



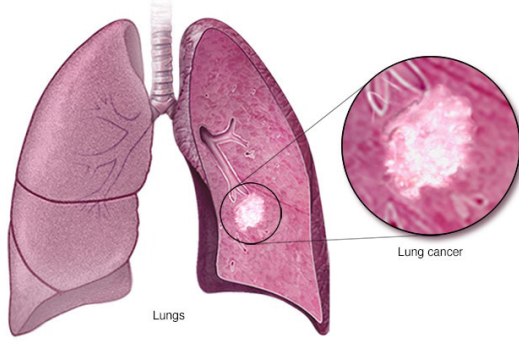
مركز الحسين للسرطان  
King Hussein Cancer Center

## سرطان الرئة





## نظرة عامة



سرطان الرئة نوع من السرطانات ينشأ في الرئتين، إن رئتيك عضوان إسفنجيان في صدرك، يستقبلان الأكسجين عند الشهيق، ويطلقان ثاني أكسيد الكربون عند الزفير.

يعد سرطان الرئة هو السبب الأساسي في الوفيات الناجمة عن مرض السرطان

في الولايات المتحدة، بين الرجال والنساء كليهما. يقضي سرطان الرئة على حيوات أكثر مما تفعل سرطانات القولون، والبروستاتا، والمبيضين، والثدي مجتمعين كل عام.

إن الأشخاص المدخنين لديهم أعلى خطر للإصابة بسرطان الرئة، مع أنه يمكن أن يصيب أيضاً من لم يدخن قط. يزيد خطر الإصابة بسرطان الرئة كلما طالت مدة التدخين، و زاد عدد السجائر التي دخنتها. إذا أقلمت عن التدخين، حتى بعد التدخين لسنوات عديدة، يمكنك تقليل فرص إصابتك بسرطان الرئة إلى حد كبير.

## الأعراض

عادةً لا يؤدي سرطان الرئة إلى ظهور أعراض أو علامات في مراحله المبكرة. وعادةً لا تظهر علامات وأعراض سرطان الرئة إلا إذا كان المرض في مرحلة متقدمة.

قد تتضمن أعراض سرطان الرئة وعلاماته:

- سعالاً ظهر جديداً ولا يزول
- سعال الدم حتى لو بكمية بسيطة
- ضيق النفس
- ألم الصدر
- بحة في الصوت
- فقدان الوزن دون محاولة ذلك
- ألم بالعظام
- الصداع

## الأسباب

يسبب التدخين معظم حالات سرطان الرئة — سواء في المدخنين أو في الأشخاص المعرضين للتدخين السلبي. ولكن يحدث سرطان الرئة أيضاً لدى الأشخاص الذين لم يدخنوا أبداً ولدى الأشخاص الذين لم يتعرضوا أبداً للتدخين السلبي. في هذه الحالات، قد لا يكون هناك سبب واضح لسرطان الرئة.

### كيف يسبب التدخين سرطان الرئة

يعتقد الأطباء أن التدخين يسبب سرطان الرئة عن طريق إتلاف الخلايا المبطنة لجدار الرئة. فعند استنشاق أذخنة السجائر، والتي تكون مليئة بالمواد المسرطنة، تحدث تغيرات سريعة في أنسجة الرئة.

في البداية قد يكون جسدك قادراً على إصلاح ذلك التلف. إلا أن التلف الواقع على الخلايا المبطنة للرئة يتزايد مع تكرار التعرض للأذخنة. وبمرور الوقت، يدفع ذلك التلف بالخلايا لسلوك غير طبيعي يؤدي في النهاية إلى حدوث السرطان.

### أنواع سرطان الرئة

يقسم الأطباء سرطان الرئة إلى نوعين رئيسيين بناءً على مظهر خلايا سرطان الرئة تحت المجهر. يتخذ طبيبك خيارات العلاج بناءً على النوع الرئيسي لسرطان الرئة الذي تعانيه. النوعان الرئيسيان لسرطان الرئة هما:

- سرطان الرئة ذو الخلايا الصغيرة. يكاد سرطان الرئة ذو الخلايا الصغيرة يحدث حصرياً في المدخنين الشبهين وهو أقل شيوعاً من سرطان الرئة ذي الخلايا غير الصغيرة.

