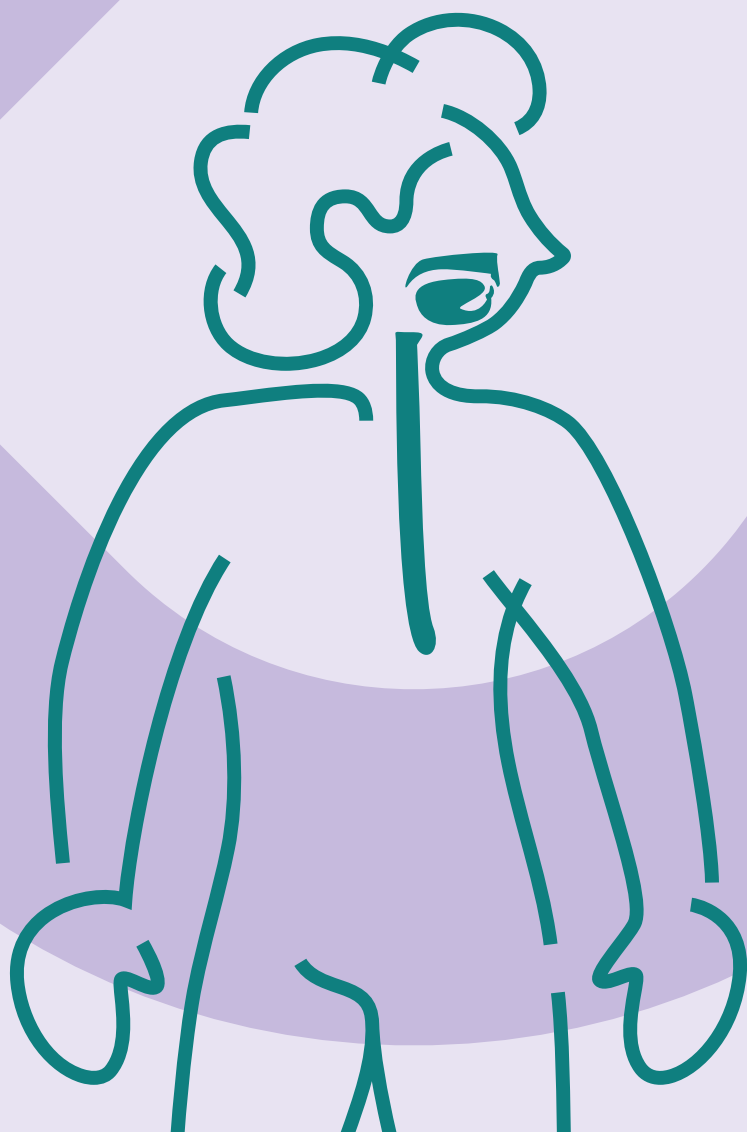


Spiserørskræft





For de fleste er det chokerende at få at vide, at 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 kræftrådgivninger eller hos Kræftlinjen. Det hele er gratis for dig at bruge.

Ring til Kræftlinjen på **80 30 10 30**
Find din lokale kræftrådgivning på
www.cancer.dk/kraeftraadgivninger

Kræftens Bekæmpelse

Denne pjece er til dig, der lige har fået diagnosen kræft i spiserøret

Her i pjecen får du et overblik over spiserørskræft.

Du kan læse mere om din sygdom på www.cancer.dk/spiseroerskraeft

Ikke to sygdomsforløb er ens. Derfor er det de læger og sygeplejersker, der behandler dig, som bedst kan svare på spørgsmål om dig og din sygdom og fortælle om, hvilke behandlingsmuligheder der passer bedst i 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 HÅNDTERE 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 min økonomi, og hvad med det praktiske derhjemme?

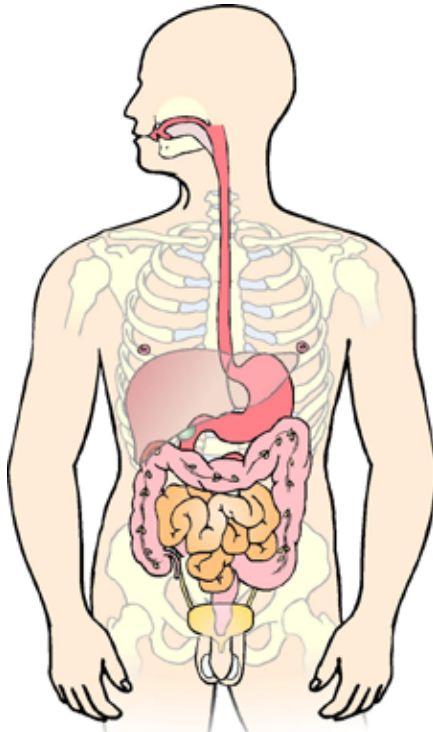
På Kræftens Bekæmpelses hjemmeside kan du læse en række råd, som kan hjælpe dig og dine pårørende til at håndtere den nye hverdag: www.cancer.dk/ligefaaetkraeft



