



العربية | Arabic

ماذا تتوقع سرطان الرأس والعنق



ما يمكن توقعه خلال كل مرحلة من العلاج وما بعده

سرطان الرأس والعنق

ويعني العمل مع فريق العمل الخاص بأنه يمكنك التأكد من حصولك على العلاج والمعلومات والدعم الملائمة لك.

بشرة المعلومات هذه تخبرك عمّا يمكنك أن تسأل عنه قبل وأثناء وبعد علاج سرطان الرأس والعنق الخاص بك. يمكنك أن تطلب من الفريق الخاص بك المزيد من المعلومات والدعم.

1. زيارة الطبيب

سقط الخلايا باستعمال الإبرة الدقيقة الموجهة بالموجات فوق الصوتية

تستخدم الموجات الصوتية لعمل صورة للورم يستخدم الأخصائي هذه الصورة لإدخال إبر في الورم لجمع العينات. ويتم فحص العينات تحت المجهر. ويتم ذلك تحت تأثير المخدر حتى لا تشعر بأي شيء.

ينبغي على الطبيب الخاص بك القيام بفحص ليري إذا كان يمكنه أن يجد ما الذي يجعلك تشعر بتوعدك. سوف يسألك عن أي أعراض قد تكون لديك (على سبيل المثال وجود تورم في العنق أو أنك تجد صعوبة في الابتلاع).

يجب أن يعمل الطبيب معك للتأكد من أن لديك المعلومات والدعم الذي تحتاجه. يمكنك أن تسأل الطبيب عن:

- ما الذي يحدث في جسمك، ولماذا يمكن أن يحدث
 - ما الذي قد يحدث أو يمكن أن يحدث
 - كيف تشعر وكيفية البقاء في صحة جيدة عاطفياً
 - من الذي يمكنك التحدث إليه حول الحصول على الدعم الذي تحتاجه
 - أين يمكنك الحصول على مزيد من المعلومات والدعم
- قد يكون لديك اختبار واحد أو مزيج من الاختبارات:

إذا كان طبيبك يعتقد بأنه سرطان فسوف يرسلك للحصول على المزيد من الفحوصات مع أخصائي. الأخصائي هو طبيب قد تدرب بالعمل مع الأشخاص المصابين بسرطان الرأس والعنق.

ينبغي أن يعطي الطبيب للأخصائي معلومات عن صحتك في الماضي، وإذا كان شخص آخر في عائلتك عنده سرطان، ونتائج الاختبار الخاص بك.

يمكنك إحضار أحد أفراد العائلة أو صديق للزيارات الخاصة بك.

يمكنك أن تطلب من طبيبك المزيد من المعلومات والدعم للتأكد من أن لديك ما تحتاجه.

اختبار الدم

سوف يأخذ الطبيب عينة من دمك، وسيختبرونها لمعرفة إذا كان جسمك يعمل بشكل جيد.

2. الاختبارات

- يمكنك أن تسأل الأخصائي:
- ما هي الاختبارات التي ستقوم بعملها
 - ما الذي سيحدث في الاختبارات
 - ما الذي ستشير الاختبارات إليه

ينبغي على الأخصائي القيام باختبارات لمعرفة ما إذا كان لديك سرطان العنق أو الرأس. وهذا ما يسمى بالتشخيص. إذا كان لديك سرطان، سوف تُظهر الاختبارات كيف ينمو السرطان، أو إذا كان قد انتشر. وهذا يسمى التدرج.

قد يكون لديك اختبار واحد أو مزيج من الاختبارات:

المسح الضوئي بالأشعة المقطعية الحصرية (CT scan)

تستخدم أجهزة الكمبيوتر والأشعة السينية لعمل صورة مفصلة للرأس والعنق.

اختراع استئصالي

سيتم قطع الورم ومنطقة صغيرة حوله ثم ترتق المنطقة. وهذا ما يسمى خزعة. يتم إرسال هذه العينة إلى المختبر حتى يمكنهم من رؤية ما إذا كان سرطان الرأس والعنق. ويتم ذلك تحت تأثير المخدر حتى لا تشعر به.

يمكنك أن تسأل طبيبك عن إيجاد مجموعة دعم الأقران للسرطان. يمكن أن تساعد معرفتك أن هناك أشخاص آخرين الذين يفهمون ما الذي تمر به. يمكن لأصدقائك وعائلتك التحدث إلى فريق دعم لمقدمي الرعاية.

التنظير

يتم ادراج أنبوب مع كاميرا في الأنف أو الحلق لعمل صورة للرأس والعنق.

فحص التصوير بالرنين المغناطيسي (MRI)

المسح الضوئي حيث تستخدم مجالات مغناطيسية وموجات الراديو لعمل صورة مفصلة للجسم.

