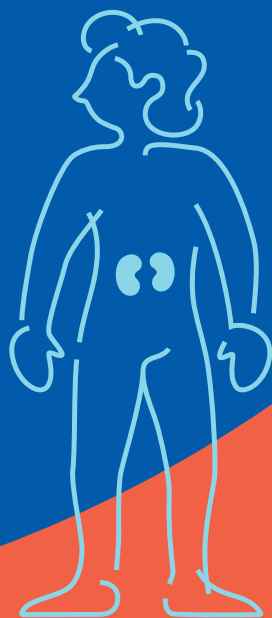


Nyrekkræft





For de fleste er det chokerende at få at vide, man har kræft. Mange beskriver det som at få trukket tæppet væk under sig. Den første tid er svær, og den vil sandsynligvis handle meget om din behandling.

Det kan derfor være godt at tænke på, at de fleste med tiden får en hverdag, hvor sygdommen ikke fylder det hele.

Du skal vide, at du ikke er alene. Du kan altid få hjælp hos Kræftens Bekæmpelse, enten på vores hjemmeside, i vores lokale rådgivninger eller Kræftlinjen.

Det hele er gratis for dig at bruge.

Ring til Kræftlinjen på 80 30 10 30

Find din lokale rådgivning på

www.cancer.dk/kraeftraadgivning

Kræftens Bekæmpelse

En pjece til dig, der lige har fået at vide, at du har nyrekræft

Her i pjecen får du et overblik over de behandlinger og undersøgelser, du kan få tilbudt. Du kan også læse mere om din sygdom på www.cancer.dk/nyrekræft

Ikke to sygdomsforløb er ens. Derfor kan de læger og sygeplejersker, som behandler dig, bedst svare på dine spørgsmål om sygdommen. De kan fortælle, hvilke behandlingsmuligheder der passer til dig i netop din situation.

Tag gerne en pårørende eller en ven med til besøgene på hospitalet. Det er en god støtte for mange.

GODE RÅD TIL AT HÅNDBERE DEN NYE HVERDAG

Der kan pludselig være mange ubesvarede spørgsmål: Klarer jeg mig igennem sygdommen, overlever jeg? Hvordan har jeg det under og efter behandlingen? Hvem skal vide, at jeg er syg? Hvordan fortæller jeg det? Hvordan påvirker behandlingsforløbet mit arbejde og økonomi, og hvad med det praktiske derhjemme?

På Kræftens Bekæmpelses hjemmeside kan du læse en række råd, som kan hjælpe dig og dine pårørende til at håndtere den nye hverdag: www.cancer.dk/ligefaaetkraeft





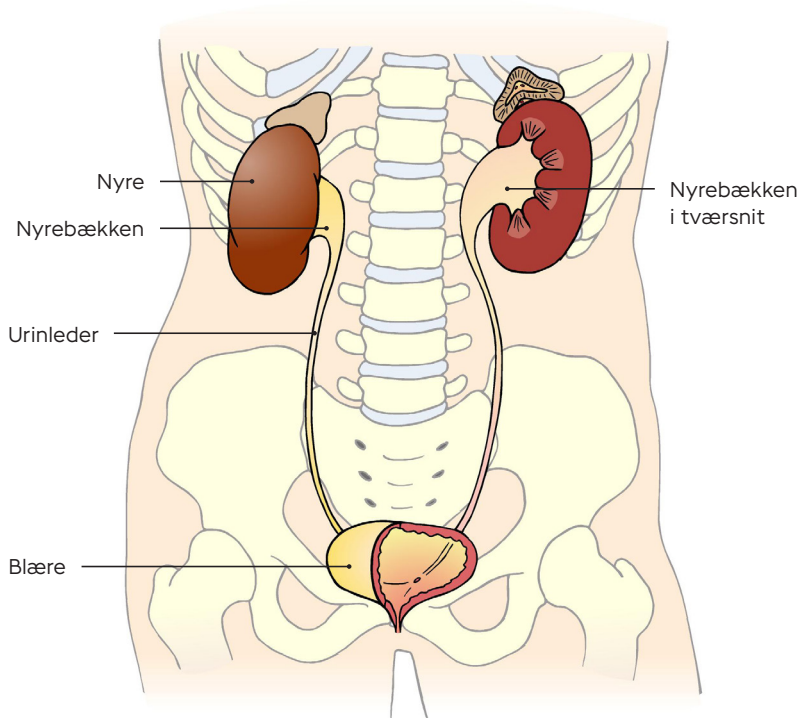
Min verden faldt sammen, da jeg fik diagnosen af lægen. Men bagefter var der en sød sygeplejerske, der forklarede mig, at undersøgelser nu ville komme som perler på en snor, så jeg hurtigt ville blive opereret. Der gik kun 20 dage, fra jeg fik diagnosen, til jeg blev opereret.