Spiserøret fører maden ned i mavesækken

Spiserøret er et elastisk muskuløst rør, der løber fra svælget gennem brystkassen ned til mavesækken. Spiserørets muskler bevæger maden fra svælget ned i mavesækken, når du synker. Spiserøret er på indersiden dækket af en slimhinde.

Der findes to undertyper af spiserørskræft. Typen pladeepitelkarcinom udvikler sig i cellerne i spiserørets slimhinde og findes typisk i den øvre del af spiserøret. Den anden type kaldet adenokarcinom opstår i kirtelcellerne i slimhinden og findes oftest i den nedre del af spiserøret ved overgangen til mavesækken. Selvom kræftknuden går ned i den øverste del af mavesækken, opfatter lægerne det som spiserørskræft.



Illustrationen viser spiserøret, som er forbundet med mavesækken.

Forskellige stadier af sygdommen

Lægerne inddeler kræft i spiserøret i fire stadier efter, hvor meget sygdommen har spredt sig. Hvordan dit sygdomsforløb vil udvikle sig afhænger af sygdommens stadiet, men også af dit almene helbred.

Stadieinddelingen bruges til at vurdere, hvilken behandling der vil have den bedste effekt.

Efter operationen bliver det fjernede væv undersøgt for kræftceller i mikroskop. Lægerne kan først sige, hvor udbredt kræften er, når de har svar på vævsprøverne. Ud fra det samlede billede tager lægerne derefter stilling til, om der er behov for mere behandling.

Behandling af kræft i spiserøret

Behandlingen af spiserørskræft er operation, hvis det er muligt at fjerne kræften ved operation. I nogle tilfælde vil du ud over operationen også få anbefalet kemoterapi og/eller strålebehandling.

Hvis sygdommen ikke er for fremskreden, men operation ikke er mulig, kan behandling med en kombination af kemoterapi og strålebehandling være en mulighed. Denne behandling kan være helbredende.

GODT AT VIDE FØR OPERATION

Du kan mindske risikoen for komplikationer ved at holde op med at ryge og drikke alkohol inden operationen. Det er vigtigt, at du informerer personalet om, hvad du tager af medicin – det gælder også alternativ behandling og kosttilskud.

Vigtigt med nærende kost før operation

De fleste med spiserørskræft har tabt sig, fordi de har svært ved at spise. Det er derfor vigtigt, at du spiser en kalorie- og proteinrig kost for at have så meget modstandskraft som muligt. Det gør risikoen for komplikationer efter operationen mindre.

For lettere at få erstattet de tabte proteiner kan du få proteindrikke, som består af koncentreret specialkost. På nogle hospitaler får du en speciel kalorieholdig ernæringsdrik op til operationen. En diætist på hospitalet kan hjælpe dig med råd og vejledning.

Operation af spiserørskræft nede ved mavesækken

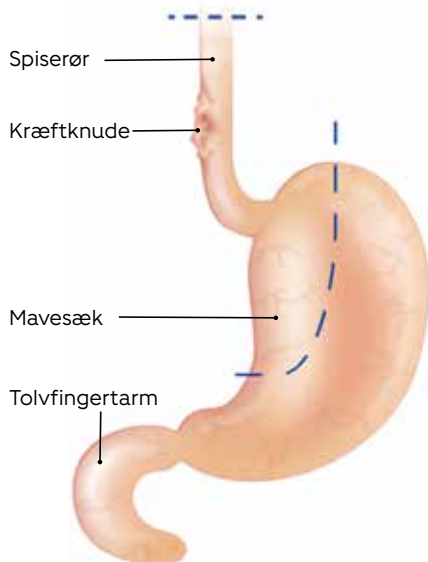
Når lægerne skal vurdere, om det er muligt at operere, er det vigtigt, om sygdommen har spredt sig. Knudens størrelse er også vigtig, hvor i spiserøret den sidder, din alder og dit helbred, og om du har andre sygdomme.