المسح الضوئي بالتصوير المقطعي لانبعاث البوزترون (PET)

يتم حقن كمية صغيرة من مادة مشعة ويتم مسح للجسم كله لإظهار مكان السرطان.

3. العلاج

ينبغي على الأخصائي العمل مع فريق. يتكون فريق العمل الخاص بك من أشخاص يفهمون سرطان الرأس والعنق.

وسيستعرض الفريق الخاص بك نتائج الاختبار الخاصة بك. ينبغي أن يسألوك ما الذي تريده وتحتاجه. يجب أن تعملوا معاً لعمل أفضل خطة لعلاجك.

يمكنك أن تسأل الفريق الخاص بك:

- ما هو العلاج الذي تتلقاه
- لماذا تتلقى ذلك العلاج
- ما الذي سيحدث في ذلك العلاج
- ما الذي سيفعله العلاج
- كم سيستغرق العلاج
- مخاطر وفوائد العلاج
- كيف يمكن أن تشعر أثناء العلاج، والآثار الجانبية، وماذا يمكنك أن تفعله لكي تشعر على أفضل ما يمكن
- ماذا يمكن أن تتوقعه بعد العلاج

ينبغي على فريقك ايضاً مع أخصائي التغذية وأخصائي أمراض النطق. يمكن أن يعطيك أخصائي التغذية المعلومات والدعم عن الطعام الذي يمكنك أن تأكله أثناء وبعد العلاج.

وسيقوم أخصائي النطق باختبار كلامك أو طريقة الحديث ومعالجتك إذا كان لديك مشاكل الكلام أو البلع كأثر جانبي للعلاج.

وقد يوصي الفريق الخاص بك بالمشاركة في تجارب سريرية. يتم استخدام تجربة سريرية لاختبار علاج جديد، أو لمعرفة إذا كان علاج ما يعمل بشكل أفضل من الآخر. يمكنك أن تطلب المزيد من الوقت، أو رأي ثانٍ قبل اتخاذ قرار بشأن العلاج الخاص بك.

المعالجات التكميلية تشمل أشياء مثل التدليك والوخز بالإبر والتأمل، فضلاً عن أدوية أخرى قد تأخذها في نفس الوقت كالعلاج الخاص بك. قد لا تعمل بعض المعالجات جيداً مع العلاج الخاص بك. من المهم جداً التحدث إلى فريق العمل الخاص بك عن أي من المعالجات التكميلية التي تستخدمها، أو ترغب في استخدامها.

قد يكون لديك علاج واحد أو مزيجاً من العلاجات:

العملية الجراحية

هذا هو العلاج الأكثر شيوعاً للأشخاص المصابين بسرطان الرأس والعنق. ينبغي أن تتم العملية من قِبَل جراح ذو خبرة كبيرة في جراحة الرأس والعنق.

لمزيد من المعلومات حول العلاج والآثار الجانبية يمكنك أن تسأل طبيبك أو قُم بزيارة

www.cancer.org.au/about-cancer/treatment

فريق العمل الخاص بك يجب أن يتحدثوا إليك عن الاحتياجات الخاصة بك قبل وأثناء وبعد العلاج. يمكنك طلب المعلومات والدعم في أي وقت للتأكد من أن لديك كل ما تحتاجه. يمكن لفريقك أن يوصلوك مع الخدمات الأخرى والعاملين في مجال الصحة للتأكد من امكانك البقاء في صحة جيدة جسديا وعاطفيا.

العلاج الكيميائي أو المعالجة بالعقاقير تستخدم لإيقاف نمو السرطان.

يمكن استخدامه قبل أو بعد عملية جراحية. يمكن أيضا استخدامه إذا لم تكن الجراحة خياراً جيداً. قد يتم استخدام العلاج الكيماوي وحده، أو مع العلاج الإشعاعي.

العلاج الإشعاعي أو الاستشعاع حيث يتم استخدام الإشعاع لوقف نمو السرطان.

يتم استخدامه لمعظم الناس المصابين بسرطان الرأس والعنق. ويستخدم أيضا إذا لم تكن الجراحة خياراً جيداً. قد يتم استخدام العلاج الإشعاعي وحده، أو مع العلاج الكيماوي.

