

ماذا تتوقع

لمفومة هودجكن ولمفومة خلايا ب المنتشرة



العربية | Arabic

ما يمكن توقعه خلال كل مرحلة من العلاج وما بعده

لمفومة هودجكن ولمفومة خلايا ب المنتشرة

نشرة المعلومات هذه تخبرك عما يمكنك أن تسأل عنه قبل وأثناء وبعد علاج سرطان الغدد الليمفاوية الخاصة بك. يمكنك أن تطلب من الفريق الخاص بك المزيد من المعلومات والدعم.

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

1. زيارة الطبيب

ينبغي على الطبيب الخاص بك القيام بفحص ليرى إذا كان يمكنه أن يجد ما الذي يجعلك تشعر بتوعك. وسوف يسألك أي من الأعراض التي قد تواجهك. فعلى سبيل المثال قد يكون لديك ورم أو نمو.

يجب أن يعمل الطبيب معك للتأكد من أن لديك المعلومات والمساعدة التي تحتاجها. 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 يُقرر طبيبك الانتظار ومراقبة ما يفعله الورم أو النمو. وسوف تقوم **بزيارة** الطبيب مرة أخرى خلال أربعة إلى ستة أسابيع.

قد يقوم طبيبك بإجراء اختبارات لفحص وجود سرطان الغدد الليمفاوية:

الموجات التلفزيونية فوق الصوتية

تستخدم الموجات الصوتية لعمل صورة لداخل الجسم.

اختزاع

تؤخذ عينة صغيرة من الورم أو النمو لفحصها تحت المجهر.

المسح الضوئي بالأشعة المقطعية الحصرية (CT scan)

تستخدم أجهزة الكمبيوتر والأشعة السينية لعمل صورة مفصلة للجسم.

قد يرسلك الطبيب للحصول على المزيد من الاختبارات مع أخصائي. الأخصائي هو طبيب قد تدرّب بالعمل مع الأشخاص المصابين بسرطان الغدد الليمفاوية. ينبغي أن يعطي الطبيب للأخصائي معلومات عن صحتك في الماضي، وإذا كان شخص آخر في عائلتك كان 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.

2. الاختبارات

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

يمكنك أن تسأل الأخصائي:

- ما هي الاختبارات التي ستقوم بعملها
- ما الذي سيحدث في الاختبارات
- ما الذي ستشير الاختبارات إليه

قد يكون لديك اختبار واحد أو مزيج من الاختبارات:

اختزاع

تؤخذ عينات صغيرة من الورم أو النمو لفحصها تحت المجهر.

سيُجرى لك اختزاع إذا لم يكن قد أُجري لك ذلك.

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.

المسح الضوئي بالتصوير المقطعي لانبعاث البوزترون (PET)

يتم حقن كمية صغيرة من المواد المشعة ويُجرى مسح ضوئي لكافة الجسم لإظهار أين هو السرطان.

3. العلاج

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

قد يتم استخدامه مع العلاج الكيميائي.

زرع الخلايا الجذعية الذاتية أو زرع نخاع العظم يتم حين يؤخذ بعض الدم قبل العلاج الكيميائي. يتم أخذ خلايا تُسمى خلايا جذعية من هذا الدم. الخلايا الجذعية هي خلايا تساعد الجسم على إنماء خلايا صحية جديدة. وعند الانتهاء من العلاج الكيميائي الخاص بك، يتم حقن الخلايا الجذعية التي تم تجميعها مرة أخرى في الدم.

قد تحتاج إلى الكثير من العلاج الكيميائي أو العلاج الإشعاعي لعلاج سرطان الغدد الليمفاوية الخاصة بك. وهذا ما يسمى بجرعة عالية. الجرعة العالية قد تقتل بعض نخاع العظام والخلايا الجذعية. وهذا أحد الآثار الجانبية للعلاج. أنت تحتاج هذه الخلايا لعمل الدم. قد يُجرى لك زرع خلايا الجذعية الذاتية لإعادة نخاع العظام الخاص بك والخلايا الجذعية مرة أخرى أو إذا لم يكن هذا السرطان اللمفاوي الأول الخاص بك.

يمكن أن يُجرى لك زرع خلايا جذعية خيفية. هذا يتم حين تُحقن بخلايا جذعية لشخص آخر بعد العلاج الكيميائي. وهذا أقل شيوعاً بكثير.

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 يوصلك مع الخدمات الأخرى والعاملين في مجال الصحة للتأكد من امكانك البقاء في صحة جيدة جسدياً وعاطفياً.

ينبغي على الأخصائي العمل مع فريق. يتكون فريق العمل الخاص بك من أشخاص يفهمون سرطان الغدد الليمفاوية. وسيستعرض الفريق الخاص بك نتائج الاختبار الخاصة بك. ينبغي أن يسألك ما الذي تريده وتحتاجه. يجب أن تعملوا معاً لعمل أفضل خطة للعلاجك.

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

وقد يقترح 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 الأدوية الأخرى قد تأخذها في نفس الوقت كالعلاج الخاص بك. قد لا تعمل بعض المعالجات جيداً مع العلاج الخاص بك. إذاً 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 مزيماً من العلاجات:

العلاج الكيميائي أو المعالجة بالعقاقير حيث تستخدم العقاقير لإيقاف نمو السرطان.

أنه العلاج الأكثر شيوعاً لسرطان الغدد الليمفاوية.

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:

- ينبغي أن يعمل معك الطبيب ويتحدث عن:
- العثور على مزيد من المعلومات والدعم للحفاظ على صحة جيدة جسدياً وعاطفياً، 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 الغدد الليمفاوية 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 فإذهب إلى الطبيب. يمكنك أن تطلب من طبيبك إجراء فحص طبي والمعلومات والدعم.

- الاختبارات التي تلقيتها لتشخيص سرطان الغدد الليمفاوية 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. يجب أن تتلقى أنت والطبيب خطة للمتابعة تتضمن:

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

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.cancerciv.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 مع طبيبك حول عمل خطة رعاية متقدمة معاً أو بزيارة الموقع الإلكتروني

www.advancecareplanning.org.au

الرعاية التيسينية

يتم استخدام الرعاية التيسينية في مراحل مختلفة من العلاج الخاص بك لمساعدتك على الشعور جيداً. 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

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

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 الغدد الليمفاوية وهناك أيضاً 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.

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** 

Leukaemia Foundation

- المعلومات والدعم للمصابين بسرطان الدم: **1800 620 420**
- www.leukaemia.org.au



Australian Government
Cancer Australia

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