

سرطان شش



رهنمای شما برای دریافت بهترین مراقبت مربوط به سرطان

معاینات اولیه و ارجاع

علایم

غز غز سینه، انسداد راه هوایی یا سرفه همراه با خون به مراقبت جدی در بخش عاجل ضرورت دارد.

علایم دیگر ممکن است بشمول سرفه جدیداً یا تغییر نوع سرفه، درد قفسه سینه/شانه، التهاب دوامدار قفسه سینه، مشکل در تنفس یا تغییر در صدای شما باشد. اگر این مدت بیش از سه هفته دوام کرد، به داکتر عمومی (GP) خود مراجعه نمایید.

معاینات اولیه‌ای که ممکن است انجام دهید

اکسری از قفسه سینه. با استفاده از اکسری عکس گرفته می‌شود تا ببینند مشکلی در ریه شما وجود دارد یا خیر.

س تی اسکن (CT) از قفسه سینه. کمپیوترها و اکسری برای تهیه تصویری دقیق از ریه استفاده می‌شود.

ارجاعات

اگر GP شما تشویش‌هایی داشته باشد، برای معاینات بیشتر به یک متخصص سرطان شش در یک شفاخانه دولتی یا در معاینه‌خانه شخصی ارجاع داده می‌شوید. متخصصین سرطان شش داکترانی هستند که در قسمت سرطان شش بسیار تعلیماتی را فرا گرفته اند.

شما می‌توانید یکی از اعضای فامیل یا دوستان خود را در نوبت ملاقات خود همراهتان ببرید.



فاصله های زمانی

نوبت ملاقات شما با متخصص باید **ظرف دو هفته** بعد از ارجاع صورت گیرد.



اگر نمی‌توانید در این مدت نوبت ملاقات بگیرید، با GP خود هماهنگ کنید.

سوالاتی که ممکن است بخواهید پرسید

- آیا باید مستقیماً به بخش عاجل مراجعه کنم؟
- آیا می‌توانم انتخاب کنم که به شفاخانه دولتی یا معاینه‌خانه شخصی بروم؟
- آیا می‌توانم متخصص مورد نظر خود را انتخاب کنم؟
- هزینه نوبت‌های ملاقات برای من چقدر است؟



درباره این رهنما

با خبر شدن از اینکه به سرطان شش مبتلا هستید یا ممکن است سرطان شش داشته باشید، ممکن است طاقت‌فرسا باشد. بسیار چیزها می‌توانند به سرعت رخ دهند و ممکن است سوالات زیادی در ذهن شما ایجاد شود. این منبع می‌تواند به شما، فامیل و دوستانتان در طول این تجربیات کمک کند.

معلومات و پشتیبانی

شورای سرطان (Cancer Council): برای بدست آوردن معلومات و پشتیبانی، با شورای سرطان به نمبر **13 11 20** به تماس شوید تا با یک متخصص مراقبت‌های صحتی با تجربه صحبت کنید یا به www.cancer.org.au مراجعه نمایید.

برای بدست آوردن معلومات بیشتر در مورد سرطان شش، به کتابچه اطلاع از سرطان شش شورای سرطان محلی خود که در وبسایت شورای سرطان محلی شما موجود است، مراجعه کنید.

بنیاد ریه آسترالیا (Lung Foundation Australia): برای بدست آوردن معلومات بیشتر در مورد سرطان شش و حمایت از مریضان به www.lungfoundation.com.au مراجعه نمایید.

خدمات ترجمانی کتبی و شفاهی (TIS): اگر به ترجمان ضرورت دارید، با TIS به نمبر **13 14 50** به تماس شوید یا به www.tisnational.gov.au مراجعه نمایید.

تشخیص و مرحله‌بندی

متخصص معاینات بیشتری را برای بررسی اینکه آیا به سرطان شش مبتلا هستید، انجام می‌دهد. پروسه تایید داشتن مشکل صحت، **تشخیص طبی (diagnosis)** نامیده می‌شود. ممکن است یک تست یا ترکیبی از معاینات برای شما تجویز شود:

اسکن توموگرافی با گسیل پوزیشن (PET). مقدار کمی ماده رادیواکتیو تزریق می‌شود و کل بدن شما اسکن می‌شود تا نشان دهد سرطان کجاست.

سی تی اسکن قفسه سینه و بالای شکم و بعضی اوقات مغز.

نمونه‌برداری. نمونه کوچکی از ریه شما برای بررسی زیر میکروسکوپ گرفته می‌شود. این کار بعضی اوقات ذریعه سی تی اسکن یا اولتراسوند هدایت می‌شود.

