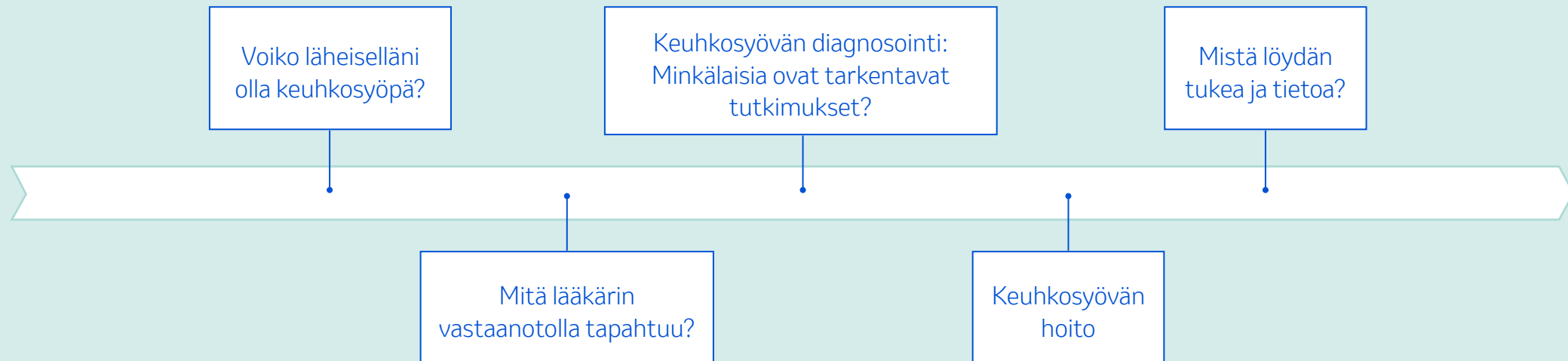


Keuhkosityöpöpotilaan läheisen tietopaketti



Sisällys

Keuhkosityöpöpotilaan läheisen tietopaketti	1	Keuhkosityövän hoito	7
Sinulle, keuhkosityöpöpotilaan läheinen	3	Mistä löydän tukea ja tietoa?	8
Voiko läheiselläni olla keuhkosityöpä?	4	Mistä löydän läheisenä apua ja vertaistukea?.....	8
Minkälainen tauti on keuhkosityöpä?.....	4	Ensietetopäivä.....	8
Mitä lääkärin vastaanotolla tapahtuu?	5	Vertaistuki.....	8
Mitä tarkoittaa 7 vuorokauden hoitotakuu?	5	Vertaistukea syöpään sairastuneen läheiselle	9
Keuhkosityövän diagnosointi:		Tarvitsen nopeasti keskustelutukea, mistä löydän sitä?.....	9
Minkälaisia ovat tarkentavat tutkimukset?	6	Mistä voin lukea lisää keuhkosityövästä ja sen hoidosta?	10
		Alueelliset syöpäyhdistykset.....	10

Sinulle, keuhkosyöpöpotilaan läheinen

Keuhkosyöpään sairastuneen läheisenä olet tärkeässä roolissa sairastuneen rinnalla. Tämän tietopaketin avulla haluamme tarjota tietoa siitä, mitä sinun tulee sairaudesta tietää ja minkälaisiin tilanteisiin on hyvä varautua etukäteen. Toivomme, että löydät tietopaketin ja sen linkkien kautta myös vertaistukea itsellesi ja eväitä omaan jaksamiseesi.

Läheisen vakava sairastuminen herättää usein voimakkaita tuntemuksia: epäuskoa, voimattomuutta ja lamaantumista. Läheisellä on tärkeä rooli sairastuneen rinnalla ja tukena. Olet kenties myös se henkilö, joka konkreettisesti auttaa hoitoon pääsyssä ja

kulkee mukana tutkimuksissa. Olemme koonneet tämän tietopaketin, jotta läheisenä saat tietoa ja tukea uudenaikaisessa elämäntilanteessa. Ajankohtainen ja luotettava tieto myös vähentää mahdollista pelkoa: sinua ja läheistäsi tuetaan, ja apua on tarjolla.