- سرطان الرئة ذو الخلايا غير الصغيرة. سرطان الرئة ذو الخلايا غير الصغيرة مصطلح واسع النطاق يشمل عدة أنواع لسرطانات الرئة التي تتصرف بطريقة متشابهة. تتضمن سرطانات الرئة ذات الخلايا غير الصغيرة سرطان الخلايا الحرشفية، والسرطان الغدي، وسرطان الخلايا الكبيرة.

## عوامل الخطر

قد يزيد العديد من العوامل من خطر الإصابة بسرطان الرئة. ويمكن ضبط بعض عوامل الخطر مثل الإقلاع عن التدخين على سبيل المثال. ولا يمكن ضبط بعض العوامل الأخرى مثل التاريخ العائلي مثلاً.

## تشمل عوامل خطر سرطان الرئة:

- **التدخين.** يزيد خطر الإصابة بسرطان الرئة مع زيادة عدد السجائر التي تدخنها يوميًا وعدد سنوات التدخين. ويقلل الإقلاع عن التدخين في أي عمر خطر الإصابة بسرطان الرئة على نحو هائل.
- **التعرض للتدخين السلبي.** حتى لو لم تكن مدخنًا، يزيد خطر إصابتك بسرطان الرئة إذا كنت معرضًا للتدخين السلبي.
- **التعرض لغاز الرادون.** ينبعث غاز الرادون بالتحلل الطبيعي لليورانيوم في التربة والصخور والماء، ويصبح جزءًا طبيعيًا من الهواء الذي نتنفسه. وقد تتراكم النسب غير الآمنة من الرادون في أي بناية بما في ذلك المنازل.
- **التعرض للأسبستوس ومسببات السرطان الأخرى.** يسبب التعرض للأسبستوس والمركبات الأخرى في أماكن العمل السرطان — مثل الأرسنيك والكروميوم والنيكل — كما تزيد من خطر إصابتك بسرطان الرئة خاصة إذا كنت مدخنًا.
- **التاريخ العائلي لسرطان الرئة.** يزيد خطر الإصابة بهذا المرض من لديهم آباء مصابون به أو شقيق أو ابن مصاب به.

## المضاعفات

ويمكن أن يسبب سرطان الرئة حدوث مضاعفات، مثل:

- **ضيق التنفس** يمكن أن يعاني الأشخاص المصابون بسرطان الرئة ضيقًا في التنفس إذا نما السرطان لدرجة حجب المجاري الهوائية الرئيسية. يمكن لسرطان الرئة أيضًا أن يتسبب في تراكم السوائل حول الرئتين، مما يجعل من الصعب على الرئة المصابة أن تتوسع بشكل كامل عند الشهيق.
- **خروج الدم مع السعال.** يمكن أن يسبب سرطان الرئة نزيفًا في المجرى الهوائي الذي يمكن أن يسبب لك خروج الدم مع السعال (نفث الدم). أحيانًا يمكن أن يصبح النزيف شديدًا، تتوفر علاجات للسيطرة على النزيف.

- **الألم.** سرطان الرئة المتقدم الذي ينتشر في بطانة الرئة أو إلى منطقة أخرى من الجسم، مثل العظم، يمكن أن يسبب الألم. أبلغ طبيبك إذا كنت تعاني ألماً؛ نظراً لأنه تتوفر العديد من العلاجات للسيطرة على الألم.
- **سائل في الصدر (الانصباب الجنبي).** يمكن أن يسبب سرطان الرئة تراكم السائل في الحيز المحيط بالرئة المصابة في تجويف الصدر (حَيِّزٌ جَنْبِيٌّ). يمكن أن يسبب تراكم السوائل في الصدر ضيقاً في التنفس. تتوفر العلاجات لتصريف السائل من صدرك وخفض احتمالية الإصابة بأن يحدث الانصباب الجنبي مرة أخرى.
- **السرطان الذي ينتشر في أجزاء أخرى من الجسم (النقائل العظمية).** غالباً ما ينتشر سرطان الرئة (ينتقل) إلى أجزاء أخرى من الجسم، مثل الدماغ والعظام. يمكن أن يسبب السرطان الذي ينتشر ألماً وغثياناً وحالات صداع أو علامات وأعراضاً أخرى وفقاً للعضو المصاب. وبمجرد انتشار سرطان الرئة إلى خارج الرئتين، فإنه عادة ما يكون غير قابل للشفاء. تتوفر العلاجات لتقليل العلامات والأعراض ولمساعدتك على العيش لفترة أطول.