Du bliver som regel opereret, hvis kræften er i stadie 1-3, og du kan tåle operationen. Kun få patienter i stadie 4 kan tilbydes operation.

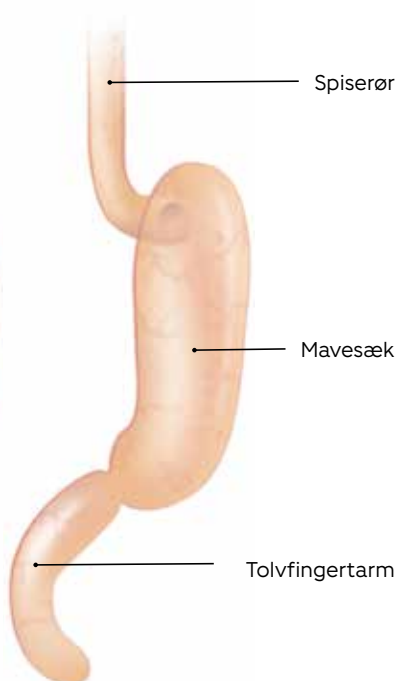
Du er fuld bedøvet under operationen, som kan være med kikkertteknik eller som åben operation. Selvfølgelig er det samme, uanset om det foregår som åben operation eller ved kikkertoperation. Ved operationen får du fjernet den syge nederste del af spiserøret, en lille del af det normale spiserør (for at sikre at alt sygt væv bliver fjernet), den øverste del af mavesækken samt lymfeknuderne omkring spiserøret.

Derefter bliver den øvre, sunde del af spiserøret, der er tilbage, syet sammen med den del af mavesækken, som er tilbage. I nogle tilfælde kan det være nødvendigt for lægen at bruge et stykke tynd- eller tyktarm til at forene de to ender.

Før operation



Efter operation



Ved operationen bliver den nederste del af spiserøret og en del af mavesækken fjernet (området mellem de stiplede linjer). Herefter bliver den resterende del af spiserør og mavesæk syet sammen.

Det bortopererede stykke spiserør og lymfeknuderne bliver derefter undersøgt for kræftceller i mikroskop. På den måde kan lægen se, om kræften har spredt sig til de fjernede lymfeknuder, og om al kræft er fjernet. Der går som regel mindst en uge, før du får svar.

De første 2 til 7 dage efter operationen har mavesækken svært ved at optage føde. Derfor får du i den første tid efter operationen sondeernæring eller ernæring ind i en blodåre.

Operation af spiserørskræft højt i spiserøret

Hos ganske få sidder kræften højt i spiserøret opadtil i halsen. Hvis det er tilfældet, kan det være nødvendigt også at få fjernet struben ved operationen. Hvis du får fjernet struben, vil du opleve taleproblemer og slim i luftvejene. Det er de samme bivirkninger som hos strubekræftpatienter, der har fået fjernet struben. Læs mere om behandling og bivirkninger ved strubekræft:

www.cancer.dk/strubekraeft

Knuder, der sidder i den øverste del af spiserøret, er ofte vanskelige eller umulige at få fjernet ved en operation. Hvis det ikke er muligt, at du kan blive opereret, kan du, hvis sygdommen ikke er for fremskreden, få kombineret kemoterapi og strålebehandling. Denne behandling kan være helbredende.

Kemoterapi og strålebehandling ved operation

Om du skal have kemoterapi og strålebehandling før og efter operationen afhænger af kræftknudens type, hvor stor den er, og hvilken behandling du kan tåle.



Specialisering af de kirurger, der opererer for spiserørskræft, har haft betydning for den forbedrede behandling af spiserørskræft. Mindre belastende operationsteknikker og optimering af patientens almen tilstand i forbindelse med operation kan formodentlig øge overlevelsen yderligere.

*Overlæge, ph.d. Alan Ainsworth,
Kirurgisk Afdeling, Odense Universitetshospital*



Gennem de seneste år er der sket en positiv udvikling i behandlingen af spiserørskræft. Dette skyldes især, at lægerne kombinerer operationen med kemoterapi og strålebehandling. Herved forbedres muligheden for helt at fjerne sygdommen, men også for at give patienter med fremskredne stadier en regulær livsforlængende behandling. Mere målrettet behandling med antistoffer har også været med til at forbedre udsigterne for patienter med kræft i spiserøret.