Tämä tietopaketti kulkee kätevästi mukana esimerkiksi kännykässä, tabletissa tai paperille tulostettuna. Tietopaketin viimeisestä osiosta löydät hyödyllisiä linkkejä auttaviin tahoihin ja vertaistukeen. Näitä lähteitä kannattaa hyödyntää niin usein kuin niille on tarvetta. *Suomen Syöpöpotilaat ry* sekä keuhkosyöpöpotilaan läheinen *Jaana Lehtinen* ovat tarkistaneet tietopaketin sisällön.



Lämpimästi
tervetuloa tämän
tietopaketin
pariin.

Voiko läheiselläni olla keuhkosityöpä?

Keuhkosityöpä on etenkin taudin alkuvaiheessa useimmiten oireeton. Kasvain saattaa kehittyä keuhkojen ääreisosa kookkaaksikin ennen kuin siihen liittyy minkäänlaisia oireita tai vaivoja. Neljännes keuhkosityövistä todetaankin täysin oireetomilla potilailla.

Jos oireita ilmaantuu, ne saattavat vaihdella yksilökohtaisesti. **Tyypillisimpiä keuhkosityövän oireita ovat yskä, veriyskä, hengenahdistus, rintakehän kivut ja toistuvat keuhkokuumeet ja -tulehdukset. Joskus potilaalla voi olla myös rintakehän tai hartian kipua, äänen käheyttä tai nielemisvaikeuksia.** Mikäli keuhkosityöpä on jo ehtinyt levitä, ihmiselle ilmaantuu tavallisesti yleisoireita, kuten ruokahaluttomuutta, heikkoutta, väsymystä, kuumeilua ja laihtumista.

Keuhkosityövän varhainen toteaminen on tärkeää: mitä aikaisemmin keuhkosityöpä

Lähteet:

www.kaypahoito.fi/keuhkosityopa, www.terveyskirjasto.fi, www.kaikkisyovasta.fi,
www.terveyskyla.fi/syopatalo, *Opas syöpäpotilaan omaiselle*, <https://syoparekisteri.fi>

todetaan, sitä tehokkaammin sitä voidaan hoitaa. Valitettavan usein keuhkosityöpä löydetään kuitenkin vasta, kun alkuperäinen kasvain on jo ehtinyt lähettää etäpesäkkeitä muualle elimistöön. **Voit lukea lisää keuhkosityövän oireista täältä (Käypähoito-suositus).** Myös levinnyttä keuhkosityöpää voidaan hoitaa.

Läheisenä sinun on tärkeää tietää, että esimerkiksi veriyskä ja toistuva tai parantumaton keuhkokuume ovat aina painava syy kannustaa läheistäsi hakeutumaan kiireellisesti lääkärin vastaanotolle.

Minkälainen tauti on keuhkosityöpä?

Keuhkosityöpä on maailman yleisin syöpätyyppi. Vuonna 2020 siihen sairastui Suomessa 2 801 ihmistä, joista naisia oli 1 135 ja miehiä 1 666. Keuhkosityöpä on kolmen yleisimmän syövän joukossa sekä naisilla

että miehillä. Keuhkosityöpä syntyy, kun keuhkoputken tai varsinaisen keuhkokuoksen solut muuttuvat pahanlaatuisiksi. Keuhkosityövät ovat toisin sanoen ryhmä erilaisia keuhkoperäisiä syöpäsairauksia, joiden ennuste ja hoito vaihtelevat. Keuhkosityöpään sairastuneiden keski-ikä on noin 68 vuotta, mutta suurin osa sairastuneista on 75–80-vuotiaita. Myös nuoremmat ihmiset voivat sairastua keuhkosityöpään.

