

MOJ PRIJATELJ MOJA PRIJATELJICA IMA RAK

...DA LI SI REKAO/LA RAK?



SADRŽAJ

TRAŽENJE IZLAZA

- 2 **RAK, DA LI SI OZBILJAN?**
- 3 *Kao prijatelj u redu je da....*
- 4 *Česta pitanja O RAKU*
- 6 *Fizičke stvari*
- 7 *Praktične stvari*
- 8 *Emotivne stvari*
- 9 *Kako mogu da pomognem?*
- 13 *Kad se lečenje završi*

REČNIK

- 16 *Reference i korisni linkovi Rečnik pojmova*



RAK, DA LI SI OZBILJAN?

TVOJA REAKCIJA

Bez obzira na to da li dobro poznaješ osobu kojoj je dijagnostikovano rak ili ne, možda ćeš biti iznenađen/a na koje sve načine ova situacija može uticati i na tebe. Možda se osećaš potpuno šokirano, zbunjeno, izbezumljeno, ili uopšte ne osećaš ništa. Saznanje da mama tvog prijatelja, tata, brat ili sestra imaju ili su imali rak mogu izneti neka ogromna, zastrašujuća pitanja o zdravlju, životu i smrti, o kojima možda nisi mnogo razmišljao/la pre ovog događaja. Možda će te zabrinuti to da neko u tvojoj porodici može da se razboli.

Možda ćeš naići i na neke promene u sopstvenom životu koje su pomalo uznemiravajuće. Možda će izgledati kao da se tvoj/a prijatelj/ica promenio/la i da ne možete da razgovarate kao nekad. Ljudi oko tebe će se možda ponašati čudno, i možda će ti nedostajati to kakve su stvari bile ranije.

Ne budi okrutan/na prema sebi zbog načina na koji se nosiš sa celom situacijom. Ne moraš da se pretvaraš da razumeš kroz šta tvoj/a prijatelj/ica prolazi ili da se osećaš loše što nisi u stanju da pomogneš njemu ili njoj. Sjajno je da želiš da budeš tu za svog druga/drugaricu, ali ti nisi jedina osoba koja može da ih podrži, i ne moraš da budeš uz njih 100% vremena.

KAO PRIJATELJ U REDU JE DA....

- Osećaj se kako god da se osećaš, tvoja reakcija može biti intenzivna ili možeš jednostavno da ne osećaš ništa.
- Nemoj upoređivati sebe sa drugima.
- Slobodno reci "NE" i nemoj da radiš bilo šta zbog čega će ti biti neprijatno.
- Pravi greške, to je u redu.
- Menjaj svoje mišljenje.
- Ne preuzimaj krivicu za tuđe greške i probleme.
- Ignoriši ljude koji pričaju nesaosećajne stvari.
- Potraži pomoć za sebe ukoliko imaš problema sa svojim osećanjima.
- Pričaj sa nekim i potraži podršku kada osećaš da stvari postaju teške.
- Živi svoj život, smeji se i zabavljaj.



DAKLE, ŠTA JE TO UOPŠTE RAK?

Čuo/la si za rak, ali nisi stvarno razmišljao/la o tome šta je to u stvari, zar ne? Ne brini - većina ljudi nije. Dakle, u slučaju da ste "otišli sa časa na kom se pričalo o tome", evo kratke verzije:

- Sve u našim telima je sačinjeno od sitnih ćelija. Ako su naša tela recimo kuća, ćelije su cigle.
- Rak je bolest koja napada te cigle.
- Ponekad ćelije nasumice počinju da rastu i umnožavaju se van kontrole, i proizvode sve više i više abnormalnih ćelija koje telu nisu potrebne. Rastuća kolekcija ovih abnormalnih ćelija naziva se RAK.
- U nekim slučajevima, abnormalne ćelije se sjedinjuju u grupu koja se naziva "tumor". U drugim slučajevima, kao što su leukemija ili limfom, abnormalne ćelije putuju kroz telo.
- Tumori mogu biti „benigni“ (nije rak) ili „maligni“ (jeste rak). Maligni tumor može napasti druge oblasti i zaustaviti normalne ćelije da rade ispravno. Zato je važno što pre otkriti i lečiti rak.
- Postoji više od 100 različitih vrsta raka. Naziv dobijaju po delu tela gde počinju ili gde su nastali.