4. بعد العلاج الخاص بك

بعد الانتهاء من العلاج الخاص بك، يجب أن يعطيك فريقك موجزاً للعلاج. موجز العلاج الخاص بك يشمل كل المعلومات المتعلقة بالعلاج الذي تلقيته:

- الاختبارات التي تلقيتها لتشخيص سرطان الرأس والعنق الخاص بك، ونتائج هذه الاختبارات
- العلاج الذي تلقيته، ومتى كان ذلك
- خدمات الدعم وغيرها من خطط العلاج التي تلقيتها

يجب أن يعمل الفريق الخاص بك معك لعمل خطة الآن بعد أن تم الانتهاء من العلاج. ينبغي أن تُعطى أنت وطبيبك خطة متابعة تتضمن:

- نوع الرعاية المستمرة التي هي الأفضل بالنسبة لك
- خطط لإدارة أي آثار جانبية للعلاج
- كيفية الحصول على المساعدة بسرعة إذا كنت تعتقد أن السرطان قد عاد مرة أخرى أو أصبح أسوأ

- ينبغي أن يعمل معك الطبيب ويتحدث عن:
- العثور على مزيد من المعلومات والدعم للحفاظ على صحة جيدة جسديا وعاطفيا، والحصول على ما تحتاج إليه
- العلامات والأعراض التي ينبغي النظر فيها والتي قد تعني أن السرطان عائد
- الوقاية والحياة الصحية

في بعض الأحيان يمكن أن يعود سرطان الراس والعنق بعد العلاج. ويتم كشفه عادة في زيارة المتابعة، أو إذا لاحظت عودة أي أعراض. من المهم القيام بالفحوص المنتظمة.

إذا لاحظت وجود أي شيء مختلف فاذهب إلى الطبيب. يمكنك أن تطلب من طبيبك إجراء فحص طبي والمعلومات والدعم.

5. العيش مع مرض السرطان

الآثار الجانبية

تحصل عند بعض الناس تأثيرات جانبية أثناء وبعد العلاج. الآثار الجانبية هي ردود فعل جسمك على العلاج الذي تتلقاه. أنها طبيعية، ولكن يمكن أن تجعلك تشعر بتوعك.

قد تحصل لديك الآثار الجانبية على الفور، أو ليس على الإطلاق، أو بعد أشهر بعد العلاج.

يمكنك التحدث مع طبيبك حول الآثار الجانبية الخاصة بك أو

قم بزيارة الموقع الإلكتروني

www.cancervic.org.au/about-cancer/survivors/long-term-side-effects

خطة الرعاية المتقدمة

قد يعمل الفريق الخاص بك معك لعمل خطة رعاية متقدمة. خطة الرعاية المتقدمة هي طريقة تحدد رغباتك الخاصة والتأكد من أن الجميع يعرف ما تريده في المستقبل من الرعاية الطبية.

يمكنك التحدث إلى فريق العمل الخاص بك والتأمين الصحي الخاص بك إذا كان لديك أسئلة حول التكلفة لكل علاج قد تتلقاه. يمكن أيضا التحدث مع الأخصائي الاجتماعي في المستشفى الخاص بك.

يمكنك التحدث مع طبيبك حول خطة رعاية متقدمة معا أو **بزيارة** الموقع الإلكتروني www.advancecareplanning.org.au

الرعاية التيسينية

يتم استخدام الرعاية التيسينية في مراحل مختلفة من العلاج الخاص بك لمساعدتك على الشعور جيدا. يمكن أن تساعد الرعاية التيسينية لتخفيف الآلام، للحد من الأعراض الخاصة بك، وتحسين نوعية الحياة الخاصة بك.

يمكنك التحدث مع طبيبك حول نوع الرعاية التيسينية التي تكون أفضل بالنسبة لك أو قم **بزيارة** www.palliativecare.org.au

يمكنك التحدث مع طبيبك حول تكلفة العلاج الخاص بك أو قم **بزيارة** الموقع الإلكتروني www.canceraustralia.gov.au/affected-cancer/living-cancer/dealing-practical-aspects-cancer/costs-treatment

يمكنك التحدث مع طبيبك حول تكاليف الإقامة والسفر أو قم **بزيارة** www.cancerCouncil.com.au/get-support/practical-support-services

هناك الكثير من الأشياء للتفكير فيها عندما يكون لديك سرطان الرأس أو العنق وهناك أيضا الكثير من المعلومات والدعم. من المهم أن تفعل ما هو صحيح بالنسبة لك. يمكنك العمل مع الفريق الخاص بك للتأكد من أنك تملك أفضل رعاية.

التكلفة

هناك تكاليف لكل مرحلة من مراحل السرطان الخاص بك بما في ذلك العلاج والإقامة والسفر. قد يكون لديك تكاليف إذا كنت تتلقى العلاج في خدمة صحية خاصة حتى إذا كان لديك التأمين الصحي الخاص.

المعلومات والدعم

Carers Australia

- المعلومات والدعم لمقدمي الرعاية: **1800 242 636**

Cancer Council

- يمكنك التحدث مع ممرضة السرطان: **13 11 20**
- إذا كنت بحاجة إلى مترجم فوري: **13 14 50** 



Australian Government
Cancer Australia

لمزيد من المعلومات قم بزيارة الموقع www.cancerpathways.org.au