برونکوسکپی. از یک تیوب برای بررسی داخل ریه‌ها و نمونه‌برداری استفاده می‌شود. این کار تحت انستیزی عمومی صورت می‌گیرد (شما را می‌خوابانند).

سونوگرافی داخل برونش ها. نوعی برونکوسکپی که در آن از امواج صوتی برای ایجاد تصویری از ریه‌ها استفاده می‌شود.

سایتولوژی بلغم. نمونه‌ای از بلغم شما (نوعی مخاط ساخته شده در قفسه سینه) جمع‌آوری شده و زیر میکروسکوپ مشاهده می‌شود.

این معاینات به متخصص معلومات بیشتری در مورد سرطان ارائه می‌دهد، مانند اینکه دقیقاً در کجای بدن شما قرار دارد، آیا در حال رشد است یا گسترش یافته است و اینکه سرطان در کدام مرحله قرار دارد. این کار **مرحله‌بندی** نام دارد. **مرحله‌بندی** کمک می‌کند تا از بهترین تدابیر برای شما استفاده گردد.

تداوی

روش‌های مختلفی برای تداوی سرطان شش وجود دارد. متخصص شما در مورد انتخاب‌های تداوی تان با شما صحبت خواهد کرد.

شما ذریعه تیمی از متخصصین تداوی خواهید شد و ممکن است برای دریافت بهترین نتایج به بیش از یک نوع تداوی ضرورت داشته باشید. تیم با شما، فامیل یا پایواز شما جهت پلان‌گذاری تداوی شما همکاری خواهد کرد.

ممکن است یک تداوی یا ترکیبی از تداوی‌ها برای شما تجویز شود:

جراحی حالتی است که سرطان بریده می‌شود. این رایج‌ترین تداوی برای اشخاص مبتلا به سرطان شش حجره غیر کوچک در مراحل اولیه است.

رادیوتراپی از اکسری برای از بین بردن حجرات سرطانی و توقف رشد سرطان استفاده می‌کند. در صورتی استفاده می‌شود که جراحی گزینه مناسبی نباشد. رادیوتراپی ممکن است به تنهایی یا همراه با کیموتراپی استفاده شود.

تداوی برداشتن موضعی از امواج رادیویی برای حرارت دادن و از بین بردن سرطان به جای بریدن آن از بدن شما استفاده می‌کند. در صورتی استفاده می‌شود که جراحی گزینه مناسبی نباشد. تداوی برداشتن موضعی ممکن است به تنهایی یا همراه با کیموتراپی استفاده شود.

کیموتراپی یا تداوی با دوا از دواها برای از بین بردن حجرات سرطانی و توقف رشد سرطان استفاده می‌کند. ممکن است در صورتی استفاده شود که جراحی گزینه مناسبی نباشد. کیموتراپی ممکن است به تنهایی یا همراه با رادیوتراپی استفاده شود.

برای بدست آوردن معلومات بیشتر به www.cancer.org.au/cancer-information/treatment مراجعه نمایید.

مراقبت‌های حمایتی (تداوی یا خدماتی که در طول مدت ابتلای شما به سرطان از شما حمایت می‌کند) نیز در دسترس است.

فاصله های زمانی

تداوی باید در **ظرف شش هفته** بعد از ارجاع شما به متخصص شروع شود.



می‌توانید از **GP خود بخواهید که برای دریافت نظر ثانویه شما را به متخصص دیگری ارجاع دهد.**



فاصله های زمانی

نتایج باید **ظرف دو هفته** از زمان انجام معاینات در دسترس باشند.



سوالاتی که ممکن است بخواهید پرسید

- سرطان شش چیست؟
- کدام معاینات را خواهم داشت؟
- مصرف معاینات/نوبت‌های ملاقات برای من چقدر است؟
- کجا باید تداوی شوم؟ آیا من حق انتخاب خواهم داشت؟
- سرطان من در کدام مرحله است؟
- کدام خدمات برای پشتیبانی در دسترس من است؟



معاینات کلینیکی

ممکن است به شما پیشنهاد شود در معاینات کلینیکی اشتراک نمایید. از معاینات کلینیکی برای بررسی این که آیا تداوی‌های جدید بی‌خطر هستند و بهتر از تداوی‌های فعلی عمل می‌کنند یا خیر استفاده می‌شود. بسیاری از اشخاص مبتلا به سرطان به دلیل معاینات کلینیکی، در حال حاضر زندگی طولانی‌تر و باکیفیت‌تری دارند.

