



ما الذي يجب أن تعرفه عن

سرطان القولون والمستقيم



ما الذي يجب أن تعرفه عن سرطان القولون والمستقيم

إعداد
مكتب الاتصالات وتوعية المجتمع
مركز الحسين للسرطان
عمان- الأردن

ترجمة
العربية للإعلام (معاذ شقير ومشاركوه)
عمان- الأردن

تمت هذه الترجمة من الكتيبات الصادرة عن
المركز الوطني للسرطان
الولايات المتحدة الأمريكية

٥ ما الذي يجب ان تعرفه عن سرطان القولون والمستقيم
٥ فهم عملية تطور السرطان
٦ القولون والمستقيم
٧ فهم السرطان القولوني
٧ السرطان القولوني: من هم المعرضون لخطر الإصابة؟
٩ السرطان القولوني: التقليل من خطورة الإصابة؟
٩ الكشف المبكر عن السرطان
١٠ التعرف على الأعراض
١٠ تشخيص السرطان القولوني
١١ مراحل السرطان القولوني
١١ علاج السرطان القولوني
١٣ الآثار الجانبية
١٤ أهمية متابعة الرعاية
١٤ تقديم الدعم العاطفي
١٥ أسئلة موجهة إلى طبيبك
١٦ مصادر المعلومات



ما الذي يجب أن تعرفه عن سرطان القولون والمستقيم

يطرح تشخيص سرطان القولون أو المستقيم، والذي يسمى أيضا بالسرطان القولوني، العديد من الأسئلة، والحاجة إلى أجوبة واضحة ومفهومة. نرجو أن يكون في هذا الكتيب فائدة، فهو يوفر معلومات عن أعراض سرطانات القولون والمستقيم والكشف عنها وتشخيصها وعلاجها. بالإضافة إلى معلومات عن الأسباب المحتملة لها والوقاية منها. قد يساهم الحصول على هذه المعلومات المهمة في مساعدة المرضى وعائلاتهم على التعامل بصورة أسهل مع التحديات التي يواجهونها.

تعتبر سرطانات القولون والمستقيم معا من بين أكثر السرطانات شيوعاً في الأردن. فهي تصيب كلاً من الرجال والنساء وتتواجد في الأغلب بين من تجاوزوا الخمسين عاماً.



لقد حققت أبحاث السرطان تقدماً فعلياً في المعركة ضد السرطان القولوني - فقد تناقصت احتمالات الموت للمصابين بهذا المرض. في حين تحسنت نوعية حياتهم. بالإمكان الحصول على أحدث المعلومات وأكثرها دقة عن سرطان القولون والمستقيم من مركز الحسين للسرطان (على الهاتف المجاني رقم (080022662)).

فهم عملية تطور السرطان

يؤثر السرطان في خلايانا، وهي وحدة الحياة الأساسية في جسم الإنسان. من أجل فهم السرطان، من المفيد معرفة ما يحدث عند تحول الخلايا الطبيعية إلى خلايا سرطانية.

يتكون الجسم من أنواع متعددة من الخلايا. وفي الوضع الطبيعي، تنمو هذه الخلايا وتنقسم وتنتج المزيد من الخلايا حسب الحاجة إليها للحفاظ على صحة الجسم وسلامة قيامه بوظائفه، إلا أنه في بعض الأحيان تخرج العملية عن خطها. حيث تستمر الخلايا بالانقسام عند عدم الحاجة إلى خلايا جديدة، وتشكل الكتلة الزائدة من الخلايا نمواً أو ورماً. هذه الأورام قد تكون إما حميدة أو خبيثة.

• الأورام الحميدة

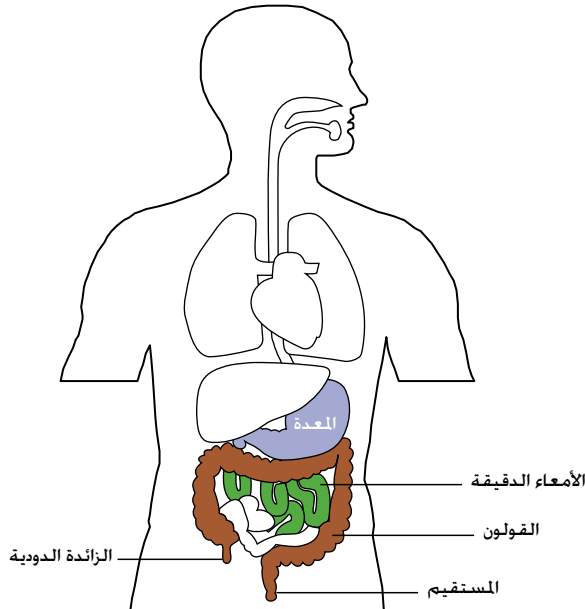
لا تعتبر سرطانياً. وهي قابلة للاستئصال عادة. وفي معظم الحالات لا تعود إلى الظهور. كما أن خلايا الأورام الحميدة لا تنتشر إلى أجزاء الجسم الأخرى. والأهم أنها نادراً ما تشكل خطورة على الحياة.

