

Aktuali literatūra onkologinių susirgimų klausimais

Janina Valančiūtė

Lietuvos medicinos biblioteka

Naudinga informacija sergantiesiems plaučių vėžiu



Ką verta žinoti sergantiesiems plaučių vėžiu? : informacija pacientams : knygelė skirta padėti rasti atsakymus į klausimus, susijusius su plaučių vėžiu / Jurgita Matulionė, Marius Žemaitis. – Kaunas : Vitae Litera, 2020 (Kaunas : Vitae Litera). – 47, [1] p. : iliustr.

Informacinė knygelė pacientams padės rasti atsakymus į klausimus, susijusius su plaučių vėžiu.

Knygelėje aprašoma, kaip išsivysto plaučių vėžys, kokios yra jo rūšys, rizikos veiksniai ir pagrindiniai simptomai.

Plaučių vėžys išsivysto, kai sveikos plaučių ląstelės, veikiamos kenksmingų veiksnių, pakinta ir pradeda nekontroliuojamai augti. Pakitusių ląstelių sankaupos formuoja naviką. Didžiąją plaučių vėžio atvejų dalį sudaro nesmulkiųjų ląstelių plaučių vėžys (adenokarcinoma, plokščiųjų ląstelių karcinoma, didelių ląstelių karcinoma). Pagrindinis plaučių rizikos veiksnys yra rūkymas. Kiti

veiksniai, didinantys plaučių vėžio riziką: radonas, asbestas, oro tarša, namų aplinkos oro tarša.

Atskiri leidinio skyriai skirti plaučių vėžio diagnostikai ir gydymui.

Radiologiniai tyrimai padeda nustatyti plaučių vėžio išplitimą, tačiau vienintelis būdas, patvirtinantis plaučių vėžio diagnozę, – naviko biopsijos histologinis tyrimas. Kiekvieno paciento gydymas planuojamas individualiai. Plaučių vėžio gydymui gali būti taikoma operacija, spindulinis gydymas, chemoterapija, taikinių terapija, imunoterapija. Kartais pacientui reikalingas kompleksinis gydymas – keli gydymo metodai. Bet kurios stadijos plaučių vėžiui gydyti gali būti skiriamas spindulinis gydymas. Tai neskausmingas gydymo būdas. Spindulinio gydymo nepageidaujamų simptomų atsiradimas ir stiprumas priklauso nuo švitinimo apimties bei trukmės. Dauguma jų išnyksta pabaigus spindulinį gydymą. Šio gydymo metu pacientai netampa radioaktyvūs, gali bendrauti su aplinkiniais.

Svarbu neprarasti vilties

Linkiu sau pasveikti : [rekomendacijos keliaujant onkologinės ligos gydymo keliu] / A. Šeškevičius, E. Darulis, E. Gudelienė, R. Balevičienė, J. Gulbinienė. – [Kaunas] : [Artrema] ; Vilnius : Pagalbos onkologiniams ligoniams asociacija, 2021. – 43, [1] p.

Onkologinės ligos diagnozė sukelia didžiulį nerimą, sutrikimą, tiesiog apverčia gyvenimą aukštyn kojomis. Tai labai paveikia sergančiojo ir jo arti-

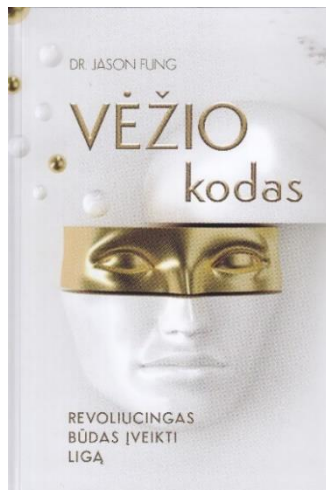


mųjų jausmus bei gyvenimo kokybę. Knygelės autoriai skatina neprarasti vilties: „Liga gali sudaužyti jūsų svajones – nesvarbu, koks gilus jūsų liūdesys, tačiau bent kartą per dieną sustokite, priglauskite rankas prie širdies ir garsiai išstarkite: Čia gyvena viltis.“

Leidinyje nurodomos tik pagalbinės priemonės, kurias gali naudoti pats ligonis. Pateikiama daug praktiškų patarimų fizinių simptomų malšinimui ir rekomendacijų pragulų profilaktikai, plaukų slinkimo chemoterapijos gydymo metu atvejais, žaizdų priežiūrai spindulinio gydymo metu, žarnyno stomos priežiūrai ir daugeliui kitų atvejų.

Sergantiesiems labai svarbi yra psichologinė pagalba. Atskiruose leidinio skyriuose akcentuojama psichologinė ir dvasinė pagalba. Primenama, kad žmogaus emocinė sveikata daro poveikį jo fizinei savijautai. Atkreipiamas dėmesys, kad tikroji problema yra ne tai, kas įvyko, bet tai, koks yra jūsų požiūris į tai, kas įvyko. Susirgo kūnas, ne siela. Nepraraskite vilties. Labai svarbus yra kitų žmonių palaikymas, tad leiskite sau paprašyti kitų pagalbos. Pasirinkite gydytoją, kuriuo pasitikite. Niekada neatsisakykite tradicinio medikamentinio gydymo. Jį galima sėkmingai derinti su sveika mityba, meditacijomis, atpalaiduojančiais kvėpavimo pratimais ar kitomis papildomomis organizmą stiprinančiomis priemonėmis.

Pažinti ir įveikti vėžį



Vėžio kodas : revoliucingas būdas įveikti ligą / Jason Fung. – Vilnius : Briedis, 2021. – 363, [1] p.

Galime pasidžiaugti gera žinia, kad pirmą kartą žmonijos istorijoje mirtingumas nuo vėžio, nors palengva, pradėjo mažėti. Knygos „Vėžio kodas“ autorius dr. Jasonas Fungas teigia, kad vėžio sėkla gali glūdėti kiekviename iš mūsų, tačiau gebėjimas pakeisti dirvą šiai sėklai yra mūsų pačių rankose. Jeigu pakeisime požiūrį į vėžį, tada galėsime jį kontroliuoti. Dr. J. Fungas siūlo suprasti vėžį kaip savo organizmo sveikų ląstelių skilimą. Knygoje pradžioje apžvelgdamas vėžio istoriją, kitose knygos dalyse autorius analizuoja vėžio paradigmas (vėžys kaip perteklinis augimas ir kaip genetinė liga, vėžio transformacija, progresavimas, metastazavimas). Apibendrinamas vėžio gydymo reikšmę Dr. J. Fungas išskiria mitybinius vėžio veiksnius. Pripažįsta, kad nėra tokio maisto ar dietos, kuris galėtų visiškai sulaikyti vėžį. Jis rekomenduoja protarpinį nevalgymą, kurio metu sumažėja gliukozės ir insulino koncentracija kraujyje, ir atsisakyti insulino išsiskyrimą skatinančio maisto, tokio kaip cukrus ir perdirbti angliavandeniai.

Knygos pabaigoje pateikiamas literatūros sąrašas.

Šias knygas skaitymui galite pasiskolinti iš Lietuvos medicinos bibliotekos <http://libis.lmb.lt/>

Daugiau informacijos apie leidinių išdavimą į namus *Naudojimosi biblioteka taisyklėse* www.lmb.lt > [paslaugos](#) arba tel. 261 77 96 (Abonementas).