## الوقاية

لا توجد طريقة مؤكدة للوقاية من سرطان الرئة، لكن قد يقل خطر الإصابة إذا:

- **امتنع عن التدخين.** إذا كنت لا تُدخن من قبل، فلا تشرع بالتدخين. تحدث إلى أطفالك بشأن عدم التدخين وبذلك يمكنهم فهم كيفية تجنب عامل الخطر الرئيسي لسرطان الرئة. ابدأ المحادثات عن مخاطر التدخين مع أطفالك في مرحلة مبكرة وبذلك يمكنهم معرفة كيفية التعامل مع ضغط الأقران.
- **الإقلاع عن التدخين.** أقلع عن التدخين الآن. يقلل الإقلاع عن التدخين خطر الإصابة بسرطان الرئة، حتى إذا كنت تدخن منذ سنوات. تحدث إلى طبيبك عن استراتيجيات مساعدات الإقلاع عن التدخين التي قد تساعدك. تتضمن الخيارات المنتجات البديلة للنيكوتين والأدوية ومجموعات الدعم.
- **تجنب التدخين السلبي.** إذا كنت تعيش مع مدخن أو تعمل معه، فحجّه على الإقلاع عن التدخين. على الأقل، اطلب منه التدخين خارج المكان الذي توجد فيه. تجنب الأماكن التي

يدخن فيها الأفراد، مثل المطاعم والحانات وابعث عن خيارات لأماكن خالية من التدخين.

- تجنب مسببات السرطان في العمل. ينبغي اتخاذ الإجراءات الوقائية لحماية نفسك من التعرض للمواد الكيميائية في العمل. اتبع إجراءات وقاية صاحب العمل. على سبيل المثال، إذا تم إعطاؤك قناعاً للوجه للحماية، ارتديه دائماً. اسأل طبيبك ما الذي يمكنك أن تفعله لحماية نفسك في العمل. يزيد خطر تلف الرئة من مسببات السرطان الموجودة في مكان العمل إذا كنت تدخن.

- تناول نظاماً غذائياً غنياً بالفواكه والخضراوات. اختر نظاماً غذائياً صحياً به مجموعة متنوعة من الفواكه والخضراوات. وتعد أفضل مصادر للطعام هي التي تكون غنية بالفيتامينات والعناصر الغذائية. تجنب تناول جرعات أكبر من أقراص الفيتامينات، فقد تكون ضارة. على سبيل المثال، يأمل الباحثون في تقليل خطر إصابة المدخنين الذين يتناولون مكملات بيتا كاروتين بسرطان الرئة. أوضحت النتائج أن المكملات تزيد خطر إصابة المدخنين بالسرطان.

- مارس الرياضة معظم أيام الأسبوع. إذا لم تكن تمارس الرياضة بانتظام، فابدأ ممارستها ببطء. جرب ممارسة التمارين الرياضية في معظم أيام الأسبوع.

ملاحظة: إذا كنت تُدخن ولا تستطيع الإقلاع عن التدخين، فحدد موعداً مع عيادة الإقلاع عن التدخين في مركز الحسين للسرطان. يُمكن أن يوصيك طبيبك باستراتيجيات للإقلاع عن التدخين، مثل الحصول على استشارات، والأدوية والمنتجات البديلة للنيكوتين.

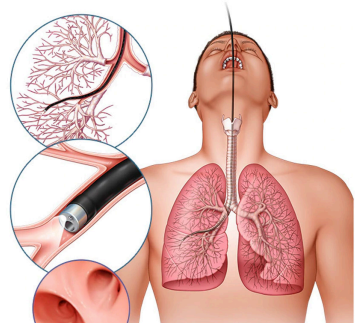
## التشخيص:

### إختبار الأشخاص الأصحاء للكشف عن سرطان الرئة

قد يفكر الأفراد، الذين لديهم ارتفاع خطر الإصابة بسرطان الرئة، في إجراء الفحص السنوي لسرطان الرئة باستخدام فحوصات التصوير المقطعي المحوسب منخفض الجرعة. يتم تقديم فحص سرطان الرئة عامة للأفراد الذي يبلغون عمر 55 عاماً أو أكبر ويدخنون بشراهة لعدة سنوات، وبخلاف ذلك، يتمتعون بصحة جيدة. ناقش خطر الإصابة بسرطان الرئة مع الطبيب. من خلال العمل معاً، يمكنكما أن تقررا إذا ما كان فحص سرطان الرئة مناسباً لك أم لا.