Patient med nyrekræft

Om nyrerne

Nyrerne rensr blodet for affaldsstoffer og sender det rensede blod tilbage i kroppen. Affaldsstofferne bliver tisset ud sammen med overskydende væske. Nyrerne regulerer også blodtrykket og mængden af røde blodlegemer. Nyrerne er desuden vigtige for, at D-vitamin kan virke.

Nyrekræft opstår i cellerne i selve nyrevævet. Kræft opstår, hvis cellerne giver sig til at vokse ukontrolleret i et område af nyren.



*Nyrerne ligger på hver side af rygsøjlen, opadtil bagest i bughulen.
I nyrerne dannes urin, som via nyrebækken og urinlederne løber ned i blæren.*

Forskellige stadier af sygdommen

Lægerne inddeler nyrekræft i forskellige stadier, alt efter hvor meget sygdommen har spredt sig. Stadietindelingen bruges til at vurdere, hvilken behandling der vil have den bedste effekt. Lægerne finder derfor først ud af, hvilket stadium din sygdom er i, inden din behandling bliver planlagt.

Behandling af nyrekræft

Behandlingen er som regel operation, hvor du enten får fjernet en del af nyren eller hele nyren. Der findes også andre typer behandling rettet mod kræftknuden i nyren.

Hvilken behandling, der er den bedste til dig, afhænger af sygdommens type, stadium og af din generelle fysiske tilstand.

Valget af behandling fastlægges på en såkaldt MDT (multidisciplinær team) konference, hvor et hold af læger med forskellige specialer arbejder sammen om at vælge den behandling, som er bedst for dig.

NYREBÆKKENKRÆFT ER EN ANDEN TYPE KRÆFT

Nyrekræft opstår i selve nyrevævet til forskel fra nyrebækkenkræft, som opstår i nyrebækkenets slimhinde. Det er to forskellige kræftsygdomme.

Denne pjeces handler om nyrekræft hos voksne.

Læs mere om kræft i nyrebækkenet på

www.cancer.dk/nyrebækkenkraeft

GODT AT VIDE FØR OPERATIONEN

Du kan mindske risikoen for komplikationer ved at holde op med at ryge mindst 6 uger før operationen. Hvis du drikker mere end 4 genstande om dagen, bør du stoppe helt med at drikke alkohol mindst 4 uger før din operation. Det er også vigtigt, at du informerer personalet om, hvad du tager af medicin – også alternativ behandling og kosttilskud.

Operation, hvor du får fjernet hele nyren eller en del af den

Du får som regel fjernet hele nyren med kræftknuden, hvis knuden er mere end 7 cm. Hvis der er mistanke om, at kræften har spredt sig til binyren eller nærtliggende lymfeknuder, vil lægen også fjerne disse under operationen. Når den ene nyre er fjernet, vil den anden nyre overtage hele funktionen. Du behøver ikke tage specielle hensyn, selvom du kun har én velfungerende nyre efter en operation.

Du får fjernet en del af nyren, hvis kræftknuden er mellem 2-7 cm, men også ved større knuder, hvis det er teknisk muligt. Ved denne operation fjerner lægen kræftknuden sammen med en kant af rask væv uden om knuden. Vævet sendes til mikroskopisk undersøgelse, og efter cirka en uge får du den endelige diagnose.

Operationen kan være en såkaldt åben operation, hvor du får et 20-30 cm langt operationssår, eller det kan være en kikkert- eller robotoperation. Ved den slags operation får du flere mindre operationssår.

