

Temat

Profilaktyka raka jajnika.

Prowadzący

Położna Oddziału Położniczo – Ginekologicznego.

Odbiorcy

- Pacjentka,
- Rodzina, opiekunowie

Cel

Pozyskanie wiedzy i umiejętności na temat postępowania w zakresie czynników ryzyka, objawów oraz profilaktyki raka jajnika.

Pacjentka, rodzina, opiekunowie posiadają widzę na temat:

- rozpoznania czynników ryzyka predysponujących do wystąpienia raka jajnika
- jakie działania należy podjąć w celu zmniejszenia czynników ryzyka wystąpienia raka jajnika,
- rodzaju i częstotliwości wykonywania badań diagnostycznych w kierunku raka jajnika,
- postępowania w przypadku wykrycia raka jajnika

Miejsce	Czas zajęć	Metody i techniki
Sala chorych	30 minut w trakcie dyżuru	• wykład • rozmowa indywidualna

Zakres edukacji

Edukacja pacjentki:

- omówienie etiologii schorzenia w zakresie przebiegu i powikłań,
- ukazanie konieczności okresowych badań oraz poprawa kontroli czynników ryzyka,
- wyjaśnienie zakresu oraz konsekwencji trwałych deficytów,
- zwiększenie poczucia odpowiedzialności za własne zdrowie.

Edukacja rodziny i opiekunów:

- kształtowanie postaw prozdrowotnych.

Plan edukacji

- Rozpoczęcie zajęć – zaprezentowanie się osoby prowadzącej zajęcia.
- Wykład.
- Pytania i dyskusja.
- Podsumowanie kwestii poruszanych na zajęciach.
- Ocena zapamiętanych przez uczestników zajęć treści.
- Zakończenie edukacji.

Treść wykładu

Rak jajnika w liczbach

- to 5. najczęściej diagnozowany kobiecy nowotwór na świecie
- co roku u ok. 3000 Polek umiera na raka jajnika
- w 70% przypadków rozpoznawany jest w stadium zaawansowanym

- najczęściej dotyka kobiet po 40 roku życia, a ryzyko wzrasta po 60 roku życia

Czym jest rak jajnika?

Rak jajnika jest spowodowany nieprawidłowym i nieustającym wzrostem komórek nowotworowych wydzielających się z komórek jajnika.

Wyróżnia się dwa rodzaje nowotworów jajnika:

- nabłonkowy, który jest częściej rozpoznawany
- nienabłonkowy

Biorąc pod uwagę rokowanie i wzrost, wyróżniamy dwa typy:

- typ I rozwija się z nowotworów łagodnych lub o granicznym stopniu złośliwości. Wykrywany jest częściej na początkowym etapie.
- typ II występuje częściej niż typ I. Ma charakter złośliwy i szybko rozwija się w otrzewnej. Zazwyczaj rozpoznaje się go w mocno zaawansowanym stadium.

Czynniki ryzyka

Częstość występowania raka jajnika rośnie wraz z wiekiem. Gwałtownie wzrasta w okresie pomenopauzalnym. Wśród głównych czynników ryzyka wymienia się:

- genetyczne, które stanowią 15% wszystkich zachorowań i dotyczą mutacji genów BRCA1 i BRCA2;
- stymulacja owulacji;
- niepłodność, bezdzietność;
- endometrioza;
- nadmierna masa ciała;
- nikotynizm.

Rak jajnika to choroba o charakterze nawrotowym, dlatego też bardzo ważne jest, by maksymalnie wydłużać czas remisji choroby.

Objawy

W pierwszym stadium nowotwór rozwija się w organizmie w sposób utajony, bezobjawowy dlatego wykrywa się go zwykle już w zaawansowanych stadiach.

Najczęstsze objawy to:

- krwawienia z pochwy;
- ból w podbrzuszu;
- problemy z oddawaniem moczu, poprzez ucisk wywierany na narządy sąsiednie (drogi moczowe, układ pokarmowy);
- uczucie ciągłego zmęczenia.