### تنظير القصبات

من خلال تنظير القصبات المرن، يقوم الطبيب بإدخال أنبوب رفيع قابل للانحناء عبر الفم أو الأنف إلى الرئتين. يسمح الضوء والكاميرا الصغيرة المثبتة في منظار القصبة الهوائية للطبيب بالنظر داخل الشعب الهوائية في الرئتين.



### فحوصات تشخيص سرطان الرئة

إذا كان هناك سبب يدعو للاعتقاد بأنك قد تكون مصاباً بسرطان الرئة، يمكن أن يطلب طبيبك إجراء عدة فحوص لك للبحث عن خلايا سرطانية وللاستبعاد الحالات الأخرى.

### قد تتضمن الفحوص:

- **اختبارات التصوير:** قد تكشف صورة الأشعة السينية لرئتيك عن كتلة أو عقيدة غير طبيعية. يمكن أن يكشف الفحص بالتصوير المقطعي المحوسب عن آفات صغيرة في رئتيك قد لا تكشفها الأشعة السينية.
- **فحص البلغم:** في حال معاناة سعال وإفراز بلغم، يمكن أن يكشف فحص البلغم تحت المجهر أحياناً عن وجود خلايا سرطان الرئة.
- **عينة نسيجية (خزعة):** قد يتم إزالة عينة من الخلايا غير الطبيعية في إجراء يسمى الخزعة. يمكن أن يستأصل الطبيب الخزعة بعدة طرق، بما في ذلك تنظير القصبات، وبه



يفحص الطبيب المناطق غير الطبيعية من الرئتين باستخدام أنبوب مضاء يتم تمريره خلال الحلق إلى الرئتين؛ وتظهير المنصف وبه يتم إجراء شق جراحي في قاعدة الرقبة ويتم إدخال أدوات جراحية خلف عظمة الصدر لأخذ عينات نسيجية من العقد اللمفاوية؛ والخزعة بالإبرة حيث يستخدم الطبيب التصوير بالأشعة السينية أو التصوير المقطعي المحوسب لتوجيه إبرة خلال جدار الصدر إلى أنسجة الرئة لجمع الخلايا المثيرة للريبة. كما قد يتم أخذ عينة الخزعة من العقد اللمفاوية أو غيرها من المناطق التي انتشر بها السرطان مثل الكبد.

سيكشف تحليل الخلايا السرطانية بدقة في المختبر نوع سرطان الرئة الذي تُعانيه. يمكن أن تكشف نتائج الفحوص المعقدة للطبيب الخصائص المحددة للخلايا السرطانية لديك والتي يمكن أن تساعد في تحديد سير المرض وتوجيه علاجه.

#### اختبار لتحديد مدى انتشار السرطان

فور الانتهاء من تشخيص سرطان الرئة، سيعمل الطبيب على تحديد شدة (مرحلة) السرطان. وتساعدك معرفة مرحلة السرطان وتساعد طبيبك على تحديد طريقة العلاج الأكثر ملاءمة.

وقد تتضمن اختبارات تحديد مرحلة المرض إجراءات التصوير التي تتيح للطبيب البحث عن أدلة على انتشار السرطان خارج الرئتين. وتشمل هذه الاختبارات التصوير المقطعي المحوسب والتصوير بالرنين المغناطيسي والتصوير المقطعي بالإصدار البوزيتروني (PET) وفحص العظام. وليس كل اختبار ملائمًا لكل شخص، لذلك استشر طبيبك بشأن الإجراءات المناسبة لك.

يشار إلى مراحل سرطان الرئة بالأرقام الرومانية التي تتراوح من ٠ إلى ٤، مع إشارة المراحل الدنيا إلى السرطان الذي يقتصر على الرئة. وفي المرحلة الرابعة، يعتبر السرطان متقدمًا وينتشر إلى مناطق أخرى من الجسم.

## العلاج

ستختار مع طبيبك خطة علاج السرطان بناءً على عدد من العوامل، مثل حالتك الصحية العامة، ونوع السرطان ومرحلته، وتفضيلاتك.