• الأورام الخبيثة

فتعتبر سرطانياً. حيث أن الخلايا في الأورام الخبيثة تعتبر غير طبيعية وتنقسم بلا تحكم أو نظام. تستطيع خلايا السرطان هذه أن تغزو الأنسجة المحيطة بها وتدمرها. كما تستطيع الانفصال عن الورم الخبيث. وقد تدخل مجرى الدم أو الجهاز الليمفاوي (الأنسجة والأعضاء التي تنتج وتخزن الخلايا التي تقاوم العدوى والمرض). تسمى هذه العملية النقلة. وهي الطريقة التي تنتشر بها خلايا السرطان من الورم الأصلي لتكون أوراماً جديدة (تسمى الأورام الثانوية) في أجزاء أخرى من الجسم.

القولون والمستقيم

يشكل كل من القولون والمستقيم جزءاً من الجهاز الهضمي للجسم. الذي يقوم باستخلاص العناصر الغذائية من الغذاء وتخزين الفضلات حتى تعبر إلى خارج الجسم. يشكل القولون والمستقيم معا أنبوباً عضلياً طويلاً يسمى الأمعاء الغليظة. ويطلق اسم "القولون" على ١٨٠ سم الأولى من الأمعاء الغليظة. بينما يشكل المستقيم آخر ٢٠-٣٠ سم منها.



فهم السرطان القولوني

يسمى السرطان الذي يبدأ في القولون بسرطان القولون. بينما يسمى السرطان الذي يبدأ في المستقيم بسرطان المستقيم. وبالإمكان أيضاً تسمية السرطانات التي تؤثر في أي من هذه الأعضاء بالسرطان القولوني.

السرطان القولوني

من هم المعرضون لخطر الإصابة؟

الأسباب الدقيقة للسرطان القولوني غير معروفة. إلا أن الدراسات تظهر أن عوامل الخطورة التالية تزيد من فرص إصابة الشخص بالسرطان القولوني:

• العمر

تزداد فرص الإصابة بالسرطان القولوني بازدياد عمر الأشخاص. هذا المرض شائع بدرجة أكبر بين الأشخاص الذين تزيد أعمارهم على ٥٠ عاماً. إلا أن السرطان القولوني قد يصيب أشخاصاً أقل عمراً. بل إنه في حالات نادرة يصيب المراهقين.



• النظام الغذائي

يبدو أن السرطان القولوني مرتبط بالأنظمة الغذائية الغنية بالدهون والسعرات الحرارية والفقيرة بالألياف. يعكف العلماء حالياً على استكشاف الدور الذي تقوم به هذه العوامل وعوامل غذائية أخرى في الإصابة بالسرطان القولوني.

• البوليبيد (Polyps)

البوليبيد هي عبارة عن نمو حميد على الجدار الداخلي للقولون والمستقيم. وهي شائعة إلى حد ما بين الأشخاص الذين تجاوزوا الخمسين. تزيد بعض أنواع البوليبيد من خطورة إصابة الشخص بالسرطان القولوني.

تسبب حالة وراثية نادرة. تسمى داء البوليبيد الأسرى. تكون المئات من البوليبيد في القولون والمستقيم. وما لم تتم معالجة هذه الحالة. فإن داء البوليبيد الأسرى قد يؤدي في الغالب إلى الإصابة بالسرطان القولوني.

• التاريخ الطبي للشخص

تظهر الأبحاث أن النساء اللواتي كان سرطان المبيضين أو المثانة أو الثدي قد أصابهن. معرضات نوعاً ما إلى احتمالات أكبر للإصابة بالسرطان القولوني. كذلك نجد أن الشخص الذي سبق وأصيب بالسرطان القولوني، قد يصاب بهذا المرض مرة أخرى.



• التاريخ العائلي

تزداد فرص إصابة الأقارب من الدرجة الأولى (الأبوان والاخوة والأخوات والأبناء) للشخص الذي سبق وأن أصيب بالسرطان القولوني. خصوصاً إذا أصيب القريب بالسرطان في عمر مبكر. حتى أن الفرص تزداد أكثر إذا سبق وأصيب العديد من أفراد العائلة بالسرطان القولوني.

• التهاب القولون التقرحي

التهاب القولون التقرحي هو حالة يتم فيها التهاب بطانة (غشاء) القولون. وتزيد الإصابة بهذه الحالة من فرصة إصابة الشخص بالسرطان القولوني.

