



بعد تشخيص سرطان الدم (الوكيميا)



سرطان الدم هو سرطان في خلايا الدم يبدأ في نخاع العظام (نسيج إسفنجي في مركز معظم العظام). ونخاع العظم هو المكان الذي يتم فيه صنع خلايا دم جديدة. إذا تم إخبارك بأنك مصاب بسرطان الدم، فمن المحتمل أنك قد أجريت بالفعل اختبارات دم وخزعة من نخاع العظم (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. وتساعد هذه الاختبارات طبيبك على معرفة نوع سرطان الدم الذي تعاني منه وما هو العلاج الأفضل لك.

أنواع سرطان الدم

سرطان الدم المزمن
ليست كل أنواع سرطان الدم المزمن تحتاج إلى علاج على الفور. إذا كانت هناك حاجة إلى العلاج، فقد يوصى بالعلاج الكيميائي أو العلاج الدوائي الموجه أو زرع الخلايا الجذعية.

يُعرف سرطان الدم على أنه نوع سرطان سائل. ولا يشكل عادةً ورمًا صلبًا مثل معظم السرطانات.

تأكد من طرح الأسئلة التالية:

- ما نوع سرطان الدم الذي أعاني منه؟
- ما هو النوع الفرعي وما هي المرحلة؟ ماذا يعني ذلك؟
- ماذا عرفت أيضًا من نتائج اختبراتي؟
- هل سأحتاج إلى المزيد من الاختبارات أو اختبارات المؤشرات الحيوية؟
- ما هو الهدف من العلاج؟
- ما هي خياراتي العلاجية؟ برأيك ما هو الخيار الأفضل بالنسبة لي ولماذا؟
- هل ستحتاج عملية زرع الخلايا الجذعية بالنسبة لي؟
- هل هناك أي تجارب سريرية لنوع سرطان الدم الذي أعاني منه؟

هناك العديد من أنواع سرطان الدم. ويمكن أن تكون هذه الأنواع سريعة النمو (حادّة) أو أبطأ نموًا (مزمنة). وتبدأ في خلايا الدم النخاعية أو في خلايا الدم الليمفاوية.

والأنواع الأكثر شيوعًا من سرطان الدم هي:

- سرطان الدم الليمفاوي الحاد
- سرطان الدم النخاعي الحاد
- سرطان الدم الليمفاوي المزمن
- سرطان الدم النخاعي المزمن
- سرطان الدم الوحيد النخاعي المزمن

يمكن أن يصاب البالغون بسرطان الدم الحاد أو المزمن من النوع النخاعي أو الليمفاوي. وغالبًا ما يعاني الأطفال والمراهقون من سرطان الدم الحاد من أي نوع. وبعض أنواع سرطان الدم لها أنواع فرعية ومراحل. وهذا من شأنه أن يبنى الأطباء بمدى تطور الحالة وما هو العلاج الذي قد يعمل بشكل أفضل. يمكن لطبيبك أن يخبرك المزيد عن سرطان الدم الذي تعاني منه.

علاج سرطان الدم

هناك العديد من الطرق لعلاج سرطان الدم. سيعتمد علاجك على نوع سرطان الدم الذي تعاني منه ونوعه الفرعي ومرحلة السرطان، وعلى المشاكل الصحية الأخرى التي قد تعاني منها.

سرطان الدم الحاد

معظم أنواع سرطان الدم الحاد خطيرة للغاية. ويجب أن يبدأ العلاج على الفور. وغالبًا ما يكون مكثفًا وطويلاً، وعادة ما يستمر حوالي عامين. غالبًا ما يبدأ العلاج بالعلاج الكيميائي عن طريق الوريد. ويمكن إضافة علاجات أخرى، مثل العلاج الدوائي الموجه. ويمكن استخدام زرع الخلايا الجذعية بعد الدورة الأولى من العلاج.

يمكن أن يكون علاج الأطفال مختلفًا عن علاج البالغين.

ما يمكن توقعه قبل وأثناء العلاج
قد يكون الطبيب الذي يعالج سرطان الدم أخصائي أمراض الدم أو أخصائي أورام (طبيب سرطان). اعتمادًا على نوع العلاج الذي تحتاجه، يمكن أن يشمل فريق رعاية السرطان الخاص بك أطباء وممرضات وغيرهم من العاملين في مجال الرعاية الصحية.