أثناء الجراحة، يعمل الجراح على إزالة سرطان الرئة وجزء من النسيج الصحي. وتتضمن إجراءات استئصال سرطان الرئة ما يلي:

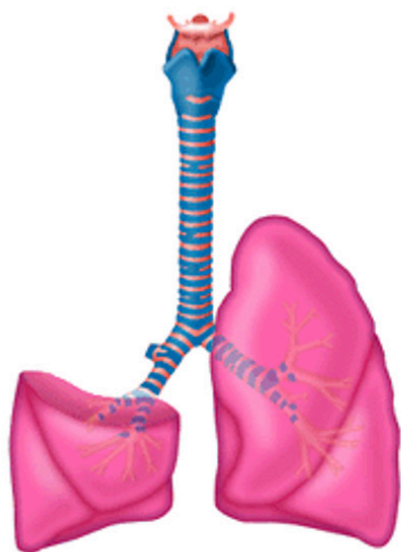
- استئصال جزء صغير من الرئة: لإزالة جزء صغير من الرئة التي تحتوي على الورم مع هامش من الأنسجة السليمة
- استئصال جزئي من الفص الرئوي: لإزالة جزء أكبر من الرئة، ولكن ليس الفص بأكمله
- استئصال فص رئوي: لإزالة الفص بأكمله من رئة واحدة
- استئصال الرئة: لإزالة رئة كاملة

إذا خضعت للجراحة، فقد يزيل الطبيب أيضاً الغدد الليمفاوية من الصدر للتحقق من وجود علامات على السرطان.

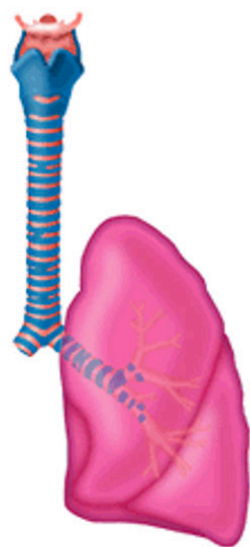
قد تكون الجراحة خياراً إذا كان السرطان مقتصرًا على الرئتين. إذا كان لديك سرطان رئة أكبر، فقد يوصي طبيبك بالعلاج الكيميائي أو العلاج الإشعاعي قبل الجراحة من أجل تقليص السرطان. إذا كان هناك خطر من أن الخلايا السرطانية قد تكون موجودة بعد الجراحة أو أن السرطان قد يظهر مرة أخرى، فقد يوصي طبيبك بالعلاج الكيميائي أو العلاج الإشعاعي بعد الجراحة.

### جراحة سرطان الرئة

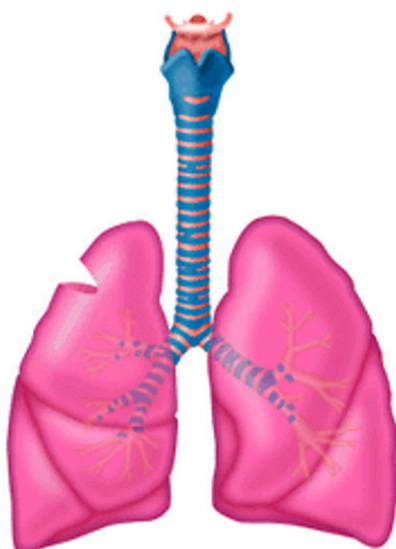
يمكن أن تتضمن جراحة علاج سرطان الرئة إزالة جزء من الرئة أو الرئة كلها. وتُعرف العملية التي تتم لإزالة سرطان الرئة وجزء صغير من الأنسجة السليمة، باسم القطع الإسفيني. ويُطلق على إزالة مساحة كبيرة من الرئة القطع الجزئي. وتُسمى جراحة إزالة أحد الفصوص الخمسة بالرئة باسم استئصال الفص. ويُطلق على إزالة الرئة كلها اسم استئصال الرئة.



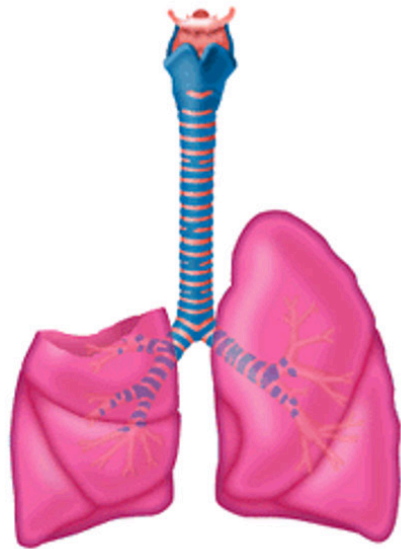
استئصال فص رنوی



استئصال رنة كامل



استئصال جزء صغير من الرنة



استئصال جزئی من الفص رنوی

## العلاج الإشعاعي

يستخدم العلاج الإشعاعي حزمًا عالية الطاقة من مصادر مثل الأشعة السينية والبروتونات لقتل الخلايا السرطانية. أثناء الخضوع للعلاج الإشعاعي، تستلقي على طاولة بينما يتحرك أحد الأجهزة من حولك، موجهاً الأشعة نحو نقاط محددة في جسمك.