*Overlæge, ph.d. Lene Bæksgaard,
Onkologisk Klinik, Rigshospitalet*

Hvis du har kræft af typen adenocarcinom i den nedre del af spiserøret ved overgangen til mavesækken, får du i nogle tilfælde kemoterapi både før og efter operationen. Den samlede behandlingstid med kemoterapi før operationen er 8 uger. Herefter følger en pause på 2-3 uger inden operationen. Cirka 6 uger efter operationen genoptages kemoterapien i yderligere 8 uger.

En anden mulighed er, at du får både kemoterapi og strålebehandling før operationen. Uden at være indlagt får du én strålebehandling på hverdage, og nogle dage får du også kemoterapi. Du bliver først opereret 5-7 uger efter den sidste strålebehandling. Når man har fået strålebehandling, får man ofte synkebesvær og smerter. Hvis du får svært ved at spise, vil du ofte inden operationen få mad gennem en ernæringssonde. Sonden går gennem næsen og ned i tyndtarmen. Hvis du får kvalme, kan du få kvalmestillende medicin.

Strålebehandling og kemoterapi hvis operation ikke er mulig

Hvis det ikke er muligt at operere dig, men kræften er begrænset til spiserøret og de nærmeste lymfeknuder, kan du i nogle tilfælde få behandling med en kombination af kemoterapi og strålebehandling. Du får både kemoterapien og strålebehandlingen ambulant, dvs. uden at være indlagt. Denne behandling kan for nogle få være helbredende.

Bivirkningerne er de samme som ved strålebehandling og kemoterapi enkeltvis, men kemoterapien vil forstærke bivirkningerne ved strålebehandlingen. Kemoterapiens bivirkninger afhænger af, hvilke stoffer du bliver behandlet med. Ved strålebehandling sker det ofte, at man får synkebesvær, der kræver, at man i en periode får anlagt en ernæringssonde som en del af behandlingen.

Ved spredning kan kemoterapi lindre symptomer

Hvis kræften har spredt sig til andre organer, er det ofte ikke muligt at blive opereret. I stedet kan du få kemoterapi og i nogle tilfælde antistofbehandling, der kan holde sygdommen i ro i en periode. Kemoterapi kan i mange tilfælde forlænge livet og lindre symptomer. Din alder, dit helbred og eventuelle andre sygdomme kan være afgørende for, om du kan tåle kemoterapi.

Hvis kræftknuden er såkaldt HER2-positiv, kan du få antistofbehandling som supplement til kemoterapi. Du bliver testet for, om kræften er HER2-positiv ved at få undersøgt en vævsprøve fra den fjernede kræftknude.

OVERVEJER DU AT DELTAGE I FORSØGSBEHANDLING?

Forsøgsbehandling er en vigtig del af arbejdet med at finde nye og bedre behandlinger. Hvis du deltager i forsøgsbehandling, får du en ny type medicin eller ny behandling. På den måde kan lægerne finde ud af, om nye behandlinger virker bedre eller har færre bivirkninger end de nuværende behandlinger. Det giver ny viden og er med til at udvikle bedre kræftbehandlinger i fremtiden. Læs mere og se, om der er en forsøgsbehandling for dig på Kræftens Bekæmpelses hjemmeside www.cancerforsog.dk

Alternativ behandling

Mange kræftpatienter bruger alternativ behandling som et supplement til kræftbehandlingen. Nogle former for alternativ behandling 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

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.

De forskellige typer behandling af spiserørskræft kan medføre nogle senfølger.

Mange oplever, at det er svært at holde vægten efter operationen

I de første måneder efter operationen er det almindeligt, at du har nedsat appetit, og at det er svært at tage på i vægt. Mange har problemer med at synke maden og oplever, de skal lære at spise igen.

Når du er opereret for spiserørskræft, er det en god idé at spise små måltider 5-6 gange om dagen. Du må gerne spise den samme slags mad som før operationen.

Nogle får besvær med mavesyre og eventuelt galde, der løber tilbage i spiserøret. Det er derfor en god idé at spise syrehæmmende medicin fast og at sove med hovedet højt.