على سبيل المثال، إذا كنت بحاجة إلى علاج كيميائي، فستخضع لمراحل أو دورات من العلاج مع إجراء الاختبارات والفحوصات بينها. وسيساعدك فريق رعاية مرضى السرطان الخاص بك على فهم ما يمكن توقعه قبل وأثناء وبعد كل مرحلة من مراحل العلاج. وسيسرحون كيفية إعطائه لك وسيساعدونك في الاستعداد له، وتتبع أدائك، ومساعدتك في إدارة أي آثار جانبية. وستخضع أيضًا لاختبارات دم أو فحوصات تصويرية أو اختبارات أخرى في أوقات معينة لمعرفة مدى نجاح علاجك.

ليس كل من يخضع لعلاج سرطان الدم لديه نفس الآثار الجانبية. على سبيل المثال، تختلف الآثار الجانبية للعلاج الكيميائي عن الآثار الجانبية للعلاج الموجه.

من الشائع حدوث تغييرات في عدد خلايا الدم أثناء علاج سرطان الدم. وهذا يمكن أن يجعلك أكثر عرضة للإصابة بالعدوى. وقد تشعر أيضًا بالضعف والتعب الشديد في بعض الأحيان. إذا كنت تتلقى جرعة عالية من العلاج الكيميائي، فقد يؤدي ذلك إلى تفاقم آثارك الجانبية.

تأكد من طرح الأسئلة التالية:

- ما هي الآثار الجانبية التي قد أعاني منها؟ وماذا يمكنني أن أفعل للتعامل معها؟ هل تتوقع أن تكون خطيرة؟
- كيف سنعرف ما إذا كان العلاج يعمل؟
- ما هي وثيرة حصولي على العلاج؟ وكم سيستمر العلاج؟
- أين سيتم إعطائي العلاج؟ إذا كان في المستشفى، فكم من الوقت سأبقى؟
- هل سأكون قادرًا على الاستمرار في القيام بأنشطتي المعتادة؟
- ما هي الاحتياطات الخاصة التي أحتاج إلى اتخاذها؟

ما يمكن توقعه بعد العلاج

بعد العلاج، سيساعدك طبيبك في إدارة أي آثار جانبية قد تكون لديك. سيكون لديك أيضًا العديد من الفحوصات والاختبارات للتحقق من خلايا سرطان الدم.

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

الأشخاص الذين أصيبوا بسرطان الدم 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 الدم قد عاد.

تأكد من طرح الأسئلة التالية:

- ما عدد المرات التي أحتاج فيها إلى رؤية فريق رعاية مرضى السرطان الخاص بي؟
- متى وكيف ينبغي علي الاتصال بهم؟
- هل سأحتاج إلى المزيد من اختبارات الدم وخزعات نخاع العظم؟ ما عدد المرات التي أحتاج فيها إليها؟

- هل سأحتاج إلى اختبارات لمعرفة ما إذا كان السرطان قد عاد، أو للتحقق من وجود مشاكل بسبب علاجي؟
- هل هناك أي آثار جانبية محتملة متأخرة أو طويلة الأجل؟
- هل أحتاج إلى اختبارات فحص للعثور على سرطانات أخرى مبكرًا؟
- 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. ويشمل ذلك تناول الطعام الصحي، والنشاط، والوصول إلى وزن صحي والبقاء فيه، وعدم التدخين. قد تشعر بالضعف والتعب في بعض الأحيان. لذا يمكن أن يساعد البقاء نشطًا. ويمكن أن يجعلك سرطان الدم أكثر عرضة للإصابة بالعدوى، لذلك ستحتاج إلى مراقبة العلامات وحماية نفسك من الأشخاص المرضى. اسأل فريق رعاية السرطان عن علامات العدوى، وكيفية إدارة التعب والأعراض الأخرى.

التعامل مع مشاعرك

قد تجعلك الإصابة بسرطان الدم تشعر بالعزلة أو الخوف أو الحزن أو التوتر. من الطبيعي أن تكون لديك هذه المشاعر، وهناك طرق لمساعدتك على التعامل معها.

- لا تحاول التعامل مع مشاعرك لوحده. وتحدث عنها، 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 إلى 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 أو مجموعة الدعم أيضًا. أخبر فريق رعاية السرطان الخاص بك عن شعورك. فبإمكانهم مساعدتك في العثور على الدعم المناسب.



لمزيد من المعلومات والدعم، قم بزيارة موقع جمعية السرطان الأمريكية على cancer.org/arabic أو اتصل بنا على 1-800-227-2345. نحن هنا عندما نحتاج إليك.