

Estou com Câncer de Cabeça e Pescoço. **E agora?**

CÂNCER DE LARINGE E HIPOFARINGE | CÂNCER DE BOCA E OROFARINGE |
CÂNCER DE NASOFARINGE | CÂNCER DE CAVIDADE NASAL E SEIOS
PARANASAIS | CÂNCER DE GLÂNDULAS SALIVARES



Estou com câncer de cabeça e pescoço, e agora?!

Receber um diagnóstico de um câncer pode ser bem difícil, pois além da doença em si, você notará mudanças em todos os aspectos da sua vida. Com o início do tratamento, a sua jornada se inicia e, com ela, toda uma série de variações nas suas vontades e nos seus sentimentos. Por isso é importante saber que você não está sozinho. Além de toda a equipe médica, você tem seus amigos, familiares, grupos de apoio e também as ONGs.

Conte com a equipe Oncoguia desde já!

Você não está sozinho!

O que é o câncer de cabeça e pescoço?

O termo câncer de cabeça e pescoço é usado para descrever os diferentes tumores malignos que se desenvolvem na laringe e hipofaringe, na cavidade oral e orofaringe, na nasofaringe, na cavidade nasal e seios paranasais e nas glândulas salivares, mas o câncer pode ocorrer em qualquer tecido ou órgão localizado na cabeça e no pescoço.

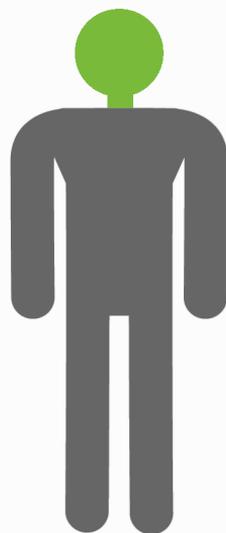
Compreendendo os sinais e sintomas

Os sinais e sintomas mais comuns dos cânceres de cabeça e pescoço são:

- *Inchaço ou ferida que não cicatriza.*
- *Mancha branca ou vermelha nas gengivas, língua, amígdalas ou mucosa da boca.*

Câncer de Cabeça e de Pescoço

- *Caroço ou inchaço na região da cabeça e pescoço, com ou sem dor.*
- *Dor de garganta persistente.*
- *Mau hálito constante.*
- *Alterações na voz.*
- *Obstrução nasal ou congestão nasal persistente.*
- *Hemorragia nasal.*
- *Drenagem de líquido à região auricular.*
- *Dificuldade para respirar.*
- *Visão embaçada ou dupla.*
- *Dormência ou fraqueza de uma parte do corpo na região da cabeça e pescoço.*
- *Dor ou dificuldade para mastigar ou engolir.*
- *Dor contínua no rosto, pescoço ou boca.*
- *Sangue na saliva ou catarro.*
- *Enfraquecimento dos dentes ou dor ao redor dos dentes.*
- *Inchaço da mandíbula causando desconforto com a dentadura.*
- *Perda de peso.*
- *Fadiga.*





Entretanto, todos esses sintomas podem ser causados por outras doenças, por isso sempre é importante consultar um médico, ele fará perguntas sobre os sintomas que você sente para ajudar no diagnóstico da doença, por exemplo, há quanto tempo tem o sintoma e com que frequência ele aparece.

Compreendendo os diferentes tipos de câncer de cabeça e pescoço

Existem cinco tipos principais de câncer de cabeça e pescoço, nomeados de acordo com a parte da região onde se desenvolvem:

Câncer de Laringe e Hipofaringe. A laringe, comumente chamada de caixa de voz, é um órgão em forma de tubo no pescoço, importante para respirar, falar e engolir, localizado na parte superior da traqueia. A hipofaringe é a parte inferior da garganta que rodeia a laringe.

