



بعد تشخيص سرطان القولون والمستقيم



يبدأ سرطان القولون والمستقيم في القولون أو المستقيم، وهما جزء من الجهاز الهضمي. أثناء الهضم، يمتص القولون الماء ويحول الطعام غير المهضوم إلى نفايات صلبة (براز). من هناك، يتم تخزين البراز في المستقيم حتى يخرج من جسمك أثناء حركة الأمعاء. إذا تم إخبارك بأنك مصاب بسرطان القولون والمستقيم، فمن المحتمل أنك قد أجريت بالفعل تنظير القولون واختبارات أخرى وخزعة (اختبار يأخذ جزء من الأنسجة للتحقق من السرطان). وربما تم إجراء اختبارات أخرى على الخلايا السرطانية للتحقق من وجود بعض البروتينات والتغيرات الجينية التي تسمى المؤشرات الحيوية. كما قد يكون لديك إجراءات أخرى لمعرفة ما إذا كان السرطان قد انتشر. وتساعد هذه الاختبارات طبيبك على معرفة نوع سرطان القولون والمستقيم الذي تعاني منه، وما هي مرحلته، وما هو العلاج الذي قد يساعد.

تأكد من طرح الأسئلة التالية:

علاج سرطان القولون والمستقيم

- ما هو الهدف من العلاج؟
- ما هو نوع سرطان القولون والمستقيم الذي أعاني منه؟
- ما هي مرحلة الإصابة بسرطان القولون والمستقيم الذي أعاني منه، وماذا يعني ذلك؟ ماذا كانت نتائج اختبار المؤشرات الحيوية؟
- ماذا عرفت أيضاً من نتائج اختبراتي؟ هل سأحتاج إلى المزيد من الاختبارات؟
- هل سأحتاج إلى عملية جراحية؟ هل يمكن إزالة السرطان بالكامل؟
- هل سأحتاج إلى فغر؟ إلى متى سأحتاجه؟ وكيف سأعني به؟
- إذا كانت فغرتي مؤقتة، فمتى سيتم إغلاقها (إزالتها) ومن سيقوم بإغلاقها؟
- هل أحتاج إلى اختبار جيني؟

سيعتمد علاجك على نوع ومرحلة سرطان القولون والمستقيم الذي تعاني منه. ستعتمد خيارات العلاج الخاصة بك أيضاً على نتائج الاختبارات على الخلايا السرطانية وصحتك وتفضيلاتك الشخصية.

تُستخدم الجراحة لعلاج معظم سرطانات القولون والمستقيم. ويتضمن ذلك إزالة السرطان مع جزء من القولون أو المستقيم الطبيعي. تسمى الجراحة لإزالة كل أو جزء من القولون باستئصال القولون وتسمى الجراحة لإزالة المستقيم بأكمله باستئصال المستقيم.

سيحتاج بعض الأشخاص الذين خضعوا للجراحة إلى فغر (فغر القولون أو فغر اللفانفي) إذا كانت أمعائهم الغليظة أو الدقيقة (الأمعاء) لا تعمل بشكل جيد بعد الجراحة. الفغر هو فتحة في البطن للسماح للبراز بالخروج من الجسم. يحتاج بعض الأشخاص إلى الفغر لعدة أشهر (مؤقت)، بينما سيبقى آخرون بالفغر لبقية حياتهم (دائم).

ويمكن أن تشمل العلاجات الأخرى الإشعاع والأدوية مثل العلاج الكيميائي أو العلاج الدوائي الموجه أو العلاج المناعي. في كثير من الحالات، هناك حاجة إلى أكثر من نوع واحد من العلاج. وسيساعدك طبيبك في تحديد العلاجات الأفضل لك.

ما يمكن توقعه قبل وأثناء العلاج

سيقوم فريق رعاية مرضى السرطان الخاص بك بشرح خطة العلاج الخاصة بك. قد يشمل هذا الفريق أطباء وممرضات وغيرهم من العاملين في مجال الرعاية الصحية، اعتمادًا على نوع العلاج الذي تحتاجه. إذا كنت بحاجة إلى جراحة، فستعمل مع جراحك لمعرفة ما يمكن توقعه. إذا كنت بحاجة إلى أنواع أخرى من العلاج، فسيقوم طبيبك أو فريق رعاية مرضى السرطان الخاص بك بشرح كيفية إعطائه لك، ومساعدتك في الاستعداد له، وتتبع أدائك، ومساعدتك في إدارة أي آثار جانبية. وقد تخضع أيضًا لاختبارات في أوقات معينة لمعرفة مدى نجاح علاجك.

لن يكون لكل من يخضع للعلاج نفس الآثار الجانبية. على سبيل المثال، تختلف الآثار الجانبية للجراحة عن الآثار الجانبية للعلاج الكيميائي أو العلاج الدوائي الموجه أو العلاج المناعي أو الإشعاع. وقد يكون للأشخاص الذين يتلقون نفس العلاج آثار جانبية مختلفة.