5 tärkeintä asiaa:

1. Mikäli läheiselläsi ilmenee keuhkosityövän oireita, kannusta häntä viipymättä lääkärin vastaanotolle. Mitä aikaisemmin keuhkosityöpä todetaan, sitä tehokkaammin sitä voidaan hoitaa.
2. Yleisesti tyypillisiä oireita ovat yskä, veriyskä, hengenahdistus, rintakehän kivut ja toistuvat keuhkokuumeet ja -tulehdukset. Esimerkiksi veriyskä ja toistuva keuhkokuume ovat aina painava syy kannustaa läheistäsi hakeutumaan lääkärin vastaanotolle. Valitettavan usein ensioireita ei osata yhdistää keuhkosityöpään, eikä niiden perusteella hakeuduta tutkimuksiin.
3. Keuhkosityöpä on etenkin taudin alkuvaiheessa oireeton. Neljännes keuhkosityövistä todetaan oireettomilla potilailla.
4. Keuhkosityövän yleisin aiheuttaja on tupakointi, noin 85–90 prosenttia keuhkosityövistä johtuu tupakanpoltosta. Myös täysin tupakoimaton tai vähän tupakoiva henkilö voi sairastua keuhkosityöpään.
5. Myös työ- ja elinympäristössä on tekijöitä, jotka suurentavat keuhkosityövän riskiä. Näitä ovat esimerkiksi arseeni-, nikkeli- ja kromiyhdisteet, radon sekä asbesti.

Mitä lääkärin vastaanotolla tapahtuu?

Voit lukea lisää
hoitotakuusta
täältä.

5 tärkeintä asiaa

1. Jos läheiselläsi on keuhkosityöpään viittaavia oireita, kannusta häntä olemaan matalalla kynnyksellä yhteydessä terveyskeskukseen, työterveyshuoltoon tai lääkärikeskukseen.
2. Joskus lääkärin vastaanotolle hakeutuminen jännittää. Läheisen mukaantulo voi helpottaa lääkärin vastaanotolle lähtöä. Voit kysyä, haluaisiko läheisesi sinut mukaan lääkärikäynnille. Voit olla mukana vastaanotolla tai saattajana, jos läheisesi niin toivoo.
3. Keuhkosityöpää ei aina oireista huolimatta osata epäillä. Lääkärin vastaanotolla on tärkeää tuoda selkeästi esille kaikki oireet ja niiden kesto. Oireet voi esimerkiksi kirjoittaa etukäteen muistilapulle, jotta tärkeät tiedot eivät unohdu. Vastaanotolla voi myös kysyä esimerkiksi keuhkojen kuvantamisesta.
4. Mikäli tutkimusten perusteella epäillään keuhkosityöpää, läheisesi saa kiireellisen lähetteen tutkimuksiin keuhkosairauksien poliklinikalle keskussairaalaan. Keuhkosityövän tarkempi taudinmääritys tapahtuu yliopistollisten sairaaloiden ja keskussairaaloiden lisätutkimuksissa.
5. Hallitus on toukokuussa 2022 antanut eduskunnalle esityksen seitsemän päivän hoitotakuusta. Perusterveydenhuollon avosairaanhoidossa kiireettömään tutkimukseen tai hoitoon pääsyn määräaika laskettuna hoidon tarpeen arviosta lyhenisi kolmesta kuukaudesta seitsemään päivään.

Mitä tarkoittaa 7 vuorokauden hoitotakuu?

Seitsemän päivän hoitotakuu koskee kiireetöntä hoitoa, ja sen edistämistä ajetaan parhaillaan eduskunnassa. Potilas pääsisi terveydenhuollon ammattilaisen vastaanotolle seitsemän päivän sisällä hoidontarpeen arvioinnista. Akuuteissa tilanteissa hakeuduttaisiin päivystykseen.

Perusterveydenhuollon avosairaanhoidossa kiireettömään tutkimukseen tai hoitoon pääsyn määräaika laskettuna hoidon tarpeen arviosta lyhenisi kolmesta kuukaudesta seitsemään päivään. Hoitoon pääsyä koskevat määräajat tiukentuisivat vaiheittain. Siirtymäkauteksi 1.9.2023–31.10.2024 perusterveydenhuollon avosairaanhoitoon tulisi päästä

14 vuorokauden kuluessa hoidon tarpeen arvioinnin tekemisestä. Seitsemän vuorokauden hoitoon pääsyn määräaika perusterveydenhuollon avosairaanhoidossa tulisi voimaan 1.11.2024.