Det er vigtigt, at du begynder at tage på i vægt, men det er normalt, at det tager tid. Det er dog sjældent, at du kommer helt op på den vægt, du havde, før du blev syg. Har du problemer med at tage på i vægt, er det en god idé at tale med din læge om det og eventuelt blive henvist til en diætist. Diætisten kan give dig råd og vejledning om kosten. Sund mad kan også være med til at give dig ny energi og styrke kroppen. Da man som regel ikke kan spise så meget efter operationen, er det en god idé at tage en vitaminpille med mineraler dagligt.

Forsnævring kan opstå efter operation eller strålebehandling af spiserøret

I enkelte tilfælde kan du udvikle synkebesvær efter operationen. Det skyldes, at sammensyningen trækker sig sammen. Strålebehandling kan også give en forsnævring af spiserøret pga. dannelse af arvæv. En forsnævring kan behandles ved en kikkertundersøgelse, hvor du får udvidet spiserøret med en ballon.

Føleforstyrrelser efter kemoterapi

Nogle får føleforstyrrelser efter kemoterapi. Generne vil som regel aftage i løbet af de første par år, men hos nogle bliver de varige. Smertestillende medicin kan nogle gange hjælpe. Fortæl din læge om dine føleforstyrrelser, så du evt. kan få behandling. Nogle synes, det hjælper at have handsker på ved opvask og havearbejde og at få fodmassage og fodbad.

Træthed

Både symptomer fra sygdommen og behandlingen kan betyde, at du har mindre energi og overskud. Derfor kan det være en god idé, at du prioriterer, hvad der er vigtigt for dig. Bliv opmærksom på, hvornår på dagen du har mest energi, og lav de vigtigste ting for dig på det tidspunkt.



Det var en stor operation, som krævede noget at komme sig over. Til gengæld må jeg sige, at jeg nu har det fint. Jeg holder af at være udendørs og har genoptaget mit golfspil. Men kan ikke længere overkomme så meget, så jeg undgår at planlægge for meget og husker at få hvilet mig. Hvad maden angår, har jeg fået appetit og spiser små hyppige måltider. Kan anbefale at spørge en diætist til råds.

Patient med kræft i spiserøret



Det var fantastisk at blive erklæret rask efter at have gennemgået operation og strålebehandling. Indtil videre får jeg stadig sondemad, men er startet på at spise forskellig almindelig mad. Det går fint, bare jeg tygger det grundigt. Jeg får fjernet sonden, når jeg i nogle måneder har spist normal mad i tilstrækkelig mængde. Jeg glæder mig over hver dag, og har haft meget gavn af at gå til genoptræning.

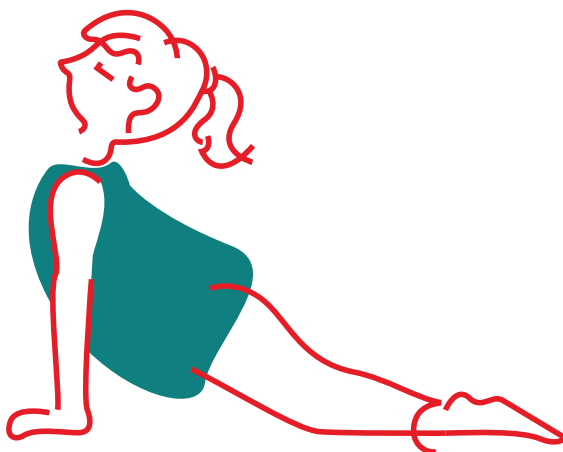
Patient med kræft i spiserøret

Motion mindsker trætheden og øger livskvaliteten

Motion styrker kroppen og vil også give dig mere energi. Mange oplever at føle sig bedre tilpas efter at have rørt sig. Det behøver ikke være hård motion eller i lang tid. En gåtur er også fin. Hvis du ikke har overskud til træning, har det stor betydning at tænke bevægelse ind i din dagligdag.

Efter operation, kemoterapi eller strålebehandling har nogle brug for genoptræning, fordi de har fysiske gener. Det er vigtigt, at du får en genoptræningsplan, inden du bliver udskrevet fra hospitalet. Det giver dig ret til genoptræning.

Krop & Kræft er et træningstilbud til kræftpatienter, der er i behandling med kemoterapi, som findes på en lang række hospitaler. Hør lægerne på dit hospital om muligheden for at deltage i Krop & Kræft-træningsprogrammet.



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

Det er en god ide at undersøge dine forsikringsforhold for, om du 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.



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 skulle få 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.