عوامل الخطورة المرتبطة بالسرطان القولوني

- العمر
- النظام الغذائي
- السليمة
- التاريخ الطبي للشخص
- التاريخ العائلي
- التهاب القولون التقرحي

إن وجود واحد أو أكثر من عوامل الخطورة هذه في شخص ما، لا يعني أبداً أن هذا الشخص سوف يصاب بالسرطان القولوني. لكن هذا يزيد فرص الإصابة فقط. قد يرغب الأشخاص بالتحدث إلى الطبيب عن عوامل الخطورة هذه. ربما يستطيع الطبيب اقتراح طرق للتقليل من فرصة الإصابة بالسرطان القولوني ووضع جدول مناسب لإجراء الفحوص.

السرطان القولوني التقليل من خطورة الإصابة؟

يقوم العلماء بإجراء الأبحاث العلمية المتعلقة بأسباب السرطان القولوني والوقاية منه. تظهر الأبحاث أن السرطان القولوني ينشأ تدريجياً من البوليبيد الحميدة. وأن الكشف المبكر عن هذه البوليبيدات وإزالتها. قد يساعد على منع الإصابة بالسرطان القولوني. وتجرى حالياً دراسات على الحد من التدخين. استخدام المكملات الغذائية. استخدام الأسبرين أو الأدوية المماثلة. تقليل استهلاك الكحول. وزيادة النشاط البدني. للتأكد من أن هذه الطرق بمقدورها منع الإصابة بالسرطان القولوني. تقترح بعض الدراسات بأن اتباع نظام غذائي فقير بالدهون والسعرات الحرارية وغني بالألياف يمكن أن يساعد على منع الإصابة بالسرطان القولوني.

لقد تبين للباحثين أن التغيرات في جينات (وحدات الوراثة الأساسية) معينة ترفع من خطر الإصابة بالسرطان القولوني. قد يجد الأفراد الذين ينتمون إلى العائلات التي لديها العديد من حالات الإصابة بالسرطان القولوني. انه من المفيد التحدث إلى أخصائي في الجينات. الذي بمقدوره مناقشة توفر فحص خاص للدم لتقصي حدوث تغير جيني قد يزيد من فرصة الإصابة بالسرطان القولوني. بالرغم من أن حدوث هذا التغير لا يعني بالضرورة إصابة الشخص بالسرطان القولوني. إلا أن الذين تحدث لديهم هذه التغيرات قد يرغبون في التحدث مع أطبائهم عن ما ينبغي عليهم فعله لمنع الإصابة بالمرض أو للكشف المبكر عنه.

الكشف المبكر عن السرطان

ينبغي على الأشخاص الذين لديهم أي من عوامل الخطورة الموصوفة تحت عنوان "السرطان القولوني: من هم المعرضون لخطر الإصابة؟" سؤال أطبائهم متى يجب عليهم البدء بالتحقق من الإصابة بالسرطان القولوني. وما هي الفحوص التي ينبغي الخضوع لها. وكم مرة يجب القيام بها؟ قد يقترح الطبيب إجراء واحد أو أكثر من الفحوص المدرجة أدناه. وهي فحوص تستخدم للكشف عن البوليبيد أو السرطان. أو عن غيرهما من الحالات الشاذة الأخرى. حتى عندما لا تكون لدى الشخص أعراض. يستطيع الطبيب شرح المزيد عن كل فحص.

• فحص الدم الخفي في البراز

وهو فحص يستهدف معرفة ما إذا كان هناك دم مختف في البراز. فقد يؤدي السرطان أو البوليبيد في بعض الأحيان إلى حدوث نزيف. ويستخدم فحص الدم الخفي في البراز للكشف عن كميات قليلة من النزيف.

• تنظير القولون السيني أو المَعْرَج

وهو فحص المستقيم ونهاية القولون (القولون السيني) باستخدام أنبوب مضاء يدعى المنظار السيني.

- **تنظير القولون**
وهو فحص المستقيم وكامل القولون باستخدام أنبوب مضاء يدعى منظار القولون. ومن الممكن فحص المستقيم ونهاية القولون فقط بشكل محدد بمنظار خاص.
- **حقنة الباريوم الشرجية للمغايرة المزدوجة**
وهي سلسلة من صور الأشعة السينية للقولون والمستقيم. حيث يعطى المريض حقنة شرجية من محلول يحتوي على الباريوم، والذي يظهر حدود كل من القولون والمستقيم على صور الأشعة السينية.
- **فحص المستقيم بالإصبع**
وهو فحص يجربه الطبيب بإدخال إصبع برفاز مزيت في المستقيم لتلمس المناطق غير الطبيعية.