Yleistä tietoa hoitotakuusta:

Kiireelliseen hoitoon on päästävää heti potilaan asuinpaikasta riippumatta, ja sitä varten on terveyskeskuksissa ja sairaaloissa on päivystysvastaanotot. Kiireetöntä hoitoa taas tarjotaan asukkaana kotikunnasta riippuen oman hyvinvointialueen tai Helsingin terveyskeskuksissa. Hoitoon pääsulle on taattu tietyt määräajat. Jos terveyskeskus tai sairaala ei voi tarjota hoitoa säädetyssä ajassa, niiden on hankittava se muualta.

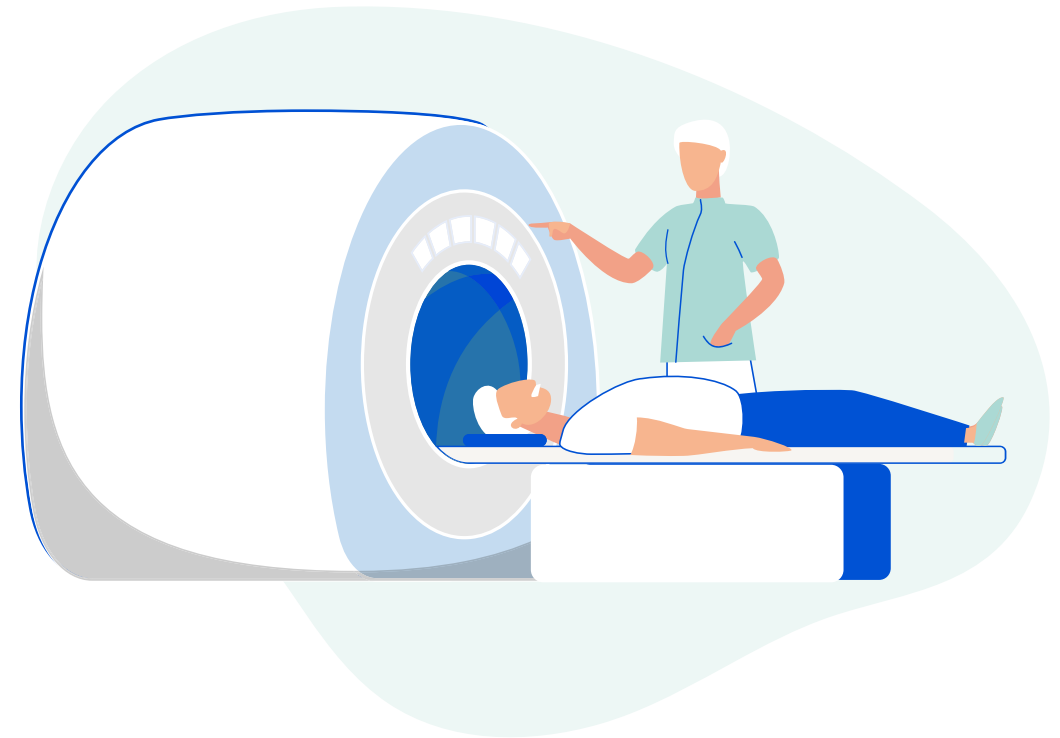
Lähteet:

https://s3-eu-west-1.amazonaws.com/syopa-alueelliset/sites/271/2019/06/28125537/e_keuhkosityopaapas_2019.pdf
<https://www.kaikkisyovasta.fi/tietoa-syovasta/syopataudit/keuhkosityopa/#keuhkosityovan-toteaminen-ja-tutkimukset>
<https://stm.fi/hoitotakuu>

Keuhkosyövän diagnosointi: Minkälaisia ovat tarkentavat tutkimukset?