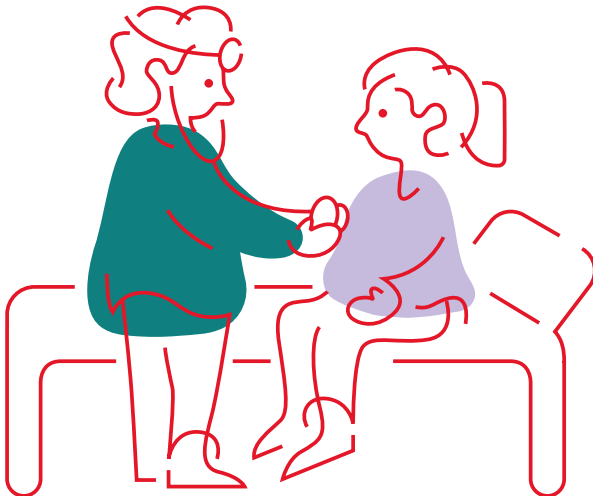
Opfølgning

Når du har afsluttet din behandling, bliver du tilbudt at gå til opfølgning. I starten bliver du fulgt med få måneders mellemrum, og senere går der længere tid imellem. Opfølgning foregår ikke nødvendigvis ens på de forskellige hospitaler i Danmark. I de fleste tilfælde vil du blive fulgt ved, at en sygeplejerske ringer dig op og hører, hvordan du har det.

Du taler med sygeplejersken om eventuelle nye symptomer. Ved mistanke, om at sygdommen er vendt tilbage, kan du få en kikkertundersøgelse af mavesækken eller en CT-scanning. Hvis sygdommen vender tilbage, kan der være forskellige muligheder for behandling.

Sygeplejersken vil fortælle dig, hvordan du holder øje med tegn på, at sygdommen er vendt tilbage. Symptomerne på tilbagefald kan være:

- Smerter i brystet
- Synkebesvær
- Vægttab uden grund



Kontakt den afdeling, hvor du går til opfølgning, og få fremrykket dit næste besøg, hvis du får nye symptomer eller bliver bekymret mellem opfølgningerne.

Formålet med opfølgning er også, at du kan få behandlet eventuelle bivirkninger og gener. Du har mulighed for at fortælle om dine behov, bekymringer og om din hverdag. Du kan høre, hvordan du bedst får behandlet eventuelle senfølger, og om du har behov for rehabilitering.

Du kan også få gode råd om kost, og hvis du har problemer efter at have fået fjernet struben, kan lægen ofte give råd eller henvise dig til andre fagpersoner, som kan hjælpe.

Det er en god idé, at du skriver dine spørgsmål ned hjemmefra. Tag gerne en pårørende eller en ven med til besøgene. Det er en god støtte for mange.

Statistik over kræft i spiserøret

På cancer.dk kan du finde statistik over, hvor mange der får spiserørskræft, 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 nødvendigvis siger noget om din situation.

Hjælp og rådgivning

Her kan du få støtte og rådgivning:

Kræftens Bekæmpelses 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 kræftrådgivninger. Her kan du tale med en rådgiver eller deltage i en samtalegruppe. Kræftrådgivningerne holder også foredrag og kreative eller fysiske aktiviteter. Find kræftrådgivningerne her:

www.cancer.dk/raadgivning

Få støtte af en navigator

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

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 kræft i spiserøret. Opret en profil og meld dig ind i gruppen 'Mave- og spiserørskræft' på **www.cancerforum.dk**

Pårørende til en patient med kræft i spiserøret

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

App til at planlægge praktisk hjælp

'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 kræft i spiserøret på www.cancer.dk/spiseroerskraeft



Udgiver: Kræftens Bekæmpelse, 2022, 1. udgave. **Oplag:** 2.000 ex.

Redaktion: Ida Nymand Ammundsen, Marianne Aglund og lægefaglig redaktør Elisabeth Kjems i samarbejde med overlæge, ph.d Alan Patrick Ainsworth og overlæge, ph.d. Lene Bæksgaard Jensen

Principdesign: Nanna Berentzen Østergaard

Design og layout: Sofie Maag Hansen og Nanna Berentzen Østergaard

Illustrationer: Lotte Clevin (side 4), Sofie Maag Hansen (side 1, 17 og 23), Birger Hansen (side 7) og AM Copenhagen (side 19 og 20)

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
August 2022
Varenr: 0045