

إن الإصابة بمرض السرطان ليست نهاية المطاف لكن سيخوض المريض رحلة العلاج وهذه الرحلة تتضمن تغيرات في نمط حياته ومن أهمها الإقلاع عن التدخين لأسباب سوف يتم تسليط الضوء عليها من خلال هذا المنشور.

هناك خطورة على الشخص المصاب بالسرطان عند استمراره بالتدخين، بالمقابل فإن الإقلاع عن التدخين له فوائد عديدة لمريض السرطان مهما كان نوع السرطان ومرحلته.

لنتعرف على أهمية الإقلاع عن التدخين في كل تدخل علاجي لمريض السرطان:

قبل الخضوع لعملية جراحية

كلما تم الإقلاع عن التدخين مبكراً، كان ذلك أفضل لمريض السرطان الذي سيخضع لعملية جراحية، حيث أن الاستمرار بالتدخين يزيد من صعوبة التئام الجروح بعد العمليات الجراحية كما يزيد من خطر التعرض لالتهابات الجروح والإصابة بكثير من المضاعفات.

يرجع السبب في ذلك إلى نقص معدلات الأكسجين لدى المدخنين، حيث يُعد الأكسجين العامل الأساسي في عملية التئام الجروح، لذا تكون هذه العملية أبطأ عند المدخنين فتطول مدة إقامة المرضى المدخنين في المستشفى بعد الخضوع للعمليات الجراحية بالمقارنة مع غير المدخنين.

قبل الخضوع للعلاج الكيماوي

من المعروف تعرض المرضى للعديد من الأعراض الجانبية عند الخضوع للعلاج الكيماوي، وتختلف حدة هذه الأعراض وظهورها من شخص لآخر. من هذه الأعراض:

- الإرهاق
- فقدان الوزن
- ضعف العضلات
- مشاكل في القلب والرئتين

إن الاستمرار بالتدخين قبل وأثناء العلاج الكيماوي يزيد من حدة هذه الاعراض الجانبية. وبما أن التدخين يقلل من نسبة الأكسجين في الدم، لذا تقل قدرة الدم على حمل الدواء وتقل قدرة الجسم على امتصاصه وبالتالي تقل فعالية العلاج الكيماوي وتطول فترة العلاج عند المريض.

📌 إن الإقلاع عن التدخين يقلل من احتمالية عودة السرطان أو الإصابة بأنواع أخرى من السرطان.

قبل الخضوع للعلاج الإشعاعي

إن الإقلاع عن التدخين يزيد من مدى استجابة الجسم للعلاج الإشعاعي، حيث يرتبط ذلك أيضا بعودة الأكسجين الى المعدلات الطبيعية.

من ناحية أخرى، يعتبر فقدان الشهية عاملا مشتركا بين التدخين وتلقي العلاج الإشعاعي، لذا فإن الإقلاع عن التدخين سوف يقلل من مشكلة فقدان الشهية وبالتالي المحافظة على الوزن الصحي.

من الممكن أيضا أن يواجه المرضى الذين يدخنون في فترة العلاج الإشعاعي التهابات ومشاكل تنفسية بالإضافة إلى طول مدة الإقامة في المستشفى.

📌 أثبتت الدراسات زيادة احتماليه النجاة من السرطان عند المرضى الذين أقلعوا عن التدخين.

كيف يمكن للإقلاع عن التدخين أن يحسن من نوعية الحياة؟



إن الإقلاع عن التدخين يساهم في تحسين نوعية تلقي العلاج مهما كان نوع السرطان ومرحلته وهذا قد يساهم في زيادة فرص النجاة من هذا المرض.

بعض الفوائد الأخرى للإقلاع عن التدخين لمرضى السرطان:

بعد الخضوع لعملية جراحية، تقل حاجة المريض إلى المساعدة في التنفس



يحسن من وظائف القلب والرئتين



يصبح النوم أسهل ويشعر المريض بالطاقة والحيوية



يتحسن المزاج ويقل الشعور بالتوتر



زيادة الشعور الإيجابي وتعزيز الثقة بالنفس



تحسين فعالية العلاج ونسبة الاستجابة له



✓ سوف يشعر مريض السرطان بفوائد الإقلاع عن التدخين مهما كان نوع السرطان ومدة التدخين.