Situationer hvor du ikke bliver opereret

Du bliver ikke opereret i disse tilfælde:

- Du har meget nedsat nyrefunktion
- Du kun har én nyre
- Du har nyrekræft i begge nyrer
- Du har små kræftknuder (op til 4 cm)
- Du er ældre og skrøbelig – og derfor ikke tåler eller ønsker operation

Men der findes flere skånsomme behandlingsmetoder, som kan komme på tale, hvis du ikke kan opereres:

Radiofrekvensbehandling og mikrobølgebehandling

Her bruger lægen enten radiobølger eller mikrobølger, som sendes ind i kræftknuden gennem en nåle-elektrode. Elektroden varmer kræftknuden op til omkring 65 grader, så kræftcellerne dør. Begge former for behandling foregår i fuld bedøvelse. Du kan få behandlingen igen, hvis du får tilbagefald af sygdommen, eller hvis den første behandling ikke har været effektiv nok. Der opstår kun sjældent komplikationer, og du bliver som regel udskrevet dagen efter.

Frysebehandling (kryobehandling)

Du kan få frysebehandling, hvis knuden er mellem 2 og 4 cm. Lægen stikker en eller flere behandlingsnåle og temperaturnåle ind i kræftknuden, som fryses ned til minus 40 grader eller lavere. Det kan foregå ambulant, uden du bliver indlagt. Du får fuld bedøvelse, og der opstår kun sjældent komplikationer til frysebehandlingen. Hvis du bliver indlagt, kan du som regel blive udskrevet dagen efter.

Observation uden behandling

Hvis knuden er mindre end 4 cm, du er ældre og skrøbelig eller har andre alvorlige sygdomme, kan lægerne i nogle tilfælde starte med at observere uden operation. Det skyldes, at små nyretumorer oftest vokser meget langsomt og sjældent spreder sig. I stedet bliver du kontrolleret med CT scanning for at kontrollere, om kræften vokser, så du skal have behandling.



Inden for de seneste 5 år har vi oplevet et meget stort gennembrud i behandlingen af patienter med udbredt nyrekræft. Det betyder, at vi i dag har gode muligheder for markant at bedre disse patienters overlevelse med bl.a. immunterapi og målrettet behandling til den enkelte patient.

*Professor, overlæge, dr.med. Lars Lund,
Urinvejskirurgisk Afdeling, Odense Universitetshospital*

Behandling af spredning uden for nyren

Hvis sygdommen har spredt sig uden for nyren, findes der flere forskellige behandlingsmetoder, som kan være en mulighed, bl.a. operation, strålebehandling, målrettet medicinsk behandling eller immunterapi.

Operation af en eller flere metastaser

I nogle tilfælde hvor kræften har spredt sig med kun en enkelt eller få kræftknuder (metastaser til f.eks. lungen), kan du få fjernet metastasen/metastaserne ved en operation – evt. samtidig med selve nyreoperationen.

Stereotaktisk strålebehandling

Stereotaktisk strålebehandling kan være en mulighed, hvis du har meget få og små metastaser.

Ved stereotaktisk strålebehandling rammer strålerne meget præcist kræftknuden. Du kan derfor nøjes med en enkelt eller få behandlinger med høj stråledosis.

Målrettet behandling med angiogenese-hæmmere

Angiogenese-hæmmere er en målrettet behandling, som blokerer blodtilførslen til kræftcellerne. På den måde får kræftcellerne ikke ilt og næring, så kræften stopper med at vokse og sprede sig yderligere.

Behandlingen kan lindre symptomer og forlænge livet for mange patienter i flere år. Hos nogle kan behandlingen få kræften til at blive mindre i en kortere eller længere periode. Hos andre holder behandlingen sygdommen på samme niveau. Hvis behandlingen holder op med at virke, vil du ofte blive tilbudt en anden behandling.

Kombination af immunterapi og angiogenese-hæmmere

Flere studier har vist, at en kombination af immunterapi med anti-stoffer og angiogenese-hæmmere kan gøre metastaserne mindre og hjælpe på symptomerne hos de fleste patienter.