التعرف على الأعراض

- تتضمن العلامات والأعراض الشائعة للسرطان القولوني ما يلي:
- تغير في عادات التبرز
 - الإسهال أو الإمساك أو الشعور بأن الأمعاء لا تفرغ بالكامل
 - الدم (إما أحمر قاني أو غامق جدا) في البراز
 - غائط أقل كثافة من المعتاد
 - عدم الشعور بالراحة في منطقة البطن بشكل عام (آلام متكررة تسببها الغازات، أو الانتفاخ، أو الشعور بالامتلاء، أو المغص الحاد، أو جميعها معا)
 - فقدان الوزن من غير سبب معروف
 - الإرهاق المتواصل
 - التقيؤ
- هذه الأعراض قد يسببها السرطان القولوني أو حالات أخرى. ومن المهم مراجعة الطبيب.

تشخيص السرطان القولوني

- من أجل تحديد سبب الأعراض، يقوم الطبيب بتقييم التاريخ الطبي للمريض. كما أنه قد يقوم بإجراء فحص بدني وقد يطلب إجراء واحد أو أكثر من الفحوص التشخيصية التالية:
- **الأشعة السينية للأمعاء الغليظة** مثل حقنة الباريوم الشرجية للمغايرة المزدوجة. تستطيع الكشف عن البوليب أو تغيرات أخرى.
 - **تنظير القولون السيني أو المَعْرَج** يمكن الطبيب من رؤية داخل المستقيم وأسفل القولون ومن إزالة البوليب أو الأنسجة الأخرى غير الطبيعية للفحص بالمجهر.

- **تنظير القولون** الذي يمكن الطبيب من رؤية داخل المستقيم وكامل القولون ومن إزالة السليلة أو الأنسجة الأخرى الغير طبيعية للفحص بالمجهر.
- **استئصال البوليبيد** وهو إزالة البوليبيد خلال إجراء تنظير القولون السيني أو المَعْرَج أو تنظير القولون.
- **الخرزعة** وهي اقتطاع عينة من النسيج لفحصه بالمجهر من قبل اختصاصي الأنسجة ليقوم بالتشخيص.

مراحل السرطان القولوني

- يحتاج الطبيب في حالة التشخيص بالإصابة بالسرطان. إلى معرفة مرحلة (أو مدى) المرض. إن تتبع تطور المرض هو محاولة حذرة لمعرفة ما إذا كان السرطان قد انتشر. وإذا كان قد انتشر. لتحديد أجزاء الجسم التي انتقل إليها. وقد يتم إجراء مزيد من الفحوص للمساعدة في تحديد المرحلة.
- إن معرفة مرحلة المرض تساعد الطبيب على تخطيط العلاج. فيما يلي وصف للمراحل المختلفة للسرطان القولوني:

- المرحلة (صفر). السرطان في مرحلة مبكرة جداً. فهو يوجد فقط في الجزء الأعمق من بطانة (غشاء) القولون أو المستقيم.
- المرحلة (١). يشمل السرطان مزيداً من الجدار الداخلي للقولون أو المستقيم.
- المرحلة (٢). انتشر السرطان خارج القولون أو المستقيم ليصل إلى الأنسجة المجاورة. لكن ليس إلى العقد الليمفاوية. (العقد الليمفاوية هي كتل صغيرة شبيهة بالفول. وتشكل جزءاً من جهاز المناعة للجسم).
- المرحلة (٣). انتشر السرطان إلى العقد الليمفاوية المجاورة. لكن ليس إلى أعضاء الجسم الأخرى.
- المرحلة (٤). انتشر السرطان إلى أعضاء الجسم الأخرى. يميل السرطان القولوني إلى الانتشار إلى الكبد أو الرئتين أو كليهما.
- عائد. السرطان العائد أو الراجع يعني أن السرطان قد عاد بعد معالجته. قد يعود السرطان إلى القولون أو المستقيم أو أي جزء آخر من الجسم.

علاج السرطان القولوني

- يعتمد العلاج بشكل أساسي على حجم وموقع ومرحلة الورم. وعلى الحالة الصحية العامة للمريض. تتم معالجة المرضى في العادة من قبل فريق من المتخصصين وقد يشمل الفريق طبيباً مختصاً في الجهاز الهضمي وجراحاً واختصاصي أورام واختصاصي معالجة أورام بالأشعة. يستخدم العديد من أنواع العلاج لمعالجة السرطان القولوني. ويتم الجمع بين عدة علاجات في بعض الأحيان.

• الجراحة

لإزالة الورم، وهو العلاج الأكثر شيوعاً للسرطان القولوني. حيث يقوم الجراح بشكل عام بإزالة الورم إلى جانب جزء سليم من القولون أو المستقيم، أو العقد الليمفاوية المجاورة. يستطيع الطبيب في معظم الحالات إعادة ربط الأجزاء السليمة من القولون أو المستقيم.