ČESTA PITANJA O RAKU

Šta uzrokuje rak?

Za većinu vrsta raka uzrok je nepoznat. Znamo da neke stvari mogu povećati šanse za dobijanje raka, kao na primer pušenje ili provođenje dosta vremena na suncu. Takođe, veoma je mali broj karcinoma za koje se smatra da se prenose u krugu porodice, to jest "sa kolena na koleno". Ali u dosta slučajeva, posebno kod mladih ljudi, rak se samo dogodi bez objašnjenja.

Da li neko drugi može da mi prenese rak?

Apsolutno ne! Rak nikada nije zarazan, tako da je sasvim u redu biti blizu nekoga ko ima rak.

Kako znate da li imate rak?

Rak je različit za sve. U zavisnosti od toga gde se rak nalazi u telu, moglo bi biti simptoma kao što su modrice, krvarenje, grudvice, bolne kosti ili zamagljen vid. Važno je da osoba ode kod doktora čim primeti da nešto nije u redu, kako bi isključili ozbiljne stvari kao mogućnost ili počeli sa lečenjem što pre ako je nešto ozbiljno. Ako doktor posumnja da osoba ima rak, poslaće je kod specijaliste da uradi testove da bi se to utvrdilo. Identifikacija bolesti se naziva "dijagnoza".

Može li se rak izlečiti?

Većina karcinoma se može lečiti i stopa preživljavanja se stalno povećava. Ali tužna stvarnost je da ponekad rak ne može da se izleči i osoba može da umre. Postoje mnogi faktori koji utiču na ishod raka. Ishod je različit za svaku osobu.

Zašto ljudi sa rakom gube kosu?

Ćelije raka se veoma brzo razmnožavaju, tako da neki tretmani, kao što je hemioterapija i radioterapija, napadaju ćelije koje se brzo razmnožavaju da bi se rak otklonio. Ćelije kose se takođe brzo razmnožavaju, tako da i one mogu biti napadnute, ali kosa u većini slučajeva poraste kada se završi lečenje. Mnogo ljudi koji imaju ili su imali rak kažu za gubitak kose da je jedna od najtežih stvari kada je lečenje raka u pitanju (zato budite blagi sa vicevima o ćelavosti).

Napomena: Neki tretmani za rak ne uzrokuju gubitak kose. Ako neko ne izgubi kosu to ne znači da njihov tretman ne radi.

Da li je rak bolan?

Ljudi s rakom nisu nužno u bolu. Tumor može naneti bol ako pritiska druge delove tela. I neki od testova i tretmana za rak mogu biti prilično neprijatni. Ali to je uglavnom reakcija tela na tretmane (koji se nazivaju "sporedni efekti") koji čine da se neko sa rakom loše oseća, ne sam rak.

Koliko dugo traje rak?

Rak se potpuno razlikuje od osobe do osobe. Neke vrste raka se mogu lečiti nekoliko meseci, ali se događa da lečenje može potrajati i godinama.

KAKO LI IZGLEDA KADA IMAŠ RAK?

Rak donosi velike promene u životu. Utiče na telo, osećanja, odnose sa ljudima i znatno utiče na planove za budućnost. Saznanje da imaš rak je kao da ti se zemlja trese pod nogama i zbog njega se osećaš nesigurno. Izgleda čak nestvarno i nadrealno.

FIZIČKE STVARI

Testovi i lečenje

Rak na svakoga deluje različito. Od vrste raka koju tvoj/a prijatelj/ica ima zavisi to kakve će medicinske testove morati da odradi pre i tokom lečenja. Mnogi nisu prijatni i deluju zastrašujuće. Biće tu mnogo igala, epruveta, snimanja, skeniranja, rendgena, možda i operacija. On/a sigurno nema potpunu sliku onoga što sledi, ali ti preporučujemo da mu/joj savetuješ da uvek što više pita medicinsko osoblje o testovima i pregledima koji ga očekuju.