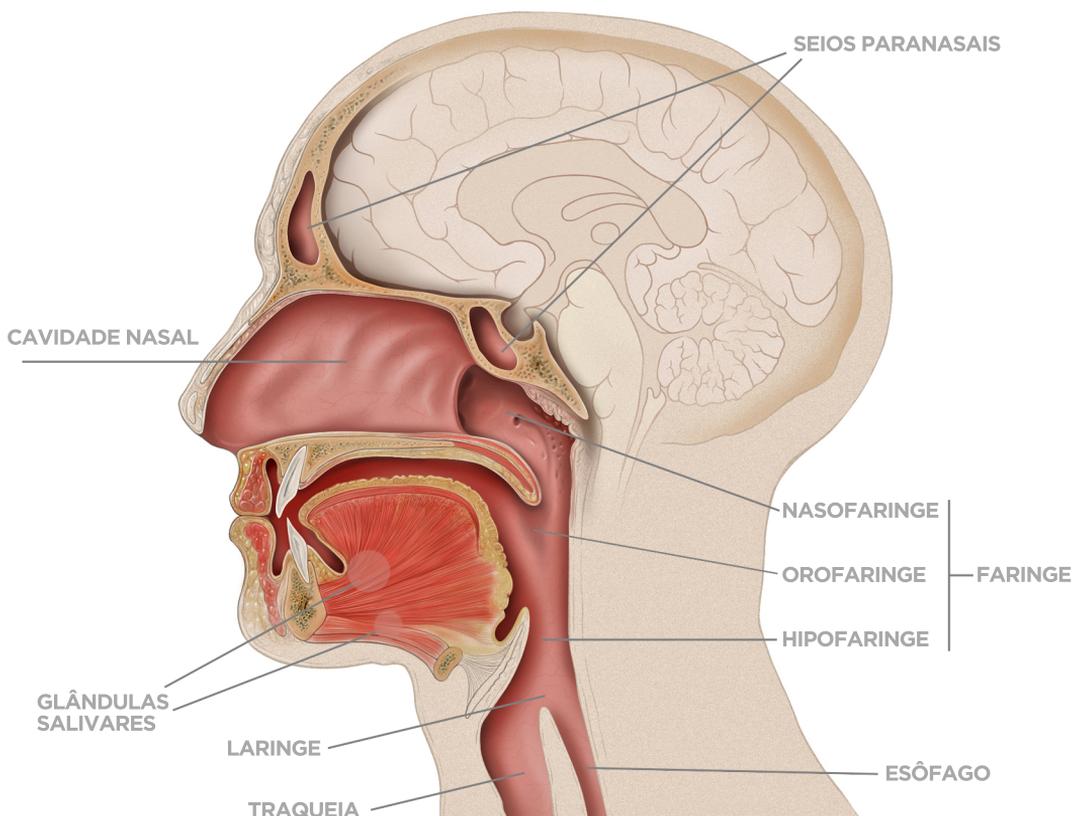
Câncer de Boca e Orofaringe. O câncer de boca, também conhecido como câncer de cavidade oral (boca e língua), se origina nas células das estruturas que compõem a boca. A orofaringe inclui o meio da garganta a partir de amígdalas à ponta da caixa de voz (laringe).

Câncer de Nasofaringe. Os cânceres de garganta incluem a nasofaringe, que é a via de passagem de ar localizada na parte superior da garganta e atrás do nariz.

Câncer de Cavidade Nasal e Seios Paranasais. Esta seção abrange os cânceres dentro da cavidade nasal (nariz) e dos seios paranasais, cavidades localizadas próximas ao nariz.

Câncer de Glândulas Salivares. O câncer de glândulas salivares começa nas glândulas salivares (parótida, submandibular e sublingual).

Outros tipos de cânceres também podem estar localizados na região da cabeça e pescoço, como, por exemplo, de tireoide e olho, mas o diagnóstico e tratamento são muito diferentes.



Como o diagnóstico é realizado?