تأكد من طرح الأسئلة التالية:

- ما هي خياراتي العلاجية؟ برأيك ما هو الخيار الأفضل بالنسبة لي ولماذا؟
- هل هناك أي تجارب سريرية لنوع السرطان الذي أعاني منه؟
- ما هي الآثار الجانبية التي قد أعاني منها، وماذا يمكنني أن أفعل حيالها؟
- كيف سنعرف ما إذا كان العلاج يعمل؟
- ما هي وتيرة حصولي على العلاج؟ كم سيستمر العلاج؟
- أين سأذهب للحصول على العلاج؟ هل يمكنني القيادة إلى هناك بنفسني؟
- هل سأكون قادرًا على الاستمرار في القيام بأنشطتي المعتادة، مثل العمل والتمارين؟
- هل سيؤثر العلاج على حياتي الجنسية؟ كيف سيحدث ذلك وإلى متى؟ وما الذي يمكنني فعله للتخفيف من هذا التأثير؟

ما يمكن توقعه بعد العلاج

بعد العلاج، اطلب من طبيبك السرطان الخاص بك ملخص العلاج وخطة المتابعة. وهذا ما يسمى بخطة الرعاية للناجين. سيعمل طبيبك السرطان الخاص بك مع عائلتك أو طبيب الرعاية الأولية للمساعدة في إدارة الآثار الجانبية من العلاج والتحقق من صحتك العامة. وستخضع لاختبارات منتظمة للتحقق مما إذا كان السرطان قد عاد أو إذا بدأ سرطان جديد في جزء مختلف من جسمك.

قد لا يختفي السرطان تمامًا بالنسبة لبعض الناس. وقد يستمرون في الحصول على العلاج، وستظل هناك حاجة إلى إجراء اختبارات لمعرفة مدى نجاحه.

قد تواجه تغييرات في جسمك بعد العلاج. يمكن أن تغير الجراحة والعلاجات الأخرى من طريقة عمل الأمعاء. وقد تكون لديك مشاكل جنسية. تأكد من سؤال الطبيب عما يمكن توقعه وأخبره إذا كان لديك أي مشاكل.

الأشخاص الذين أصيبوا بسرطان القولون والمستقيم معرضون لخطر الإصابة به مرة أخرى أو الإصابة بأنواع أخرى معينة من السرطان. حتى لو كنت تشعر بتحسن بعد الانتهاء من العلاج، فمن المهم أن تسأل فريق رعاية السرطان عن جدول منتظم لاختبارات المتابعة للتحقق مما إذا كان سرطان القولون والمستقيم قد عاد.

تأكد من طرح الأسئلة التالية:

- من أين أحصل على نسخة من ملخص علاجي وخطة المتابعة؟
- ما عدد المرات التي أحتاج فيها إلى رؤية فريق رعاية مرضى السرطان الخاص بي؟
- متى وكيف ينبغي علي الاتصال بهم؟
- هل سأحتاج إلى اختبارات لمعرفة ما إذا كان السرطان قد عاد، أو للتحقق من وجود مشاكل بسبب علاجي؟
- هل أحتاج إلى أي اختبارات فحص، مثل التصوير الشعاعي للثدي، للعثور على سرطانات أخرى في وقت مبكر؟
- هل هناك آثار جانبية متأخرة أو طويلة الأجل من العلاج يجب أن أراقبها؟
- من يمكنه مساعدتي في عملية الفغر، إذا تطلبت حالتي ذلك؟
- أين يمكنني العثور على سجلاتي الطبية؟

البقاء بحالة صحية

تأكد من إخبار طبيبك أو فريق رعاية السرطان إذا لم تختف أي آثار جانبية للعلاج أو إذا كان لديك أي أعراض جديدة.

هناك أشياء يمكنك القيام بها للحفاظ على صحتك أثناء وبعد العلاج. يمكن أن يساعد عدم التدخين في تقليل احتمالية الإصابة بسرطان آخر. يمكن أن يساعدك الوصول إلى وزن صحي والبقاء فيه، وتناول الطعام الصحي، والنشاط، وتجنب الكحول أيضًا في الحفاظ على صحتك وتقليل خطر الإصابة بسرطان قولون ومستقيم آخر أو غيره من أنواع السرطان.

التعامل مع مشاعرك

قد تجعلك الإصابة بسرطان القولون والمستقيم تشعر بالخوف أو الحزن أو التوتر. من الطبيعي أن تكون لديك هذه المشاعر، وهناك طرق لمساعدتك على التعامل معها.

- لا تحاول التعامل مع مشاعرك لوحده. وتحدث عن مشاعرك، بغض النظر عن ماهيتها.
- لا بأس أن تشعر بالحزن أو الإحباط من حين لآخر، ولكن أخبر فريق رعاية السرطان الخاص بك إذا استمرت لديك هذه المشاعر لأكثر من بضعة أيام.
- استمر في القيام بالأشياء التي تستمتع بها مثل قضاء الوقت في الهواء الطلق أو الذهاب لمشاهدة فيلم أو حدث رياضي أو الخروج لتناول العشاء إذا قال طبيبك إنه لا بأس بذلك.
- احصل على المساعدة في المهام مثل الطبخ والتنظيف.

قد ترغب في التواصل مع الأصدقاء أو العائلة أو رجال الدين أو المجموعات الدينية التي تنتمي إليها. ويمكن أن يساعد الإرشاد النفسي أيضًا. ويجد بعض الناس أنه من المفيد التحدث مع الآخرين الذين مروا بنفس الأشياء. فيمكن لمجموعة الدعم أن تقدم ذلك. أخبر فريق رعاية السرطان الخاص بك عن شعورك. فبإمكانهم مساعدتك في العثور على الدعم المناسب.



لمزيد من المعلومات والدعم، قومي بزيارة موقع جمعية السرطان الأمريكية على cancer.org/arabic أو اتصلي بنا على 1-800-227-2345 نحن هنا عندما تحتاجين إلينا.