Neželjeni efekti

Kako je lečenje raka agresivno i teško, javiće se neke posledice primanja terapija. To se naziva neželjenim efektima ili nus pojavama.

Sigurno si primetio/la gubitak kose kod prijatelja/ice. To je jedna od najvidljivijih fizičkih promena. Takođe, mogu da se dese i neke od sledećih promena:

- * Gubitak ili višak kilograma
- * Povraćanje i mučnina
- * Osećaj umora i nedostatak energije (snage)
- * Afte u ustima i problemi sa gutanjem
- * Oslabljen imuni sistem - što znači da čak i zbog "banalne" prehlade može da dobije ozbiljnu infekciju, stoga treba da izbegava gužvu i javna mesta sa mnoštvom ljudi
- * Ako postane zaboravan/na, to je takođe nus pojava koja se naziva "hemo-mozak"
- * U nekim slučajevima može da se dogodi amputacija dela tela, i to samo ako je to neizbežno kako bi se dalje širenje raka sprečilo

PRAKTIČNE STVARI

Rak ne utiče samo na telo, već i na sve aspekte života. Dakle, rak znači velike promene, uključujući i one koje nisu uočljive i nisu nužno samo loše.

Evo samo nekih od stvari kroz koje tvoj/a prijatelj/ica prolazi:

Nedostaje mu/joj normalan život mlade osobe

Zbog raka se on/a oseća kao "autsajder". Nema vremena, energije i snage za zabave, rođendane, sportske aktivnosti, vožnju ili bleju sa prijateljima, i sigurno se zbog toga oseća izopšteno i usamljeno.

Izgleda drugačije

Mnogo mladih ima problem sa svojim fizičkim izgledom ("debeo sam", "kovrdžava mi je kosa" i slično). Neko sa rakom može imati i dodatnih poteškoća i nesigurnosti u vezi sa fizičkim izgledom, jer ima probleme sa težinom, ožiljcima, ćelavošću, a telo ga baš i ne sluša kao ranije. Verovatno će se osećati posramljeno i uznemireno. Možeš da uhvatiš neki trenutak sa prijateljem/prijateljicom (ako je to ono što on/a želi) i da mu/joj pomogneš da npr. malo vežba, da napravi tabelu zdrave ishrane koja bi doprinela povratku snage i samopouzdanja. Sem toga, zajedno možete da planirate šta god vam padne napamet!

Gubitak nezavnosti i gubitak kontrole

Kad se dijagnoza raka dogodi u periodu kada tek započinješ da planiraš život i kada sve manje zavisíš od drugih, rak te značajno poremeti i izbaci iz koloseka.

Roditelji mogu da zauzmu prezaštitnički stav, i pokušaće da olakšaju svom detetu ovaj period života. Tvom prijatelju/ici će sigurno trebati malo privatnosti i prostora za donošenje odluka.

Promena perspektive

Rak je neverovatno velik životni izazov i menja svačiji život - promenom pogleda na život i promenom ličnih vrednosti. Možda će stvari koje su ti ranije bile važne sada delovati beznačajno.

Odnosi

Svi koji su bliski sa osobom koja ima rak su sasvim sigurno pogođeni novonastalom situacijom. Porodice su pod velikim stresom.

Momci i devojke

Ljubavni parovi su pod velikim pritiskom i izloženi su velikim izazovima za održavanje kvalitetnog odnosa.

Škola.

Za neke mlade ljude koji žive sa rakom škola je dobrodošao beg od stresa kod kuće, ali za druge može da znači da se previše udaljavaju od roditelja ili brata / sestre, i to može biti veliki izvor stresa. Tvoj/a prijatelj/ica će možda teško održavati korak u školi kada mu/joj je um negde drugde, ili ako nema vremena da uči. Oni će verovatno misliti da školski rad u ovim trenucima i nije toliko važan. Ako nastavnici znaju šta se dešava, oni obično mogu da pomognu - olakšavanjem pritiska koji se vrši na mladu osobu sa rakom.