Immunterapi med antistoffer (checkpoint-hæmmere)

Immunterapi med antistoffer øger immunforsvarets evne til at genkende og dræbe kræftcellerne og svækker samtidig kræftcellernes evne til at forsvare sig.

Immunterapi med to antistoffer, nivolumab og ipilimumab, er første valg til de fleste patienter med nyrekræft, der har spredt sig. Behandlingen kan lindre symptomer og forlænge livet. Hos nogle kan sygdommen helt forsvinde eller holde sig i ro i en længere periode – også selv om du stopper med behandlingen.

Bivirkninger ved immunterapien skyldes, at immunsystemet bliver overaktivt, og derfor også kan finde på at gå til angreb på kroppens raske celler. Bivirkningerne er som regel milde, men kan udvikle sig alvorligt, hvis de ikke bliver behandlet korrekt. Det er derfor vigtigt, at du søger læge så tidligt som muligt, hvis du oplever gener, så du kan blive undersøgt og behandlet. Typiske bivirkninger kan være hududslæt med kløe, diarré, kraftig hovedpine eller synsforstyrrelser, hoste, åndenød og feber.

Obsevation uden behandling

Selv om nyrekræften har spredt sig, kan sygdommen hos nogle vokse meget langsomt eller holde sig helt i ro i en kortere eller længere periode. Lægerne kan så vælge at observere dig uden at starte medicinsk behandling. I stedet vil du blive kontrolleret med scanninger, blodprøver og kontrolbesøg. Observation uden behandling kræver, at du ikke har symptomer på din kræftsygdom – f.eks. træthed, smerter, vægttab, og at sygdommen ikke har spredt sig til mange organer.

Opfølgning

Efter du er opereret for nyrekræft, bliver du tilbudt at gå til opfølgning. Du bliver fulgt imellem 5 til 10 år og nogle gange længere afhængigt af, hvilken type nyretumor du har haft.

Inden opfølgningsbesøgene får du taget blodprøver og lavet en CT-scanning. I ambulatoriet taler du med lægen om eventuelle symptomer og bliver undersøgt. Derefter vil du få svar på undersøgelserne, og på om der skal ske yderligere.

Har du den sjældne arvelige sygdom Von Hippel-Lindaus syndrom, der øger risikoen for nyrekræft, anbefales det, at du får lavet en ultralydsundersøgelse eller en CT-scanning en gang om året.

Formålet med opfølgning er også, at du kan få behandlet bivirkninger og gener. Du har mulighed for at fortælle om dine behov, bekymringer og om din hverdag med sygdommen. Lægen vil også fortælle dig, hvordan du holder øje med tegn på, at sygdommen er vendt tilbage. Symptomerne kan være:

- Synligt rødt blod i urinen
- Blodmangel
- Alment ubehag
- Feber
- Vægttab uden grund
- Vedvarende hoste

Kontakt din læge, hvis du får nye symptomer eller bliver bekymret mellem opfølgningsbesøgene. Det er en god idé, at du skriver dine spørgsmål til lægen ned hjemmefra. Tag gerne en pårørende eller en ven med til besøgene. Det er en god støtte for mange.

Nogle føler tryk ved opfølgningsbesøgene, andre er nervøse for at få besked om, at noget er galt. For de fleste aftager nervøsiteten og usikkerheden med tiden og i takt med antallet af opfølgningsbesøg, som går godt.



Der er inden for de seneste år sket markante fremskridt i den medicinske behandling af nyrekræft, der har spredt sig. Mere end ti lægemidler er godkendt til nyrekræft med spredning, hvilket har ført til længere overlevelse og bedre livskvalitet. Flere nye behandlinger bliver afprøvet, hvoraf flere formentlig vil blive godkendt inden for den nærmeste fremtid til behandling af nyrekræft med spredning.

*Overlæge ph.d. Anne Kirstine Hundahl Møller,
Onkologisk Afdeling, Herlev Hospital*

En ny hverdag

En kræftsygdom påvirker livet og hverdagen for både én selv og familien. Men mange fortæller, at de – når det første chok har lagt sig – får en ny hverdag og oplever at blive bedre til at leve i nuet. På Kræftens Bekæmpelses hjemmeside kan du få gode råd om bl.a. kost, mentale redskaber, arbejde og familieliv.