برای بدست آوردن معلومات بیشتر به www.australiancancertrials.gov.au مراجعه نمایید.

تداوی‌های مکمل

با تیم مراقبت‌های صحتی خود در مورد تداوی‌های مکمل (از جمله مکمل‌های غذایی مانند ویتامین‌ها) که استفاده می‌کنید یا می‌خواهید استفاده نمایید، صحبت کنید. موارد رایجی مانند ویتامین‌ها ممکن است همراه با تداوی شما عملکرد خوبی نداشته باشند.

اگر سگرت می‌کشید

ترک سگرت یکی از مهم‌ترین کارهایی است که می‌توانید برای بهبود صحت و سلامتی خود انجام دهید. ترک سگرت می‌تواند عملکرد تداوی را بهبود بخشد، خطر عوارض در وقت جراحی را کاهش دهد و ریکواری بعد از جراحی را بهبود بخشد. برای پشتیبانی شخصی و محرمانه برای ترک سگرت با Quitline به نمبر 13 7848 به تماس شوید، با GP یا متخصص خود صحبت کنید و به www.quit.org.au مراجعه نمایید.

تصمیم‌گیری در مورد مصرف



ممکن است مجبور باشید برای بعضی از نوبت‌های ملاقات، معاینات، دواها، تطابقات، رفت و آمد یا پارکینگ پول پرداخت کنید.

با GP خود، متخصص یا بیمه‌گر خصوصی صحتی خود (در صورت وجود) صحبت کنید تا بدانید کدام چیزها تحت پوشش قرار می‌گیرد و مصارف پرداختی شما چقدر است.

اگر در مورد مصارف تشویش دارید با تیم مراقبت‌های صحتی یا یک کمک‌رسان اجتماعی درباره موارد ذیل صحبت کنید:

- قرار گرفتن تحت بالک بیلینگ یا تداوی در سیستم عمومی
- کمک به تطابق در طول تداوی
- تاثیر مالی احتمالی تداوی شما.

می‌توانید از طریق نمبر 13 11 20 با شورای سرطان (Cancer Council) به تماس شوید تا در مورد حمایت مالی با یک متخصص مراقبت‌های صحتی صحبت کنید.

برای بدست آوردن معلومات بیشتر در مورد مصارف به www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance

9

www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance/what-will-i-have-to-pay-for-treatment مراجعه نمایید.

ریکواری

تداوی سرطان می‌تواند باعث تغییرات جسمی و روحی شود.

طرح مراقبتی جهت پیگیری

تیم مراقبت‌های صحتی شما با شما همکاری خواهد کرد تا برای شما و داکتر GP شما طرحی را پلان‌گذاری کند. این طرح موارد ذیل را توضیح خواهد داد:

- مخاطب اصلی شما بعد از تداوی کیست
- هر چند وقت یکبار باید چک‌آپ انجام دهید و این کار بشمول کدام معاینات است
- عوارض جانبی تداوی را درک و با آنها مقابله کنید
- اگر فکر می‌کنید سرطان عود کرده یا بدتر شده است، چي‌قسم می‌توانید به سرعت کمک دریافت کنید.

بسیاری از مردم به تشویش بازگشت سرطان هستند. متخصص و تیم مراقبت‌های صحتی با شما در مورد ضروریات شما صحبت خواهند کرد و می‌توانند شما را به دیگر متخصصین مراقبت‌های صحتی و خدمات پشتیبانی جامعه راجع سازند.

سوالاتی که ممکن است بخواهید پرسید



- کدام تداوی را توصیه می‌کنید؟
- برای تداوی باید به کجا مراجعه کنم؟
- مصرف تداوی چقدر خواهد بود و چه مقدار از مصرف را باید خودم بپردازم؟
- کدام فعالیت‌ها/ورزش‌ها به من در طول تداوی و بعد از آن کمک می‌کند؟
- آیا می‌توانم به کار کردن ادامه بدهم؟
- تداوی به زندگی روزمره من چي‌قسم تأثیر می‌گذارد؟
- اشخاص تیم من چه کسانی هستند و مخاطب اصلی من کیست؟
- عوارض جانبی احتمالی تداوی چیست؟
- اگر احساس مریضی یا سوالی داشته باشم با کی به تماس شوم؟
- آیا تداوی بالایی توانایی من برای داشتن اولاد تأثیر می‌گذارد؟

معلومات دیگری که ممکن است به دست آورید عبارتند از:

- علایم و نشانه‌هایی که در صورت بازگشت سرطان باید به آنها توجه نمود
- اثرات دیرنگام تداوی و متخصصینی که ممکن است ضرورت باشد به آنها مراجعه نمایید
- چقدر می‌توان سبک زندگی سالمی را انتخاب نمود تا بهترین فرصت را برای بهبودی و صحتمند ماندن برای شما فراهم کند.