Kad te tretiraju drugačije

Mnogi mladi kažu da im je nateže kada ih ljudi gledaju čudno i sa sažaljenjem. Preterana pažnja je jednako uznemirujuća kao i držanje ljudi na distanci. Tvoj/a prijatelj/ica je i dalje ista osoba kao i ranije, i verovatno je da želi da se ponašaš kao i ranije.

EMOTIVNE STVARI

Rak donosi puno uspona i padova. Emocije su kod tvog/je prijatelja/ce pojačane, smenjuju se neprestano i deluju zbunjujuće i izvan kontrole. Imaj na umu da će možda tvom prijatelju/ tvojoj prijateljici biti neprijatno da sa tobom razgovara o nekim stvarima koje se tiču lečenja.

Sva osećanja su normalna i razumljiva. Nema "dobrog" i "lošeg" osećanja. Budi strpljiv sa prijateljem/prijateljicom i oprosti neke izlive osećanja. Verovatno će pokušati da sakrije osećanja od drugih ljudi i onda će mu/joj postajati sve teže.

U RAZLIČITO VREME, U RAZLIČITIM OKOLNOSTIMA TVOJ PRIJATELJ MOŽE DA SE OSEĆA:

ZABRINUTO IZNERVIRANO
 NEVERICA TUŽNO
ZBUNJENO
 KRIVICA ŠOK BES
 NIŠTA LJUBOMORNO USAMLJENO
 NESIGURNO
 LJUTNJA
 NEPOVERLJIVO

Kako mogu da pomognem?

Može biti veoma teško razumeti kroz šta tvoj/a prijatelj/ica prolazi i znati kakva pomoć mu/joj je potrebna. Možda nećeš biti siguran/na da li on/a uopšte želi poseban tretman ili da li treba da pokušaš da zadržiš stvari kao da su "normalne". Svi su različiti i neće svi hteti istu stvar. Reci mu/joj da želiš da pomogneš i pitaj šta mu/joj je potrebno. Tvoj/a prijatelj/ica se možda oseća usamljeno, ali se plaši da zatraži pomoć jer ne želi da opterećuje druge svojim problemima.

Dakle, ako želiš da pomogneš budi stvarno očigledan/na. Objasni da ćeš biti tu za nju/njega, bilo da želi da vrišti, plače, priča ili da se samo smeje i zaboravi na to na neko vreme.

EVO NEKOLIKO SAVETA KAKO DA POMOGNEŠ:

Budi u kontaktu sa prijateljem/prijateljicom

Pošalji sms, mail, pošalji mu/joj neke zanimljive linkove na Fejsu ili koju god društvenu mrežu da koristite. Poslati i jedno "Zdravo" je nekada velika stvar, jer će znati da nije zaboravljen/a.

Poziv u "provod"

Gledanje filma, šetnja parkom, ispijanje kafe je sjajno potrošeno vreme. Jeste da možda neće biti često moguće, ali nastavljaš da insistiraš.

Posete

Usamljenički je (a i dosadno) stalno biti u kući ili bolnici. Pokušaj da smisliš stvari koje biste mogli zajedno da radite, stvari koje nisu previše zamorne (kao što je gledanje tv, filmova, igranje igrice...). Ne zaboravi da tvoj/a prijatelj/ica nije uvek spreman/na za posete, i nemoj da odustaneš ako te odbije.

Ponudi pomoć

Ne čekaj da te on/a pita za pomoć, već ti sugeriši da želiš da pomogneš - "doneću zadatke iz škole", "hajde da skuvamo nešto zajedno," "da ti kupim nešto", "da negde blejimo ..."