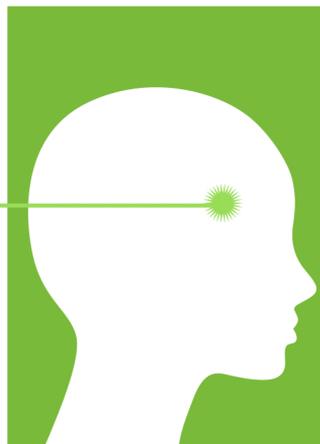
Se alguns sintomas e o exame físico indicam um diagnóstico de câncer de cabeça e pescoço, o médico solicitará a realização de uma série de exames que ajudam a conhecer melhor a doença.

Entretanto, para a escolha dos procedimentos a serem realizados, o médico pode considerar alguns fatores, como idade e estado geral de saúde do paciente, tipo de câncer que suspeita, sinais e sintomas apresentados e resultados de exames anteriores.



Esses exames podem incluir:

- Biópsia.
- Exames de laboratório, como exame de sangue e de urina.
- Teste de HPV.
- Endoscopia.
- Teste molecular do tumor, para identificar genes específicos, proteínas e outros fatores exclusivos.
- Exames de imagem, como raios X, ultrassom, tomografia computadorizada, ressonância magnética, cintilografia óssea e tomografia por emissão de pósitrons



Estadiamento dos cânceres de cabeça e pescoço

O estadiamento é uma forma de descrever um câncer, sua localização, se e para onde disseminou, e se está afetando as funções de outros órgãos no corpo. Ter conhecimento do estágio ajuda o médico a decidir o tipo de tratamento a ser realizado e o prognóstico do paciente.

Converse com seu médico se você tiver quaisquer perguntas sobre o estágio do câncer e como isso afeta o seu tratamento.

Conhecendo os tratamentos

Muitos cânceres de cabeça e pescoço podem ser curados, especialmente se diagnosticados em estágio inicial. O principal objetivo do tratamento é eliminar o câncer, preservando o máximo possível, a função dos órgãos, nervos e tecidos próximos.

Câncer de Cabeça e de Pescoço

Ao planejar o tratamento, os médicos consideram o possível impacto na qualidade de vida do paciente, principalmente, os efeitos na deglutição e respiração.

O médico discutirá com o paciente as opções de tratamento, que dependerão de vários fatores como, o tipo e estágio do tumor, localização, possíveis efeitos colaterais, preferências individuais do paciente e seu estado de saúde geral. Os tratamentos mais comuns são cirurgia, radioterapia, quimioterapia e terapia alvo. Em muitos casos, mais do que uma dessas terapias ou uma combinação delas podem ser utilizadas.

Em função das opções de tratamento definidas para cada paciente, a equipe médica deverá ser formada por especialistas, como oncologista, cirurgião, dentista, otorrinolaringologista, fisioterapeuta, fonoaudiólogo, audiologista e psicólogo. Mas, muitos outros poderão estar envolvidos durante o tratamento, como enfermeiros, nutricionistas, fisioterapeutas, assistentes sociais, psicólogos, farmacêuticos e nutricionistas.



Cirurgia

O objetivo da cirurgia é remover o tumor com uma margem de tecido saudável. Os tipos de cirurgia para o câncer de cabeça e pescoço incluem: tecnologia a laser, excisão, dissecação dos linfonodos e reconstrução.



Radioterapia

O tratamento radioterápico utiliza radiações ionizantes para destruir ou inibir o crescimento das células anormais que formam um tumor. Os principais tipos de radioterapia utilizados no tratamento do câncer de cabeça e pescoço são: radioterapia de intensidade modulada (IMRT), terapia de prótons e braquiterapia. Antes de iniciar qualquer tipo de tratamento radioterápico, o paciente deve fazer uma avaliação odontológica e, se necessário, também fonoaudiológica.



Quimioterapia

Utiliza medicamentos para destruir as células cancerígenas, geralmente bloqueando a capacidade deles crescerem e se dividirem. É uma terapia sistêmica, o que quer dizer que ataca não somente as células cancerígenas, como também as células saudáveis do corpo. As formas mais comuns de administração da quimioterapia são por via intravenosa ou oral. É administrada em ciclos, com cada período de tratamento seguido por um de descanso, permitindo, assim, que o corpo possa se recuperar. Cada ciclo de quimioterapia dura em geral algumas semanas.