Senfølger efter en nyreoperation

Når den ene nyre er fjernet, vil den anden nyre overtage hele funktionen. Du behøver derfor ikke tage specielle hensyn, selvom du kun har én nyre. Når du først er kommet dig efter operationen, kan du genoptage dit arbejde og dyrke sport.

Efter en såkaldt åben operation kan bugvæggen blive slap under operationssåret. Dette skyldes, at nerverne til musklerne er skadede og ikke aktiverer musklerne. Derfor bliver musklerne slappe og kan ikke holde bugvæggen inde på plads. Det fejltolkes ofte som brok, men det er alene en kosmetisk gene, der ikke kræver eller kan rettes ved operation.

MOTION MINDSKER TRÆTHEDEN OG ØGER LIVSKVALITETEN

Motionerede du ikke, før du blev syg, kan du roligt gå i gang med det. Motion styrker kroppen og vil også give dig mere energi. Det behøver ikke være hård motion eller i lang tid. En gåtur er også fin. Mange oplever at føle sig bedre tilpas efter at have rørt sig.



Efter en kikkertoperation kan du få brok (udposning af indhold i bughulen) i operationssarrene, hvilket ofte kræver behandling med operation. Får du problemer med brok, skal du fortælle det til din praktiserende læge eller til personalet på den afdeling, hvor du går til opfølgning.

At leve med nyrekraft, der har spredt sig

Hvis sygdommen har spredt sig uden for nyren, vil du ofte få en livsforlængende medicinsk behandling. Du kan opleve forskellige bivirkninger til behandlingen, som kan påvirke din hverdag. Fortæl lægen eller sygeplejersken om dine gener, så du kan få hjælp.

Det er vigtigt at give sig tid til at acceptere, at man skal leve med sygdommen. Det er naturligt, at man nogle dage kan føle sig fortvivlet og opgivende og andre dage mere håbefuldt, optimistisk og handlende.

Med tiden oplever mange dog, at det giver anledning til at finde ud af, hvad man stadig kan gøre i livet – og at gøre det, der giver glæde og energi.

ALTERNATIV BEHANDLING

Mange kræftpatienter bruger alternativ behandling som et supplement til kræftbehandlingen. Nogle former for naturmedicin kan nedsætte eller forstærke virkningen af medicin eller påvirke din krop under behandlingen. Vær derfor forsigtig med at tage alternativ medicin, når du samtidig er i behandling for kræft – og fortæl altid din læge, hvilke former for alternativ behandling du bruger. Du kan læse om kosttilskud og alternativ behandling på www.cancer.dk/alternativ

RETTIGHEDER

Det kan være rart at kende sine rettigheder som patient eller pårørende. Du kan læse om bl.a. rettigheder i forhold til din behandling, økonomisk hjælp, hjælp i hjemmet, arbejde og pension på www.cancer.dk/rettigheder

Forsikring ved kritisk sygdom

Når man rammes af kræftsygdom, er det en god idé at undersøge sine forsikringsforhold for, om man er omfattet af dækning ved kritisk sygdom. Mange er bedre dækket, end de tror, gennem deres arbejdsplads, forsikringer, faglige organisation eller bank. Det udbetalte beløb kan i en svær tid give økonomisk frihed og anvendes helt efter den enkeltes eget ønske og behov.

Statistik over nyrekræft

På cancer.dk kan du finde statistik over, hvor mange der får nyrekræft, og hvor mange der overlever. Nogle finder statistik beroligende, fordi det er noget konkret at forholde sig til. Andre synes, statistik er skræmmende og upersonlig.

Det er vigtigt at huske, at statistik er baseret på gennemsnit beregnet ud fra store patientgrupper og ikke siger alt om dig. Den enkeltes risiko for at få kræft kan afvige meget fra gennemsnittet, lige som det er forskelligt, hvor længe hver enkelt overlever sin kræftsygdom.