برای بدست آوردن معلومات بیشتر به www.cancer.org.au/cancer-information/after-a-diagnosis/after-cancer-treatment مراجعه نمایید.

پلان‌گذاری مراقبت از قبل تعیین شده

GP یا تیم مراقبت‌های صحتی شما ممکن است با شما، فامیل و مراقب تان در مورد تداوی و ضروریات طبی آینده شما صحبت کند.

رهنمود صحتی از قبل تعیین شده

زیست‌خواست صحتی از قبل تعیین شده، گاهی با نام وصیت‌نامه زندگی نیز شناخته می‌شود، یک سند الزام‌آور قانونی است که به موجب آن شما سندی را برای فامیل خود و تیم مراقبت صحتی تان تهیه می‌کنید تا در صورت مریضی بیش از حدی که طی آن نمی‌توانید خودتان تصمیم بگیرید، آنها را از تداوی و مراقبتی که ممکن است بخواهید مطلع سازید. برای بدست آوردن معلومات بیشتر به www.advancecareplanning.org.au مراجعه نمایید.

مراقبت تسکینی

متخصص شما ممکن است شما را به خدمات مراقبت تسکینی ارجاع دهد، اما این همیشه به معنای مراقبت پایان عمر نیست. امروزه اگر اشخاص با ابتلا به سرطان زندگی می‌کنند یا سرطانشان عود می‌کند، می‌توانند بسیار زودتر به این خدمات مراجعه کنند. مراقبت تسکینی می‌تواند به شما کمک کند تا جای ممکن خوب زندگی کنید و بشمول مدیریت درد و علایم می‌شود. این مراقبت ممکن است در خانه، شفاخانه یا مکان دیگری که شما انتخاب می‌کنید ارائه شود.

با GP خود یا داکتر متخصص صحبت کنید و یا به www.palliativecare.org.au مراجعه نمایید.

تصمیم‌گیری در مورد تداوی

ممکن است تصمیم بگیرید که اصلاً تداوی نشوید، یا فقط برای کاهش درد و ناراحتی، تحت تداوی قرار بگیرید. ممکن است بخواهید تصمیم خود را با تیم مراقبت‌های صحتی، GP، فامیل و مراقب خود در میان بگذارید. برای بدست آوردن معلومات بیشتر به www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment مراجعه نمایید.

سوالاتی که ممکن است بخواهید پرسید



- برای کاهش علایم من چه کاری می‌توانید انجام دهید؟
- اگر فامیل و دوستانم در خانه از من مراقبت کنند، چه پشتیبانی اضافی می‌توانم دریافت کنم؟
- آیا می‌توانید به من کمک کنید تا با فامیلم در مورد آنچه رخ می‌دهد صحبت کنم؟
- کدام نوع حمایت برای فامیل یا مراقب من در دسترس است؟
- آیا ممکن است به خدمات پشتیبانی اجتماعی ارجاع داده شوم؟

سوالاتی که ممکن است بخواهید پرسید



- سرطان کجاست و آیا گسترش یافته است؟
- گزینه‌های تداوی من کدام هستند؟
- چانس اینکه تداوی این بار موثر باشد چقدر است؟
- آیا معاینه کلینیکی در دسترس است؟
- از کجا می‌توانم پشتیبانی بگیرم؟

سلب مسئولیت: همیشه در مورد مسائلی که بالای صحت شما تأثیر می‌گذارد با داکتر خود مشوره کنید. این رهنما به عنوان یک مقدمه کلی در نظر گرفته شده است و جایگزینی برای مشاوره مسلکی طبی، حقوقی یا مالی نیست. معلومات مربوط به سرطان بطور دوامدار ذریعه جوامع طبی و تحقیقاتی اپدیت و بازنگری می‌شود. در حالی که برای اطمینان از صحت در زمان انتشار نهایت کوشش صورت می‌گیرد، شورای سرطان استرالیا و اعضای آن مسئولیت هر نوع صدمه، ضرر یا زیان ناشی از استفاده یا اتکا به معلومات ارائه شده در فوق را نمی‌پذیرند.

منتشر شده در سپتامبر 2021.

این منبع برینیاد معلوماتی از مسیر مراقبت مطلوب برای اشخاص مبتلا به سرطان شش (ویرایش دوم) است که در www.cancer.org.au/OCP موجود است.