لماذا يعتبر الإقلاع عن التدخين أمراً صعباً على مريض السرطان؟

إن التدخين يعتبر إدماناً، حيث أن مادة النيكوتين تصل إلى الدماغ خلال ثوان معدودة وتقوم بتنشيط مستقبلات النيكوتين مما يجعل الشخص المدخن يشعر بالراحة لوهلة، ولكن هذا الشعور لا يدوم طويلاً، فعندما يقل تركيز النيكوتين في الجسم وتفرغ تلك المستقبلات، تنشأ لدى المدخن رغبة ملحة بالتدخين حيث يشعر بعدم الارتياح والتوتر بالإضافة إلى الأعراض الانسحابية.

نستطيع مساعدتك في الإقلاع عن التدخين

يقوم أخصائيون معتمدون في علاج الإدمان على التبغ بتقديم المشورة والارشاد في عيادة الإقلاع عن التدخين في مركز الحسين للسرطان بالإضافة إلى توفير خدمات متكاملة لمساعدة مرضى المركز في الإقلاع عن التدخين.



❏ لا تتردد باللجوء إلى أخصائي علاج الإدمان على التبغ لتجنب الأخطاء الشائعة التي قد تحصل في مرحلة الإقلاع عن التدخين.

اعطي نفسك فرصة لكي تقلع عن التدخين بشكل نهائي، مع الأخذ بعين الاعتبار بأنه قد يستغرق أكثر من محاولة للإقلاع. لذا احرص دائماً ان يكون طبيبك على اطلاع بما تمر به من صعوبات وهذا لضمان حصولك على الرعاية اللازمة والعلاج المناسب.

بالإضافة إلى المشورة والإرشاد، يقوم الأخصائيون بتقديم العلاج باستخدام الأدوية الموصوفة طبياً مما يساعد الأشخاص في السيطرة على الأعراض الإنسحابية لمادة النيكوتين والتي تحتوي على تراكيز مختلفة مقارنة بتلك المتواجدة في منتجات التبغ ولا تحتوي على المواد الكيميائية السامة الأخرى المتواجدة في منتجات التبغ.

تساعد هذه الأدوية على التخفيف من الرغبة الشديدة بالتدخين. وتشمل بدائل النيكوتين ما يلي:

- لصقة النيكوتين
- بخاخ النيكوتين
- بخاخ أنف النيكوتين
- علكة النيكوتين
- حبوب مص النيكوتين

الإستخدام الصحيح لأدوية علاج الإدمان على التبغ تزيد من فرص النجاح في الإقلاع عن التدخين. 

وتقدم العيادة الأدوية التي لا تحتوي على النيكوتين وهي:

• البيوبروبيون (™Zyban)

• فارنيكلين (™Champix)

للحصول على النتائج المثلى يجب استشارة أخصائي علاج الإدمان على التبغ حول الجرعة المناسبة من الأدوية. 

عن عيادة الإقلاع عن التدخين

يعمل في عيادة الإقلاع عن التدخين في مركز الحسين للسرطان أخصائيون معتمدون في علاج الإدمان على التبغ. وتوفر العيادة خدمات متكاملة تشمل تقديم المشورة والعلاجات الدوائية والمتابعة. وتقدم العيادة خدماتها لمرضى المركز وعامة المواطنين.

للمزيد من المعلومات يرجى الاتصال على:

06-5300460 فرعي 4086 أو 077-844-4517

بإمكانك أيضاً زيارة الموقع الإلكتروني:

<http://www.khcc.jo/section/khccs-tdt-clinic>

عيادة الإقلاع عن التدخين - مركز الحسين للسرطان

شارع الملكة رانيا العبدالله
(بجانب الجامعة الأردنية)

ص.ب. 1269 الجببية

عمان، 11941 الأردن

www.khcc.jo





مركز الحسين للسرطان

أهمية الإقلاع عن التدخين لمريض السرطان