Brug din praktiserende læge

Din egen læge kender dit helbred, din livssituation og familie og kan hjælpe dig, hvis du har behov for at blive henvist til relevante tilbud i kommunen. Din kommune har en række tilbud, som kan støtte dig og dine pårørende under og efter din sygdom. Du kan f.eks. få tilbud om kostvejledning, genoptræning, psykolog og rygeafvænning. Hvis du får brug for hjælp til personlig pleje eller til praktiske opgaver i hjemmet, kan din egen læge også arrangere, at kommunen besøger dig og vurderer dit behov for hjemmehjælp eller hjemmesygeplejerske.



***Livet er blevet mere alvorligt,
efter min mand fik nyrekræft.
Men til gengæld oplever vi stor
glæde for ting, som vi tidligere
tog for givet.***

Pårørende til nyrekræftpatient

Hjælp og rådgivning

Her kan du få støtte og rådgivning:



Patientforeningen for patienter med nyrekræft

Danyca, Dansk Nyrecancer Forening, er en forening for patienter med nyrekræft og deres pårørende. Foreningen arbejder for, at patienter og deres pårørende kan mødes, udveksle erfaringer samt få sidste ny viden om behandling og forskning. Find kontaktoplysninger og få et overblik over foreningens aktiviteter på www.danyca.dk

Kræftens Bekæmpelse rådgivningstilbud

Kræftens Bekæmpelse har en række gratis tilbud til alle, der er berørt af kræft.

På Kræftlinjen sidder professionelle rådgivere klar til at støtte dig i at få overblik over din situation og i at finde dine handlemuligheder. De kan også hjælpe dig med at få sat ord på dine bekymringer. Både du og dine pårørende kan ringe. Ring til Kræftlinjen på 80 30 10 30

Du kan også besøge en af Kræftens Bekæmpelses rådgivninger. Her kan du tale med en rådgiver eller deltage i en samtalegruppe. Rådgivningerne afholder også foredrag og kreative eller fysiske aktiviteter. Find rådgivningerne her:

www.cancer.dk/raadgivning

Hvis du ikke har nære pårørende, som kan støtte dig, og du har svært ved at overskue de mange aftaler, undersøgelser og behandlinger i dit forløb, kan du få tilknyttet en frivillig navigator fra Kræftens Bekæmpelse. Navigatoren kan støtte dig i kontakten til sygehuset og hjælpe dig igennem sygdomsforløbet. Kontakt den nærmeste kræftrådgivning, hvis du er interesseret i at høre mere om tilbuddet eller læs på www.cancer.dk/navigator

Mød andre i samme situation som dig

Cancerforum er et online forum for kræftpatienter og deres pårørende. Her kan du bl.a. læse indlæg og dele dine tanker og erfaringer med andre, der også har nyrekræft. Opret en profil og meld dig ind i gruppen Nyrekræft på www.cancerforum.dk

Pårørende til en patient med nyrekræft

Alvorlig sygdom påvirker også dine pårørende. På Kræftens Bekæmpelses hjemmeside kan dine pårørende få råd til, hvordan man klarer hverdagen som pårørende til en kræftpatient og samtidig passer på sig selv. Her kan I også læse om, hvad man skal være opmærksom på i et parforhold med alvorlig sygdom, eller hvis der er børn i familien: www.cancer.dk/paeroerende

App til at koordinere praktiske opgaver

'Sammenholdet' er en gratis app, der hjælper kræftpatienter og deres pårørende med at organisere et netværk, som kan støtte under sygdomsforløbet med f.eks. transport, madlavning og børnepasning. Find appen i App Store eller Google Play.



Brug kameraet på din smartphone til at scanne qr-koden, så du kan læse mere om nyrekræft på www.cancer.dk



Udgiver: Kræftens Bekæmpelse, 2021, 1. udgave.

Redaktion: Ida Nymand Ammundsen og lægefaglig redaktør Elisabeth Kjems i samarbejde med professor, dr.med., Lars Lund og overlæge, ph.d. Anne Kirstine Hundahl Møller

Design og layout: Nanna Berentzen Østergaard

Illustration side 5: Lotte Clevin

Tryk: Step Print Power, Papir: 150 gr. Edixion Offset





Kræftens Bekæmpelse
Strandboulevarden 49
2100 København Ø
Telefon 35 25 75 00

Du er velkommen til at bruge os
Kræftlinjen 80 30 10 30
www.cancer.dk

1. udgave
Januar 2021
Varenr: 0032