في حالة عدم تمكن الجراح من إعادة ربط الأجزاء السليمة، قد يكون من الضروري إجراء شق فتحة القولون بشكل مؤقت أو دائم. من شأن فتحة القولون هذه، وهي شق جراحي خلال جدار البطن إلى القولون، أن توفر للمريض طريقاً جديداً للفضلات للخروج من الجسم. بعد إجراء شق فتحة القولون، يحمل المريض كيساً خاصاً لجمع فضلات الجسم. يحتاج بعض المرضى إلى إجراء شق فتحة القولون بشكل مؤقت للسماح للجزء السفلي من القولون أو المستقيم بالشفاء بعد الجراحة. يحتاج حوالي ١٥٪ من مرضى السرطان القولوني إلى إجراء شق فتحة القولون بشكل مؤقت.



• العلاج الكيماوي

وهو استخدام الأدوية المضادة للسرطان لقتل الخلايا السرطانية. قد يعطى العلاج الكيماوي للقضاء على أي خلايا سرطانية قد تبقى في الجسم بعد الجراحة. للتحكم بنمو الورم، أو للتخفيف من أعراض المرض. يعتبر العلاج الكيماوي علاجاً جهازياً أي أن الأدوية تدخل إلى مجرى الدم وتنتقل

عبر الجسم. تعطى معظم الأدوية المضادة للسرطان عن طريق حقنها مباشرة في الوريد أو عن طريق القسطار، وهو أنبوب رفيع يوضع داخل وريد كبير ويبقى هناك حسب الحاجة. بينما تعطى بعض الأدوية المضادة للسرطان على هيئة حبوب.

• المعالجة بالأشعة

والتي تتضمن استخدام الطاقة العالية للأشعة السينية لقتل الخلايا السرطانية. تعد المعالجة بالأشعة معالجة موضعية وهذا يعني أنها تؤثر فقط في الخلايا السرطانية الموجودة في المنطقة المعالجة. وتستخدم في الغالب لمعالجة المرضى المصابين بالسرطان في المستقيم.

قد يستخدم الأطباء المعالجة بالأشعة قبل الجراحة (لتقليص الورم لجعل إزالته أسهل) أو بعد الجراحة (للقضاء على أي خلايا سرطانية بقيت في المنطقة بعد المعالجة). وتستخدم المعالجة بالأشعة أيضاً للتخفيف من الأعراض. قد يكون مصدر الأشعة من جهاز (أشعة خارجية) أو من زراعة مصدر مشع (حاوي صغير للمادة المشعة) يوضع مباشرةً في، أو بجانب الورم (إشعاع داخلي). يعالج بعض المرضى بالنوعين من المعالجة بالأشعة.

• معالجة حيوية

تعرف أيضا باسم المعالجة المناعية ويستخدم فيها جهاز مناعة الجسم لمحاربة السرطان. حيث يجد جهاز المناعة خلايا السرطان في الجسم ويعمل على القضاء عليها. تستخدم المعالجة الحيوية لإصلاح وتحفيز وتحسين الوظيفة الطبيعية لجهاز المناعة المضادة للسرطان. وقد يعطى العلاج الحيوي بعد الجراحة إما لوحده أو جنباً إلى جنب المعالجة الكيماوية أو المعالجة بالأشعة. وتعطى معظم المعالجات الحيوية عن طريق حقنها في الوريد.

لقد أدت الأبحاث إلى تقدم كبير في معالجة السرطان القولوني. ويقوم الأطباء من خلال الأبحاث باكتشاف طرق جديدة لمعالجة السرطان. والتي قد تكون أكثر فاعلية من المعالجة المعتادة.

الآثار الجانبية

تعتمد الآثار الجانبية لعلاج السرطان على نوع العلاج. وقد تختلف تبعاً للشخص. وهي مؤقتة في أغلب الأحيان. يستطيع الأطباء والممرضون تفسير الآثار الجانبية المحتملة للعلاج. ويجب على المرضى إبلاغ أطبائهم عن الآثار الجانبية الحادة. ويستطيع الأطباء اقتراح طرق للمساعدة في التخفيف من الأعراض التي قد تحدث خلال أو بعد العلاج.

• الجراحة

تسبب ألماً قصيراً الأمد وضعفاً في منطقة العملية. وقد تسبب جراحة السرطان القولوني. بالإضافة إلى ذلك، إمساكاً مؤقتاً أو إسهالاً. وقد يعاني المرضى الذين خضعوا لعملية شق فتحة القولون (Colostomy) من حكة في الجلد حول الشق. ويستطيع الطبيب أو الممرض أو معالج فتحات البطن تعليم المريض كيفية تنظيف المنطقة لمنع الحكة والعدوى.