Pokloni:

- * nova muzička plejlita
- * nova video igrice
- * hrana koja nije bolnička
- * marama/kačket za novi izgled
- * društvene igre

PRIČAJ SA PRIJATELJEM/PRIJATELJICOM

Neka podigne ruku neko ko uvek, u svakom trenutku zna šta da kaže?

Nema takvih? Mnogo ljudi ne zna šta da kaže u svakom trenutku. Stoga, nemoj da te iznenadi teškoća razgovora sa nekim ko ima rak.

Tvoje brige mogu biti:

- * "Ne znam o čemu da pričam a da nije rak?"
- * "Šta ako kažem nešto pogrešno i samo pogoršam situaciju?"
- * Ne želim da zovem jer ću ga/je možda prekinuti u nečemu, ili je možda loše pa ne može da priča"
- * "Nismo nešto bliski, možda će misliti da sam samo radoznao/la?"
- * "Iskreno sam zabrinut/a, ali je možda glupo da zovem?"
- * "Želim da mu/joj kažem šta mi se dešava, a opet, moj život i dešavanja su u ovoj situaciji nebitni i manje važni"

Sve je ovo normalno! Trik je u tome da te strah ne spreči da komuniciraš sa svojim drugom/drugaricom, jer sa pravim prijateljem nema glupih pitanja, odgovora, situacija... Zapamti da razgovor pomaže.

EVO NEKOLIKO STVARI O KOJIMA MOŽEŠ DA RAZMISLIŠ:

- * Ako ne govorite o teškim temema, ne znači da one ne postoje i da će da nestanu. Male brige mogu da prerastu u velike strahove.
- * Izražavanje misli i osećanja rečima je put ka boljem shvatanju, razumevanju i drugoj perspektivi.
- * Tvoj/a prijatelj/ica se možda oseća usamljeno ili ignorisano ako ne pričaš sa njim o tome šta se dešava.
- * Razgovor će pomoći da se osećate blisko i dati ti ideju kako da pomogneš.

ŠTA DA KAŽEM?**EVO NEKIH SAVETA ZA RAZGOVORE (OD MLADIH KOJI IMAJU RAK):**

- * Ponekad želim da razgovoram o tome, a nekad uopšte ne želim. Ali ću najčešće uvek rado da slušam.
- * Ako me pitaš "Kako ide?", nekada ću te ignorisati a nekad ću se raspričati...
- * Radije bih da čujem "Ne znam o čemu da pričamo" nego da me izbegavaš.
- * "Molim te da ne čekaš da ja započnem razgovor"
- * Hajde da ne pričamo samo o raku
- * Slobodno se šali na račun mog izgleda
- * Nemoj mi deliti savete
- * Želim da razgovaram o svakodnevnim temama i želim da se zabavim
- * Molim te da se ne uvrediš ako nisam sposoban/na za razgovor

SAVETI ZA SLUŠANJE

Ako tvoj/a prijatelj/ica želi da razgovara:

- * Ne menjaj temu i ne prikadaj
- * Ne osuđuj osećanja i ne pokušavaj da ih promeniš
- * Uveri ga/je da je svaki osećaj normalan i razumljiv
- * Na izliv osećanja pokušajte da odgovorite npr: "Zvuči stvarno teško..."
- * Postavljaj pitanja da pokažeš zainteresovanost
- * Ne popunjavaj tišinu u razgovoru jer je sasvim u redu da budete tihi
- * Ne iznosi svoje iskustvo vezano za bolesti ili tugu
- * Smatraj razgovore privatnim i poverljivim, i ne pričaj okolo drugima
- * Ohrabri prijatelja/icu da razgovara i sa drugima



ŠTA NE TREBA REĆI?

UPSSS!

Nekada iz najbolje namere "lupimo" nešto pokušavajući da pomognemo...

EVO NEKIH SAVETA ŠTA IZBEGAVATI U RAZGOVORIMA:

* "Znam kako se osećaš"- ne možeš da znaš, pa čak i ako si ti imao/la rak, svi se međusobno razlikujemo.

* "Ne brini, bićeš dobro"- rak je nepredvidiv. Ako je prijatelj/ica uplašen/a ili tužan/na to je sasvim u redu.