Chorobie towarzyszą objawy gastryczne, takie jak: wzdęcia, powiększenie obwodu brzucha, uczucie pełności, odbijanie, zaparcia lub biegunki.

U osób z zaawansowanym rakiem jajnika poza obecnością guza w jajniku może występować płyn w jamie brzusznej. Poza tym stwierdza się podwyższone stężenie antygenu CA-125.

Profilaktyka raka jajnika

Pacjentki z grupy wysokiego ryzyka wystąpienia raka jajnika (w wywiadzie) powinny poddać się badaniu genetycznemu na obecność mutacji genów BRCA1 i BRCA2. Z uwagi na duże ryzyko zachorowania na raka jajnika u nosicielek tych mutacji zaleca się obustronne wycięcie przydatków po zakończeniu planów rozrodczych.

Do głównych działań profilaktyki nowotworowej zalicza się:

- prowadzenie prozdrowotnego trybu życia;

- ograniczenie czynników ryzyka;
- regularne wizyty ginekologiczne (w tym USG przezpochwowe).

Ryzyko wystąpienia raka jajnika zmniejszają m.in.: antykoncepcja hormonalna, karmienie piersią, wycięcie jajników i jajowodów, wycięcie macicy.

Postępowanie w przypadku wykrycia raka jajnika

Leczenie raka jajnika opiera się głównie na skojarzeniu radykalnej chirurgii (cytoredukcji) z chemioterapią. Celem operacji jest usunięcie jak największej ilości tkanek nowotworowych. Chemioterapia stosowana jest przed lub po operacji. Nowoczesne terapie obejmują inhibitory PARP oraz leki antyangiogenne.

Główne metody leczenia raka jajnika:

- Leczenie operacyjne: podstawa leczenia na każdym etapie.
- Cytoredukcja: usunięcie jajników, jajowodów, macicy, sieci większej oraz ognisk nowotworu w jamie brzusznej.
- Zabiegi oszczędzające: młodych pacjentek we wczesnym stadium, chcących zachować płodność.
- Chemioterapia: zazwyczaj stosowana w 6 cyklach, często z użyciem paklitakselu i karboplatyny.
Przedoperacyjna - mniejsza masę guza, ułatwiając późniejszą operację. Pooperacyjna - niszczy pozostałe komórki rakowe.
- Terapie celowane:
 - inhibitory PARP (np. olaparib, niraparib) - skuteczne zwłaszcza przy mutacjach BRCA1/BRCA2, stosowane jako leczenie podtrzymujące;
 - leki antyangiogenne - hamują powstawanie nowych naczyń krwionośnych odżywiających guz.
- Radioterapia: rzadko stosowana, głównie w przypadkach paliatywnych w celu łagodzenia bólu.

Decyzja o doborze metod zależy od zaawansowania choroby (skala FIGO), typu histologicznego oraz ogólnego stanu pacjentki.

Metody oceny skuteczności przeprowadzonych zajęć edukacyjnych

Sprawdzenie przez połączoną wiedzę w zakresie czynników ryzyka predysponujących do wystąpienia raka jajnika.

Sprawdzenie umiejętności w zakresie eliminacji czynników ryzyka predysponujących do wystąpienia raka jajnika.

Ocena gotowości do podjęcia działań profilaktycznych - udział w badaniach diagnostycznych.

Literatura

Pielęgnowanie w położnictwie, ginekologii i neonatologii, Maria Rabiej, Barbara Mazurkiewicz, wyd. 1 (2018), PZWL Wydawnictwo Lekarskie,

<https://www.nfz-lodz.pl/dlapacjentow/nfz-blizej-pacienta/9357-sroda-z-profilaktyka-profilaktyka-zdrowia-kobiet-rak-jajnika>

<https://www.nfz-lodz.pl/attachments/article/9357/%C5%9Aroda%20z%20profilaktyk%C4%85%20-%20Profilaktyka%20zdrowia%20kobiet.%20Rak%20jajnika.pdf>