• المعالجة الكيماوية

تؤثر في الخلايا العادية بالإضافة إلى الخلايا السرطانية. وتعتمد الآثار الجانبية بشكل كبير على الدواء المعين والجرعة (الكمية المعطاة من الدواء). وتتضمن الآثار الجانبية الشائعة للمعالجة الكيماوية الغثيان والتقيؤ وفقدان الشعر وتقرحات في الفم. كما تتضمن الإسهال والإرهاق. وقد تحدث آثار جانبية خطيرة في أحيان أقل كالتهاب أو النزيف.

• المعالجة بالأشعة

تؤثر في الخلايا العادية بالإضافة إلى الخلايا السرطانية مثل المعالجة الكيماوية. وتعتمد الآثار الجانبية للمعالجة بالأشعة بشكل رئيسي على الجرعة من العلاج والجزء الذي يتم علاجه من الجسم. الآثار الجانبية الشائعة للمعالجة بالأشعة هي الإرهاق وتغيرات في جلد المنطقة التي تم علاجها وفقدان الشهية والغثيان والإسهال. وقد تسبب المعالجة بالأشعة في بعض الأحيان بالنزيف عبر المستقيم (دم في البراز).

• المعالجة الحيوية

قد تسبب آثاراً جانبية متنوعة تبعاً لنوع العلاج المحدد. وتسبب العلاجات في الغالب أعراضاً شبيهة بأعراض الأنفلونزا، كالبرد والحمى والضعف والغثيان.

هناك العديد من الكتيبات المفيدة والتي تتضمن "أنت والمعالجة بالأشعة" و"أنت والمعالجة الكيماوية" و"السرطان والتغذية". وهي جميعها تقترح للمرضى أساليب تساعد في التخفيف من الآثار الجانبية التي قد تحدث خلال العلاج.

يستطيع الطبيب تفسير الآثار الجانبية المحتملة للعلاج. ويجب على المرضى الإبلاغ عن الآثار الجانبية الحادة. يستطيع الأطباء والمرمضون اقتراح طرق للمساعدة في التخفيف من الأعراض التي قد تحدث خلال أو بعد العلاج.

أهمية متابعة الرعاية

إن متابعة الرعاية بعد علاج السرطان القولوني مهمة. فالفحوص المنتظمة تضمن أن التغييرات في الصحة قد تمت ملاحظتها. فإذا عاد السرطان، أو إذا كان جديداً، فإنه يمكن معالجته بأقصى سرعة ممكنة. وقد تتضمن الفحوصات المطلوبة فحصاً بدنياً. فحصاً للدم المخفي في البراز، تنظيراً للقولون، صوراً للقولون بالأشعة السينية، وعدداً من الفحوصات المخبرية. ينبغي على الشخص الذي سبق وأصيب بالسرطان القولوني إبلاغ الطبيب عن أي مشاكل صحية تحدث في الأوقات ما بين مواعيد الفحوصات حال ظهورها.

تقديم الدعم العاطفي

يشكل التعايش مع مرض خطير مثل السرطان تحدياً. فبعيداً عن اضطرارهم إلى التكيف مع التحديات البدنية والطبية. يواجه المصابون بالسرطان العديد من الهموم والمشاعر والاهتمامات التي قد تجعل الحياة صعبة. يجد بعض الناس أنهم بحاجة إلى المساعدة في التكيف مع النواحي العاطفية للمرض. كحاجتهم إلى ذلك في النواحي العملية.

في الواقع، عادة ما يشكل الاهتمام بالعبء العاطفي الناتج من الإصابة بالسرطان جزءاً من خطة معالجة المريض. وبإمكان الدعم الذي يقدمه فريق الرعاية الطبية (الأطباء والممرضون والمرشدون الاجتماعيون وآخرون) وجماعات الدعم وشبكات الاتصال فيما بين المرضى أنفسهم، مساعدة الناس في التخفيف من الشعور بالوحدة والانزعاج. وفي تحسين نوعية حياتهم. توفر جماعات دعم مرضى السرطان الموقع اللازم. حيث يستطيع مرضى السرطان التحدث عن التعايش مع السرطان مع آخرين ربما يمرون بنفس الخبرات.

أسئلة موجهة إلى طبيبك

إن هذا الكتيب مصمم لمساعدتك في الحصول على المعلومات التي تحتاجها من طبيبك. حتى تستطيع أخذ قرارات مدروسة تتعلق برعايتك الصحية. بالإضافة إلى أن توجيهك الأسئلة التالية إلى طبيبك سوف يساعدك على فهم حالتك بشكل أفضل. من أجل مساعدتك على تذكر ما يقوله طبيبك، تستطيع أخذ ملاحظات. بالإضافة إلى أن بعض الأشخاص قد يرغبون بتواجد أحد أعضاء العائلة أو صديق برفقتهم أثناء التحدث إلى الطبيب - للمشاركة في النقاش أو لأخذ الملاحظات أو للاستماع فقط.