* "Sve se događa sa razlogom"- ne postoji razlog zbog koga neko treba ili ne treba da oboli od raka.. Ne pritiskaj prijatelja da nađe neki veći smisao u svojoj bolesti.

* "Kako si hrabar/ra! Ti si prava inspiracija!"- ne stavlja prijatelja/icu na pijedestal, jer će početi da skriva svoja osećanja kako bi i dalje bio/la "savršen", "inspirativan" i "hrabar".

* "Ostani pozitivan. Mojoj baki su dali 2 nedelje života, a ona dočekala devedsetu." -ne pomaže poređenje sa tuđim iskustvima. Svaki rak je drugačiji i svako iskustvo je različito.

* "Ma daj se razveseli, moglo je biti i gore"- rak je krupna i grozna stvar. U redu je da tvoj/a prijatelj/ica misli da je život sranje i da se oseća preplašeno.

Ali na kraju - svi mi grešimo, i to je okej. Ne muči sebe time šta si rekao/la i da li si rekao/la šta treba u datom trenutku.

Dalje na putu....

Često ljudi na početku svega dobiju veliku podršku, ali kasnije može da im izgleda da su ih svi zaboravili. Borba sa rakom zna da potraje, a posledice mogu da ostanu i posle lečenja.

Kad se lečenje završi

Kad tvoj/a drug/arica završi lečenje, počće da mu/joj raste kosa. Ako ide u školu treba da se vrati u istu. Deluje lagano, ali povratak u školu je veoma stresno i izazovno iskustvo za tvog/ju prijatelja/icu. Vraćanje u "normalu" ne znači vraćanje na onaj trenutak kad je rak dijagnostikovao. Ljudi su se promenili u međuvremenu, u periodu lečenja.

- * Vaše prijateljstvo je prošlo kroz izazove pa se i tvoj/a prijatelj/ica promenio/la.
- * Moguće su trajne fizičke posledice lečenja koje će onemogućiti tvog/ju prijatelja/icu da učestvuje u nekim aktivnostima kao pre lečenja (npr. u sportu).
- * Sada tvoj/a prijatelj/ica može da ima problem u pronalaženju posla, ili oko nastavka ili započinjanja studija, jer može imati problema sa pažnjom i koncentracijom.
- * Sada mora da preispita svoje planove za budućnost.
- * Njegov/njen pogled na život je drugačiji
- * Može da ga/je muči neizvesnost i strah da se rak ne vrati.
- * Možda će imati osećaj krivice jer je on/a preživeo/la, a neki koji su se lečili sa njim/njom nisu.
- * Može da se oseća zabrinuto oko toga da li da kaže i kako da kaže nekome da se lečio/la od raka.

Neki kažu da iskustvo raka nikad ne prestaje. Postoji toliko stvari koje i dalje utiču na život i uvek vraćaju tu vezu sa rakom.

Nekima nije problem da i milion puta ispričaju svoje iskustvo. Nekima će biti neprijatno i teško da slušaju.

Važno je ne ignorisati ono što se dogodilo, bez obzira kada se dogodilo. Kao prijatelj uvek pitaj kako ide i šta se dešava, čak i posle 10 godina...

Ako se rak vrati?

Postoji mala šansa da se rak vrati posle nekog vremenskog perioda. Kada se to desi, to se naziva "relaps" i događa se kada neke ćelije raka "zaostanu" uprkos lečenju. Rak je ipak još uvek izlečiv, ali je ponovno prolaženje kroz ceo proces lečenja izuzetno teško.

Tvom drugu ili drugarici će biti izuzetno teško, ali i ti sada znaš više nego pre, pa se potrudi da budeš podrška.

Evo nekoliko saveta koji mogu da ti pomognu oko toga šta da kažeš prijatelju/ici:

- * **Nada je fleksibilna i uvek važna.**
- * **Nisi sam/a!**
- * **Ako si već jednom prošao/la sve, opet ćeš....**

REČNIK: (ŠTA TO ZNAČI?)