5 tärkeintä asiaa

1. Keuhkosyöpäepäilyyn liittyvä lähete luokitellaan lähes poikkeuksetta kiireelliseksi. Se käsitellään yleensä 1-2 arkipäivän sisällä saapumisesta. Kun lähete on käsitelty, sairaanhoitaja varaa tarvittavat tutkimukset ja lähettää läheisesi kutsukirjeen 3-4 arkipäivän sisällä.
2. Tutkimukset aloitetaan keuhkojen ja ylävatsan tietokonekerroskuvauksella noin viikon sisällä lähetteen käsittelystä. Päätös jatkotutkimuksista voidaan tehdä vasta tietokonekerroskuvauksen löydöksen perusteella.
3. Tulosten kuuleminen tapahtuu keuhkosairauksien poliklinikalle, ja sinne varataan aika yleensä jo ennen tietokonekerroskuvausta. Läheisesi saa poliklinikalta kotiin kutsukirjeen ja ohjeet toimenpiteeseen saapumisesta.
4. Diagnoosin odottaminen saattaa olla rankkaa sekä potilaalle että läheiselle. Mahdollisimman tarkka diagnoosi on usein kuitenkin tarpeen, jotta lääkärit osaavat valita parhaan mahdollisen hoidon.
5. Jokainen potilas ja läheinen käsittelee sairastumiseen liittyviä ajatuksia ja pelkoja yksilöllisesti. On tärkeää kunnioittaa ja ymmärtää erilaisia tapoja suhtautua sairauteen.



Lähteet:

kaikkisyovasta.fi/keuhkosyopa, tays.fi/keuhkosyopapotilaan_hoitopolku, terveyskyla.fi/keuhkosyopa,
<https://www.syopapotilaat.fi/opas/keuhkosyopapotilaan-opas>, [https://www.tays.fi/fi-FI/Palvelut/Syovanhoito/
Keuhkosyopa/Keuhkosyopapotilaan_hoitopolku\(75898\)](https://www.tays.fi/fi-FI/Palvelut/Syovanhoito/Keuhkosyopa/Keuhkosyopapotilaan_hoitopolku(75898))

Keuhkosyövän hoito

5 tärkeintä asiaa:

1. Keuhkosyövän tyyppi, levinneisyys sekä sairastuneen yleiskunto vaikuttavat siihen, miten keuhkosyöpää ryhdytään hoitamaan. Jokaiselle potilaalle tehdään yksilöllinen hoitosuunnitelma.
2. Noin 80 prosentissa tapauksista keuhkosyöpä on levinnyt niin, ettei leikkaushoito ole mahdollista. Myös heikentynyt fyysinen kunto voi olla esteenä leikkaushoidolle.
3. Hoidosta päättää aina lääkäri yhdessä muiden asiantuntijoiden kanssa.
4. Itse syövän hoitamisen lisäksi hoidetaan myös erilaisia keuhkosyöpään liittyviä oireita, esimerkiksi yskää, kipua, ruokahaluttomuutta, hengenahdistusta ja väsymystä.
5. Läheisellä on tärkeä rooli tukea potilasta hoitojen aikana ja sairauden eri vaiheissa. Läheinen saa olla mukana lääkärin vastaanotolla ja hoidoissa, mikäli potilas niin haluaa.



Lähteet:

https://syopa-alueelliset.s3.eu-west-1.amazonaws.com/sites/271/2019/06/28125537/e_keuhkosyopaapas_2019.pdf

[https://www.tays.fi/fi-FI/Palvelut/Syovanhoito/Keuhkosyopa/Keuhkosyopapotilaan_hoitopolku\(75898\)](https://www.tays.fi/fi-FI/Palvelut/Syovanhoito/Keuhkosyopa/Keuhkosyopapotilaan_hoitopolku(75898))



Mistä löydän tukea ja tietoa?

Mistä löydän läheisenä apua ja vertaistukea?

Myös sinulla läheisenä on oikeus kysyä ja puhua mieltäsi askarruttavista asioista. **Valtakunnallinen potilasjärjestö Suomen Syöpäpotilaat ry tarjoaa luotettavaa tietoa ja vertaistukea potilaiden lisäksi myös läheisille.** Suomen Syöpäyhdistys ylläpitää maksutonta neuvontapuhelinpalvelua. Alueellisten syöpäyhdistysten toimistoissa ja neuvonta-asemilla on terveydenhuollon ammattilaisia, asiantuntevaa apua sekä tietoa ja halua auttaa. **Syöpäjärjestöillä on myös tukitoimintaa, ja ne järjestävät pariskunnille ja perheille sopeutumisvalmennuskursseja.**