Terapia alvo

É um novo tipo de tratamento do câncer que usa drogas ou outras substâncias para identificar e atacar especificamente as células cancerígenas, provocando pouco dano às células normais. Cada tipo de terapia alvo funciona de uma maneira diferente, mas todas alteram a forma como uma célula cancerígena cresce, se divide, se auto repara, ou como interage com outras células. Os medicamentos alvo funcionam de forma diferente dos quimioterápicos convencionais e, muitas vezes, têm efeitos colaterais menos severos. Para os cânceres de cabeça e pescoço, esses tratamentos são recomendados para pacientes que têm como alvo o receptor do fator de crescimento epidérmico (EGFR), uma proteína encontrada na superfície das células, que normalmente as ajuda a crescer e se dividir.



Lidando com os Efeitos Colaterais do Tratamento

O tratamento contra o câncer tem por finalidade a cura ou alívio dos sintomas da doença. Os tratamentos com medicamentos (quimioterapia, terapia alvo), cirúrgicos e radioterápicos podem provocar efeitos colaterais que variam de paciente para paciente dependendo de múltiplos fatores, podendo ser diferentes quanto a intensidade e duração. Além dos efeitos colaterais físicos, podem ocorrer também efeitos emocionais e sociais.

Os efeitos colaterais do câncer de cabeça e pescoço por tipo de tratamento podem incluir:

CIRURGIA	RADIOTERAPIA	QUIMIOTERAPIA
Inchaço no rosto e pescoço	Alterações na pele	Fadiga
Alterações na voz	Rouquidão	Risco de infecção
Dormência na região do pescoço e garganta	Perda do paladar	Náuseas
Rigidez no ombro e pescoço	Irritação da boca e da garganta	Vômitos
Perda temporária ou permanente da voz	Danos às glândulas salivares	Perda de cabelo
Perda de audição	Danos ao osso do maxilar	Perda de apetite
Danos na glândula tireoide	Danos na glândula pituitária	Diarreia
Desfiguração facial	Danos na glândula tireoide	Muitos destes efeitos podem ser controlados com medicamentos, fisioterapia ou outras terapias para ajudar o paciente a se sentir melhor e continuar com sua vida diária.
Problemas respiratórios	Problemas de pele	
Problemas de deglutição	Feridas na boca	
Perda de apetite	Boca seca ou saliva mais espessa	
	Dificuldade em engolir	
	Alterações no paladar	
	Náuseas	
	Dor de ouvido	
	Dor óssea	
	Fadiga	
	Hipotireoidismo	



Enfrentando uma recidiva

Se o tumor continua crescendo durante o tratamento ou recidiva, a continuação do tratamento dependerá da localização e da extensão da doença, dos tratamentos realizados anteriormente e do estado geral de saúde do paciente.

É importante compreender o objetivo de qualquer tratamento adicional, se é para tentar curar a doença, retardar seu crescimento ou para aliviar os sintomas, bem como a possibilidade de benefícios e riscos.

Convivendo com a metástase

Quando o câncer está presente em outras partes do corpo, além do local onde começou, é denominado metástase. Ela pode ocorrer quando as células cancerosas viajam através da corrente sanguínea ou dos vasos linfáticos para outras partes do corpo.

Para a maioria dos pacientes, o diagnóstico de câncer metastático é muito estressante e, às vezes, difícil de suportar.

Quando isso ocorre, um novo ciclo de exames serão realizados para diagnosticar a extensão das metástases. Muitas vezes, o novo esquema de tratamento incluirá tratamentos já realizados, como cirurgia, quimioterapia, terapia alvo ou radioterapia, que podem ser utilizados em combinações diferentes do tratamento inicial, mas administradas num ritmo diferente. Também deve ser considerado a participação em um estudo clínico com novos medicamentos e novas formas de tratar esse tipo de câncer. Seja qual for a opção escolhida é importante considerar cuidados paliativos para aliviar os sintomas e os possíveis efeitos colaterais da doença e do tratamento.