• التشخيص

- ما هي الفحوص التي تشخص السرطان القولوني؟ هل هي مؤلمة؟
- كم من الوقت يلزم لمعرفة نتائج بعد إجراء الفحص؟
- هل أطفالتي أو أقاربي الآخرون في خطر أكبر للإصابة بالسرطان القولوني؟

• العلاج

- ما هي المرحلة التي وصل إليها مرضي بالسرطان؟
- ما هي المعالجات الموصى بها بالنسبة لحالتي؟
- هل ينبغي علي الذهاب إلى جراح؟ اختصاصي أورام؟ اختصاصي معالجة أورام بالأشعة؟
- هل سأحتاج إلى إجراء شق فتحة القولون (Colostomy)؟ هل ستكون دائمة؟
- ماذا سيحدث إذا لم أخضع للعلاج الموصى به؟
- هل احتاج إلى التواجد في المستشفى لتلقي علاجي؟ ما هي المدة الزمنية؟
- كيف ستتغير نشاطاتي العادية خلال تلقي العلاج؟
- بعد المعالجة، كم مرة يجب أن أجري الفحوص؟ ما هو نوع متابعة الرعاية التي يجب أن أحصل عليها؟

• الآثار الجانبية

- ما هي الآثار الجانبية التي يجب أن أتوقعها؟ كم ستدوم؟
- ما هي الآثار الجانبية التي ينبغي علي الإبلاغ عنها؟ بمن يجب أن أتصل؟

• فريق الرعاية الصحية

- من هم الأشخاص الذين سيشاركون في علاجي وإعادة تأهيلي؟ ما الدور الذي سوف يقوم به كل عضو في فريق الرعاية الصحية؟
- ما هي خبرتك في رعاية المرضى المصابين بالسرطان القولوني؟

مصادر المعلومات

في حال رغب القارئ الكريم في الحصول على مزيد من المعلومات ذات صلة بالسرطان. في هذه الحالة ستجد المساعدة المطلوبة لدى مكتب الاتصالات وتوعية المجتمع في مركز الحسين للسرطان على النحو التالي:

· عن طريق الهاتف: حيث يقدم مكتب توعية المجتمع للمرضى وعائلاتهم وللجمهور عموماً معلومات دقيقة عن مرض السرطان على الهاتف المجاني رقم (080022662).

· عن طريق الإنترنت: www.khcc.jo الموقع الرئيسي لمركز الحسين للسرطان ويحتوي معلومات عن المركز والبرامج التي يقدمها.

· عن طريق الفاكس +962-6-5300 465

· عن طريق المنشورات والكتيبات: حيث يتوفر لدى مكتب الاتصالات وتوعية المجتمع التابع لمركز الحسين للسرطان القائمة التالية من هذه الكتيبات:

١ سرطان عنق الرحم	٢١ الأورام القتامينية
٢ سرطان الحنجرة	٢٢ سرطان الدم
٣ سرطان المعدة	٢٣ السرطان المتقدم
٤ سرطان الكلية	٢٤ السيطرة على الألم
٥ سرطان البروستاتة	٢٥ المواجهة
٦ سرطان الرئة	٢٦ عندما يعود السرطان
٧ سرطان المثانة	٢٧ أنت والمعالجة بالأشعة
٨ سرطان الغدة الدرقية	٢٨ سرطان الرحم
٩ سرطان الفم	٢٩ أنت والمعالجة الكيماوية
١٠ سرطان الجلد	٣٠ لنجعل السرطان اقل ألماً
١١ سرطان المبيضين	٣١ التغذية والسرطان
١٢ سرطان الكبد	٣٢ سرطان الثدي. الفحص الذاتي وصورة الثدي الشعاعية
١٣ سرطان الثدي	٣٣ مسحة عنق الرحم فحص بسيط فلا تقلقي
١٤ سرطان البنكرياس	٣٤ الحياة بعد العلاج من السرطان
١٥ سرطان المريء	٣٥ سرطان القولون
١٦ سرطان الشامة والوحمة	٣٦ سرطان الخصية
١٧ أورام الدماغ	٣٧ سرطان العظام
١٨ الأورام الليمفاوية عدا "هودجكين"	
١٩ مرض "هودجكين"	
٢٠ السرطان النخاعي المتعدد	



لقد تم إصدار هذه الكتيبات لتثقيف وتوعية المرضى وذويهم وكذلك المراجعين. حول مرض السرطان ليتسنى لهم مواجهته. فأعدناها لتشمل جميع النواحي المتعلقة بهذا المرض من حيث الأعراض والتشخيص والعلاج وكيفية التعامل مع الأعراض الجانبية للعلاج بالإضافة إلى كتيبات تتعلق بكل مرض من امراض السرطان على حده.