Ensietopäivä

Ensietopäivä on useamman kerran vuodessa, ympäri Suomen järjestettävä info-tilaisuus syöpään hiljattain sairastuneelle sekä syöpähoitojen alussa oleville potilaille

ja heidän omaisilleen. **Tilaisuudessa kerrotaan ajankohtaista perustietoa syöpään sairastumisesta, taudinmäärytyksestä, oirekuvasta, hoitovaihtoehdoista sekä sairautteen liittyvistä etuuksista.** Ensietopäivään ohjautetaan diagnoosin saamisen, osastojakson tai ensikäynnin jälkeen. Luennoitsijana toimivat usein lääkäri, kriisityön asiantuntija, sosiaalityöntekijä, fysioterapeutti, ravitsemusterapeutti, seksuaaliterapeutti, kuntoutusohjaaja, vertaistukihenkilö sekä alueellisen Syöpäyhdistyksen edustaja.

Tietoa paikkakuntasi ensietopäivistä löydät alueesi syöpäyhdistyksen sivuilta (lista syöpäyhdistyksistä alla).

Vertaistuki

Läheisen sairastuminen voi olla koko perhettä, ystäviä ja muita lähimmäisiä koskeva kriisi, joka herättää kysymyksiä, ajatuksia ja tunteita. Huoli sairastuneesta on usein

suuri, ja koko elämä saattaa kietoutua sairauden ympärille. Sairastuneen läheisenä saatat jopa kokea samanlaista ahdistusta kuin sairastunut itse diagnoosin jälkeen. **Jotta jaksat tukea ja pysyt terveenä, sinun on tärkeä ottaa aikaa itsellesi ja kiinnittää huomiota omaan hyvinvointiisi ja jaksamiseesi.**

Erinomaista tukea ja tietoa löydät muun muassa Suomen Syöpäpotilaat ry:n läheisen oppaasta sekä Terveyskylän Tukea läheiselle -oppaasta.

Syöpäsairaiden läheisille on olemassa omaa vertaistukitoimintaa. Samassa elämäntilanteessa olevilta ihmisiltä saatu tuki on arvokasta ja auttaa jaksamaan. Vertaistuki voi olla organisoitua toimintaa tai spontaaneja kohtaamisia. Yleensä vertaistukija on vapaaehtoinen, tehtävään koulutettu ja vaitiolovelvollinen.



Vertaistukea syöpään sairastuneen läheiselle:

- Suomen Syöpäpotilaan ry:n keuhkosyöpäpotilasverkosto, jonne myös läheiset ovat tervetulleita.
- Syöpäjärjestöjen neuvontapalvelu, jonka maksuton puhelinnumero on: **0800 19414** ja sähköposti **neuvonta@cancer.fi** (sairaanhoitajat vastaavat mahdollisimman nopeasti)
- Suomen Mielenterveysseura järjestää vertaistukiryhmiä syöpään sairastuneen läheisille ja omaisille, joiden läheinen on kuollut.
- Alueellisten syöpäyhdistysten neuvontahoitajan vastaanotto (yhteystietoja alla)
- Syöpäjärjestöjen etuusneuvontapuhelin (tarjoaa tietoa syöpäpotilaan ja hänen perheensä taloudelliseen asemaan vaikuttavista tekijöistä).
- Syöpäyhdistysten kouluttamat vapaaehtoiset läheisten tukihenkilöitä. Tutustu Syöpäjärjestöjen vertaistukitoimintaan sekä keskustelufoorumiin.

- Alueelliset syöpäyhdistykset ja valtakunnalliset potilasjärjestöt järjestävät läheisille tapaamisia, tukiryhmiä ja kursseja.
- Kela järjestää kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseja, jotka auttavat kuntoutujaa ja hänen perhettään sopeutumaan sairauden tai vamman mukanaan tuomiin muutoksiin.

Tarvitsen nopeasti keskustelutukea, mistä löydän sitä?

Kun tilanne kärjistyy, jotain odottamatonta tapahtuu tai kaipaat keskusteluseuraa, saat apua Suomen Mielenterveysseuran valtakunnallisesta kriisipuhelimesta, joka päivystää 24/7 numerossa: **09 2525 0111**.