Câncer de Cabeça e de Pescoço

Dicas especiais

Não existe uma maneira fácil ou que seja a melhor para viver com câncer de cabeça e pescoço, mas temos algumas sugestões e pequenas dicas que podem te ajudar a viver bem:



Questione

Converse com seus médicos. Faça perguntas. Peça explicações detalhadas. Anote as dúvidas para não esquecê-las em sua próxima consulta. Seja ativo durante seu tratamento e em suas escolhas.



Aceite ajuda

Quando as pessoas perguntam: "O que eu posso fazer?", é porque elas realmente querem "fazer" alguma coisa por você. Permita-se ser ajudado. Eles podem ajudar tanto nas tarefas diárias, como cozinhar, cuidar de seus filhos ou apenas fazer companhia.



Amigos e familiares

Quando você recebe o diagnóstico de câncer, sua família e amigos também são afetados. Eles também lidam com seus próprios medos e preocupações. E uma das maneiras deles lidarem com isso é cuidando de você de alguma forma.



Consultas e exames

Leve alguém com você quando for ao médico, para ajudar a ouvir e entender o que o médico falar.



Busque informação e apoio

Entre em contato com nosso Programa Ligue Câncer – Apoio e Informação pelo telefone 0800 773 1666 (Ligações gratuitas de telefone fixo), das 8h às 17h, de 2ªf a 6ªf.



Mantenha-se ativo



Procure manter sua rotina de exercícios, a menos que o seu médico tenha recomendado repouso. Manter-se ativo pode ajudá-lo a ter menos efeitos colaterais e diminuir o tempo de recuperação. Pergunte ao seu médico qual o nível de atividade física é a mais adequada para você.

Participe de um grupo de apoio



Os grupos de apoio são uma oportunidade para você conversar com outras pessoas que estão passando por situações semelhantes. Se não encontrar um grupo de apoio perto de você, procure grupos online, mesmo após o término do tratamento, essa ajuda pode ser importante.

Depressão



Algum nível de desconforto é normal após um diagnóstico de câncer, mas é importante compartilhar isso com seus médicos, para que eles possam avaliar se é apenas uma ansiedade ou uma depressão mais profunda. Sabendo o que se passa com você, eles podem indicar tratamentos e terapias que poderão te fazer bem.

Lista dos direitos dos pacientes com câncer

- *Acesso a medicamentos*
- *Auxílio doença e aposentadoria por invalidez*
- *Compra de veículos (aquisição de carro adaptado)*
- *Isenção de tarifa de transporte coletivo urbano*
- *Isenção de Imposto de Renda*
- *Isenção de IPTU*
- *Quitação da casa própria*
- *Saque das cotas de PIS/PASEP*
- *Saque do FGTS*

Todos estão descritos de forma bem detalhada no Portal Oncoguia:

www.oncoguia.org.br/direitos-dos-pacientes



E se você estiver com dúvidas sobre como garanti-los, sobre como lidar com um problema de acesso a exame, tratamento, dúvidas sobre os efeitos colaterais ou simplesmente tiver necessidade de desabafar, entre em contato com nosso Programa Ligue Câncer – Apoio e Orientação pelo telefone 0800 773 1666 (Ligações gratuitas de telefone fixo), das 8h às 17h, de 2^ªf a 6^ªf.

Teremos um enorme prazer em esclarecer sua dúvida!



WWW.ONCOGUIA.ORG.BR

Programa Ligue Câncer - Apoio e Orientação

0800 773 1666

FACEBOOK/**ONCOGUIA**

TWITTER/**ONCOGUIA**

YOUTUBE/**ONCOGUIA**

INSTAGRAM/**ONCOGUIA**