτινοθεραπεία ή τη χημειοθεραπεία.

**Παθολογολογική έκθεση:** Τα γραπτά αποτελέσματα κάθε εξέτασης που έγινε στον ιστό, αφού αφαιρέθηκε από τον οργανισμό κατά τη διάρκεια βιοψίας, ογκεκτομής ή μαστεκτομής.

**Πολυμορφικός:** Παρουσιάζεται σε διάφορες διακριτές μορφές, έχοντας διακύμανση στο μέγεθος και το σχήμα των κυττάρων ή των πυρήνων τους.

**Αρνητικός για υποδοχείς προγεστερόνης:** Καρκίνος που δεν έχει υποδοχείς προγεστερόνης.

**Προγεστερόνη:** Ένας τύπος ορμόνης που παράγεται από τον οργανισμό που παίζει ρόλο στον εμμηνόρρυσιακό κύκλο και την εγκυμοσύνη.

**Θετικός για υποδοχείς προγεστερόνης:** Καρκίνος που έχει υποδοχείς προγεστερόνης.

**Ακτινοβολία:** Η χρήση ακτινοβολίας υψηλής ενέργειας από ακτίνες X, ακτίνες γάμμα, νετρόνια και άλλες πηγές για τη θανάτωση των καρκινικών κυττάρων και τη συρρίκνωση των όγκων.

**Υποτροπή:** Όταν επανεμφανίζεται ένας καρκίνος.

**Φρουρός λεμφαδένας:** Ο πρώτος λεμφαδένας στον οποίο είναι πιθανό να εξαπλωθεί ο καρκίνος από τον πρωτοπαθή όγκο.

**Κύτταρα τύπου σφραγιστήρος δακτυλίου:** Ένας εξαιρετικά κακοήθης τύπος καρκίνου. Τα κύτταρα μοιάζουν με σφραγιστήρες δακτυλίου όταν εξετάζονται σε μικροσκόπιο.

**Σταδιοποίηση:** Ένα σύστημα που χρησιμοποιούν οι γιατροί για να ταξινομήσουν τον καρκίνο του μαστού σύμφωνα με τον τρόπο με τον οποίο εξελίσσεται.

**Δοκιμασία κλάσματος φάσης S:** Μια δοκιμασία που παρουσιάζει πόσο γρήγορα αναπτύσσεται ο καρκίνος.

**Ιστός:** Μια ομάδα ή στίβδα κυττάρων που λειτουργούν μαζί για την πραγματοποίηση μιας συγκεκριμένης λειτουργίας.

**Σωληναριακός:** Το σωληναριακό καρκίνωμα του μαστού είναι ένας υπότυπος διηθητικού πορογενούς καρκινώματος (καρκίνος που ξεκινά στο εσωτερικό του γαλακτοφόρου πόρου του μαστού και εξαπλώνεται πέρα από αυτόν στον υγιή ιστό)

**Όγκος:** Μια μη φυσιολογική μάζα ιστού που δημιουργείται όταν τα κύτταρα διαιρούνται περισσότερο από όσο θα έπρεπε ή δεν πεθαίνουν όταν θα έπρεπε. Οι όγκοι μπορεί να είναι καλοήθεις (όχι καρκίνος) ή κακοήθεις (καρκίνος).

**T-score:** Ένας αριθμός που περιγράφει πόσο στενά η οστική πυκνότητά σας αντιστοιχεί με αυτήν ενός μέσου υγιούς ενήλικα.

**Υπέρηχος:** Μια διαδικασία που χρησιμοποιεί ηχητικά κύματα υψηλής ενέργειας για την εξέταση ιστών και οργάνων στο εσωτερικό του σώματος.

**Υποβοηθούμενη με κενό βιοψία:** Μια ελάχιστη επεμβατική διαδικασία κατά την οποία αφαιρείται ένα δείγμα ιστού του μαστού για εξέταση

**Διήθηση των αγγείων:** Όταν τα κύτταρα του καρκίνου του μαστού εισέρχονται στα αιμοφόρα αγγεία ή στα λεμφαγγεία.

**Καλά διαφοροποιημένα:** Καρκινικά κύτταρα που μοιάζουν λίγο διαφορετικά από τα φυσιολογικά κύτταρα. Συνήθως αναπτύσσονται αργά. Ονομάζεται επίσης «σταδίου 1».

**Καθοδηγούμενος με σύρμα εντοπισμός:** Η τοποθέτηση ενός σύρματος στον ιστό του μαστού για να δείξει στον χειρουργό ποιο τμήμα να αφαιρέσει.

**Z-score:** Ένας αριθμός που περιγράφει πόσο στενά η οστική πυκνότητά σας αντιστοιχεί με αυτήν ενός ατόμου της δικής σας ηλικίας και φύλου.





# Χρήσιμες διευθύνσεις



Όνομα του οργανισμού: \_\_\_\_\_

Διεύθυνση: \_\_\_\_\_

Τηλ.: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Ιστότοπος: \_\_\_\_\_

Όνομα του οργανισμού: \_\_\_\_\_

Διεύθυνση: \_\_\_\_\_

Τηλ.: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Ιστότοπος: \_\_\_\_\_

Όνομα του οργανισμού: \_\_\_\_\_

Διεύθυνση: \_\_\_\_\_

Τηλ.: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Ιστότοπος: \_\_\_\_\_

Όνομα του οργανισμού: \_\_\_\_\_

Διεύθυνση: \_\_\_\_\_

Τηλ.: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Ιστότοπος: \_\_\_\_\_

Όνομα του οργανισμού: \_\_\_\_\_

Διεύθυνση: \_\_\_\_\_

Τηλ.: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Ιστότοπος: \_\_\_\_\_

Όνομα του οργανισμού: \_\_\_\_\_

Διεύθυνση: \_\_\_\_\_

Τηλ.: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Ιστότοπος: \_\_\_\_\_





# Χρήσιμες διευθύνσεις



Όνομα του οργανισμού: \_\_\_\_\_

Διεύθυνση: \_\_\_\_\_

Τηλ.: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Ιστότοπος: \_\_\_\_\_

Όνομα του οργανισμού: \_\_\_\_\_

Διεύθυνση: \_\_\_\_\_

Τηλ.: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Ιστότοπος: \_\_\_\_\_

Όνομα του οργανισμού: \_\_\_\_\_

Διεύθυνση: \_\_\_\_\_

Τηλ.: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Ιστότοπος: \_\_\_\_\_

Όνομα του οργανισμού: \_\_\_\_\_

Διεύθυνση: \_\_\_\_\_

Τηλ.: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Ιστότοπος: \_\_\_\_\_

Όνομα του οργανισμού: \_\_\_\_\_

Διεύθυνση: \_\_\_\_\_

Τηλ.: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Ιστότοπος: \_\_\_\_\_

Όνομα του οργανισμού: \_\_\_\_\_

Διεύθυνση: \_\_\_\_\_

Τηλ.: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Ιστότοπος: \_\_\_\_\_





Αυτές οι πληροφορίες προορίζονται για γενική πληροφόρηση και ενημέρωση του κοινού και σε καμία περίπτωση δεν μπορούν να αντικαταστήσουν τη συμβουλή ιατρού ή άλλου αρμόδιου επαγγελματία υγείας.



Sponsored by