ولكي يتسنى لنا تحقيق التواصل معكم في تحديث نشراتنا وموادنا التثقيفية وتوزيعها. فيرجى منكم الإجابة على الأسئلة التالية لتقييم أعمالنا. ووضع هذه الورقة في الصندوق الخاص بقسم الاتصالات وتوعية المجتمع.

مع الشكر

اسم الكتيب الذي قرأته:

هل قمت بقراءة هذا الكتيب: نعم لا

إذا كانت الإجابة بنعم الرجاء الإجابة عن الأسئلة التالية:

١. من في رأيك المستفيد من هذه الكتيبات: المريض أهل المريض الأشخاص غير المصابين

٢. كيف تجد هذا الكتيب من حيث؟

- | | | | | |
|---------------------------------|-------------------------------|---------------------------------|--------------------------------|-----------|
| <input type="checkbox"/> ممتازة | <input type="checkbox"/> جيدة | <input type="checkbox"/> متوسطة | <input type="checkbox"/> ضعيفة | • الحجم |
| <input type="checkbox"/> ممتازة | <input type="checkbox"/> جيدة | <input type="checkbox"/> متوسطة | <input type="checkbox"/> ضعيفة | • الشكل |
| <input type="checkbox"/> ممتازة | <input type="checkbox"/> جيدة | <input type="checkbox"/> متوسطة | <input type="checkbox"/> ضعيفة | • اللغة |
| <input type="checkbox"/> ممتازة | <input type="checkbox"/> جيدة | <input type="checkbox"/> متوسطة | <input type="checkbox"/> ضعيفة | • المحتوى |
| <input type="checkbox"/> ممتازة | <input type="checkbox"/> جيدة | <input type="checkbox"/> متوسطة | <input type="checkbox"/> ضعيفة | • الفهم |
| <input type="checkbox"/> ممتازة | <input type="checkbox"/> جيدة | <input type="checkbox"/> متوسطة | <input type="checkbox"/> ضعيفة | • الوضوح |
| <input type="checkbox"/> ممتازة | <input type="checkbox"/> جيدة | <input type="checkbox"/> متوسطة | <input type="checkbox"/> ضعيفة | • البساطة |

٣. إلى أي مدى ترى بأن المعلومات التي يتناولها هذا الكتيب ذات صلة بأولويات وحاجات المريض؟ ممتازة جيدة متوسطة ضعيفة

٤. هل تشعر بأن هذا الكتيب قد ساهم في زيادة معرفتك بالموضوع الذي يطرحه؟ إلى حد كبير إلى حد ما قليلا أبدا

٥. إلى أي مدى كانت المعلومات المطروحة في هذه الكتيبات ذات فائدة لكم؟ إلى حد كبير إلى حد ما قليلا أبدا

٦. هل تعتقد بأن هذا الكتيب شمل كافة النواحي التي تتعلق بموضوعه؟ إلى حد كبير إلى حد ما قليلا أبدا

٧. هل أجاب هذا الكتيب على جميع استفساراتك حول الموضوع الذي يتناوله؟ إلى حد كبير إلى حد ما قليلا أبدا

ملاحظات أخرى:

ما يعجز عنه السرطان؟

إن السرطان محدود القدرة

لا يمكنه أن يشل الحب

لا يمكنه أن يحطم الأمل

لا يمكنه أن يفسد الإيمان

لا يمكنه أن يدمر السلام

لا يمكنه أن يقتل الصداقة

لا يمكنه أن يقمع الذكريات

لا يمكنه أن يسكت الشجاعة

لا يمكنه أن يغزو الروح

لا يمكنه أن يسلب الحياة الآخرة

لا يمكنه أن يتغلب على العزيمة



لأن حياتنا تستحق فلنتغلب على السرطان

مؤسسة الحسين للسرطان
King Hussein Cancer Foundation



3rd circle - Sharif Hussein Bin Ali St.
P.O.Box 35102, Amman 11180, Jordan
Tel: (9626) 4617555 Fax: (9626) 4618999
E-mail: info@khcf.jo

الدوار الثالث - شارع الشريف حسين بن علي
ص.ب. ٣٥١٠٢، عمان، ١١١٨٠، الأردن
تلفون: ٤٦١٧٥٥٥ (٩٦٢٦)
فاكس: ٤٦١٨٩٩٩ (٩٦٢٦)

مركز الحسين للسرطان
King Hussein Cancer Center

Queen Rania Al-Abdullah St.
P.O.Box 1269, Amman 11941, Jordan
Tel: (9626) 5300460 Fax: (9626) 5342567
E-mail: info@khcc.jo

شارع الملكة رانيا العبدالله
ص.ب. ١٢٦٩، عمان ١١٩٤١، الأردن
تلفون: ٥٣٠٠٤٦٠ (٩٦٢٦)
فاكس: ٥٣٤٢٥٦٧ (٩٦٢٦)

Free phone 0800 22 66 2 الرقم المجاني
www.khcc.jo