Rak ima sopstveni jezik. Neke termine ćeš možda razumeti, neke nećeš ni morati da znaš a neke ćeš morati jer će postati deo tvog svakodnevnog jezika. Koristi ovu listu kako bi shvatio/la o čemu priča medicinski tim (i da impresioniraš tvoje prijatelje).

Alogeno: Tkivo od odgovarajućeg donora (često se odnosi na transplantacije koštane srži)

Alopecija: Medicinski izraz za opadanje kose. Često se javlja kao rezultat hemioterapije.

Anemija: Stanje gde se javlja nedostatak crvenih krvnih zrnaca u telu. Može izazvati umor.

Anestezija: Lek koji se daje pacijentima kako bi se sprečio bol tokom procedure. Može se dati kao lokalna anestezija koja će utrnuti mesto gde će biti obavljena procedura, ili kao opšta anestezija koja „onesvesti“ osobu.

Analgetik: Lek koji otklanja bol.

Antibiotik: Lek koji se koristi kako bi se izlečila ili sprečila infekcija.

Anti-emetik: Lek koji pomaže da se kontroliše i spreml mučnina i povraćanje.

Aspiracija: Uklanjanje tečnosti iz tela uz pomoć igle.

Autologno: Sopstveno tkivo (suprotno alogenom)

Benigno: Nekancerogeno. Ne može da se proširi na ostale delove tela.

Bilateralno: Na obe strane.

Biopsija: Uzimanje malog uzorka tkiva iz tela. Ovaj uzorak se posmatra ispod mikroskopa. Biopsija pomaže doktorima da dijagnostikuju bolest.

Vađenje koštane srži: Uklanjanje malog dela koštane srži, uglavnom iz kuka.

Graft: Zdravo tkivo koje se uzima sa nekog drugog dela tela, ili se uzima od neke druge zdrave osobe i transplantuje se kako bi zamenilo zdravo ili povređeno tkivo.

Dijagnoza: identifikacija bolesti koju ima neka osoba.

Donor: Osoba koja daje svoje tkivo ili organ drugoj osobi.

Edem: Otok izazvan nakupljanjem tečnosti u telu ili tkivima.

Eritrociti: Čelije koje sadrže hemoglobin koji nosi kiseonik kroz telo.

Imuni sistem: Mreža ćelija i organa koja pomaže u odbrani organizma od stranih tela poput klica.

Infuzija: Spora injekcija tečnosti koja ide u venu ili tkivo.

Intravenski: Davanje tečnosti, lekova ili krvi direktno u venu.

Kateter: Mala cev koja se uvodi u telo kako bi se uklonile ili ubacivale tečnosti.

Kliničko ispitivanje: Istraživanje koje uključuje davanje lekova pacijentima i proučavanje rezultata. Cilj kliničkog ispitivanja jeste pronalaženje boljih načina za lečenje i prevenciju bolesti.

Krv: Cirkuliše kroz telo kroz arterije i vene. Nosi različite materije u telesne ćelije, poput hrane, kiseonika i hemikalija, pomaže u borbi sa infekcijama. Krv se sastoji od belih i crvenih krvnih zrnaca, od trombocita i tečnosti koja se naziva plazma.

Krvna transfuzija: Davanje crvenih krvnih zrnaca intravenski. Krv koja se daje uzeta je od druge osobe.

Koštana srž: Meko, sunderasto tkivo u sredini kosti gde se proizvode crvena i bela krvna zrnca i trombociti.

Leukociti: Krvne ćelije koje pomažu u borbi sa infekcijama.

Limfa: Bistra tečnost koja protiče kroz telo noseći ćelije koje pomažu organizmu da se bori sa infekcijama.

Limfni čvorovi: Male, zrnaste strukture koje filtriraju limfu kako bi otklonile bakterije i druge ćelije, poput ćelija raka.

Lokalizovan rak: Rak koji se nije proširio na druge delove tela.