Sokkivaiheessa psyykkistä ensiapua tarjoavat myös kuntien kriisiryhmät ja -keskukset ja kriisivastaanotto. Voit myös kysyä apua ja neuvoja oman tai läheisesi hoitopaikan lääkäreiltä, hoitajilta, sosiaalityöntekijöiltä ja sairaalapastoreilta kriisitilanteissa. Kriisikeskusten yhteystietoja löydät täältä: [Kriisikeskusverkosto](#) (Suomen Mielenterveysseura).

5 tärkeää neuvoa sairastuneen läheiselle

1. Tue syöpään sairastunutta parhaasi mukaan kertomalla, että välität hänestä, olemalla läsnä ja auttamalla konkreettisissa asioissa.
2. Älä jää yksin: pidä yllä suhteita ystäviin ja läheisiin, älä pelkää pyytää apua tai tukea.
3. Huolehdi omasta jaksamisestasi. Pyri jatkamaan niitä asioita ja harrastuksia, joista aikaisemminkin olet saanut voimia ja iloa arkeen.
4. Älä suutu, jos sairastunut läheinen vetäytyy kuoreensa. Älä hylkää sairastunutta, mutta kunnioita sairastuneen toiveita.
5. Sinulla on oikeus kaikkiin tunteisiin. Sairastuneen tukeminen on helpompaa, kun käsittelet omia pelkojasi ja tunteitasi keskustelemalla niistä ulkopuolisen kanssa.

Mistä voin lukea lisää keuhkosyövästä ja sen hoidosta?

Keuhkosyövästä on runsaasti tietoa tarjolla. Hyviä ja luotettavia sivustoja ovat esimerkiksi:

- www.kaikkisyovasta.fi/tietoa-syovasta/syopataudit/keuhkosyopa
- https://www.terveyskyla.fi/syopatalo/syopa_taudit/keuhkosyopa
- [www.tays.fi/fi-FI/Palvelut/Syovanhoito/Keuhkosyopa/Keuhkosyopapotilaan_hoitopolku\(75898\)](http://www.tays.fi/fi-FI/Palvelut/Syovanhoito/Keuhkosyopa/Keuhkosyopapotilaan_hoitopolku(75898))
- www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00031
- www.parempaelamaa.fi/keuhkosyopa
- www.syopapotilaat.fi/opas/opas-syopapotilaan-laheiselle
- [www.tays.fi/fi-FI/Palvelut/Syovanhoito/Keuhkosyopa/Keuhkosyopapotilaan_hoitopolku\(75898\)](http://www.tays.fi/fi-FI/Palvelut/Syovanhoito/Keuhkosyopa/Keuhkosyopapotilaan_hoitopolku(75898))

Lähteet:

www.kaikkisyovasta.fi/elama-syovan-kanssa/syopaan-sairastuneen-laheiselle, <https://www.kaikkisyovasta.fi/neuvontapalvelut>
<https://www.terveyskyla.fi/kuntoutumistalo/kuntoutujalle#termid=148>
www.syopajarjestot.fi/jarjesto/jasenjarjestot, <https://syoparekisteri.fi>

Alueelliset syöpäyhdistykset:

- [Etelä-Suomen Syöpäyhdistys](#)
- [Keski-Suomen Syöpäyhdistys](#)
- [Kymenlaakson Syöpäyhdistys](#)
- [Lounais-Suomen Syöpäyhdistys](#)
- [Pirkanmaan Syöpäyhdistys](#)
- [Pohjanmaan Syöpäyhdistys](#)
- [Pohjois-Karjalan Syöpäyhdistys](#)
- [Pohjois-Savon Syöpäyhdistys](#)
- [Pohjois-Suomen Syöpäyhdistys](#)
- [Saimaan Syöpäyhdistys](#)
- [Satakunnan Syöpäyhdistys](#)
- [Ålands Cancerförening](#)





Tämän materiaalin on tuottanut MSD.

Copyright © 2023 Merck & Co., Inc., Rahway, NJ, USA and its affiliates. All rights reserved.