Maligno: Kancerogeno. Maligni tumor će se najverovatnije proširiti na druge delove tela ukoliko se ne leči.

Matične ćelije: Nezrele ćelije koje se nalaze u koštanoj srži iz kojih se formiraju krvne ćelije.

Metastaza: Sekundarni tumor koji se proširio sa primarnog mesta na limfni ili krvni sistem.

Neutropenija: Abnormalni porast u broju neutrofila, tipa belih krvnih ćelija.

Onkolog: Doktor koji se specijalizuje za lečenje raka.

Palijativna nega: Tretman koji se fokusira na ublažavanje negativnih posledica ili simptoma bolesti, ali ih ne leči.

Plazma: Tečni deo krvi u kom se nalaze krvne ćelije i trombociti.

Proteza: Veštačka zamena za deo tela koji je otklonjen (npr. ruka, noga, dojka).

Radijacija: Energija u formi radio talasa koja može da pogodi i uništi ćelije, specifično ćelije raka.

Rak: Opšti naziv za veliku grupu bolesti kod kojih ćelije nekontrolisano rastu i umnožavaju se.

Relaps: Povratak bolesti nakon tretmana i perioda poboljšanja.

Remisija: Odsustvo znakova i simptoma aktivne bolesti.

Stopa preživljavanja: Procenat ljudi sa nekom bolešću koji prežive nakon određenog vremena.

Terminalno: Kada bolest ne može biti izlečena.

Trombociti: Deo krvi zadužen za zaustavljanje krvarenja tako što proizvodi krvne ugruške.

Trombocitopenija: Smanjen broj trombocita u krvi, što rezultuje sa mnogo više potrebnog vremena za zgrušavanje krvi.

Tumor: Abnormalna izraslina u telu.

KORISNI LINKOVI:

www.cikaboca.org

www.mladice.org

<http://nisibroj.cikaboca.org>

Tumor marker: Materija koja se nalazi u krvi i koju proizvodi tumor koja pokazuje da li tretman radi.

Hematologija: Tip medicine koji se bavi proučavanjem krvi. Doktor koji se specijalizuje u ovoj oblasti se naziva hematolog.

Hemioterapija: Korišćenje posebnih lekova (citotoksika) kako bi se lečio rak.

Hemoglobin: Sastojak crvenih krvnih zrnaca koji nosi kiseonik.

Hormon: Materija koju proizvode žlezde koja pomaže u regulisanju reprodukcije, metabolizma i rasta.

Citotoksični lekovi: Lekovi koji se daju kako bi se oštetile ili ubile ćelije raka.

Centralna linija: Kateter koji se ubacuje u venu koja se nalazi u grudima. Koristi se kako bi se davale infuzione tečnosti, krvni proizvodi i kako bi se uzimali uzorci krvi.

CT: Procedura koja pravi rendgenske snime tela iz različitih uglova kako bi se formirala dobra slika.

ZAPAMTI:

POSTAVLJAJ PITANJA ČAK I ONDA KADA SE PLAŠIŠ!

OBAVEŠTENJE O AUTORSKOM PRAVU

@2019 ČIKA BOCA

Ovu publikaciju je izradio tim Čika Boce i MladiCa Srbije na osnovu iskustva i istraživanja dobrih praksi u svetu, i po uzoru na CanTeen - Australija, uz čiju dozvolu smo neke sadržaje preveli i adaptirali. Svi napori su učinjeni kako bi se osigurala pouzdanost, tačnost i ažurnost informacija iznetih u ovoj publikaciji.

Publikacija je deo projekta "ŽIVOT POSLE RAKA" koji finansijski podržava Ministarstvo OMLADINE I SPORTA Republike Srbije.

Korišćenje, kopiranje i distribucija sadržaja ove publikacije dozvoljena je isključivo u neprofitne svrhe i uz odgovarajuće naznačenje imena, odnosno priznavanje autorskih prava Čika Boce i MladiCa Srbije.

|<http://nisibroj.cikaboca.org>|

|www.cikaboca.org|

|www.mladice.org|