بالنسبة للأفراد المصابين بسرطان الرئة المتطور موضعياً، ربما يتم استخدام الإشعاع قبل الجراحة أو بعدها. وغالباً ما يكون مصحوباً بعلاجات كيميائية. إذا لم تكن الجراحة من بين الخيارات المطروحة، فربما يمثل العلاج الكيميائي المصاحب بالعلاج الإشعاعي علاجك الأساسي.

بالنسبة لحالات الإصابة بسرطان الرئة المتطور والأورام التي انتشرت في أجزاء أخرى من الجسم، ربما يساعد العلاج الإشعاعي في التخفيف من أعراض، مثل الألم.

## العلاج الكيميائي

يستخدم العلاج الكيميائي الأدوية لقتل الخلايا السرطانية. يمكن إعطاء واحد أو أكثر من أدوية العلاج الكيميائي عن طريق أحد أوردة ذراعك (الحقن الوريدي) أو يؤخذ عن طريق الفم. عادةً ما يتم إعطاء مجموعة من الأدوية في سلسلة من العلاجات على مدى أسابيع أو أشهر، مع وجود فواصل بينهما حتى تتمكن من التعافي.

يستخدم العلاج الكيميائي غالباً بعد الجراحة لقتل أي خلايا سرطانية يمكن أن تكون باقية. يمكن أن يتم استخدامه بمفرده أو مدمجاً مع العلاج الإشعاعي. قد يُستخدم العلاج الكيميائي قبل الجراحة لتقليص حجم السرطانات وجعلها أسهل في الإزالة.

يمكن استخدام العلاج الكيميائي لتخفيف الألم والأعراض الأخرى للأشخاص المصابين بسرطان الرئة المتطور.

## الجراحة الإشعاعية

العلاج الإشعاعي التجسيمي للجسم، ويسمى أيضاً الجراحة الإشعاعية، عبارة عن علاج إشعاعي كثيف يسلط العديد من حزم الإشعاع من عدة زوايا على السرطان. عادةً ما يكتمل العلاج الإشعاعي التجسيمي للجسم في جلسة واحدة أو بضع جلسات.

قد تكون الجراحة الإشعاعية خيارًا للأشخاص المصابين بسرطان صغير في الرئة، الذين لا يمكنهم الخضوع للجراحة. كما يمكن استخدامها أيضًا لعلاج سرطان الرئة الذي ينتشر إلى أجزاء أخرى من الجسم، بما في ذلك الدماغ.

### العلاج الدوائي الموجه

تركز العلاجات الموجهة على تشوهات محددة موجودة داخل الخلايا السرطانية. ومن خلال حجب هذه التشوهات، يمكن للعلاجات الدوائية الموجهة أن تؤدي إلى موت الخلايا السرطانية.

تستخدم العديد من الأدوية العلاجية الموجهة لعلاج سرطان الرئة، رغم أن معظمها مخصص للأشخاص المصابين بسرطان متكرر أو في مراحل متقدمة.

لا تعمل بعض العلاجات الموجهة إلا في الأشخاص الذين تحتوي الخلايا السرطانية لديهم على بعض الطفرات الجينية. يمكن اختبار الخلايا السرطانية في المختبر لمعرفة ما إذا كانت هذه الأدوية قد تساعدك أم لا.

### العلاج المناعي

يستخدم العلاج المناعي جهازك المناعي لمكافحة السرطان. قد لا يهاجم الجهاز المناعي المكافح للأمراض في جسمك السرطان الذي تعانیه؛ لأن خلايا السرطان تنتج بروتينات تغشي خلايا الجهاز المناعي. يعمل العلاج المناعي عن طريق التداخل مع هذه العملية.

تقتصر العلاجات المناعية بشكل عام على الأشخاص المصابين بسرطان الرئة المتقدمة.

### الرعاية التلطيفية

يعاني غالبًا المصابون بسرطان الرئة من علامات وأعراض السرطان، علاوة على الآثار الجانبية للعلاج. تُعد الرعاية الداعمة والمعروفة بالرعاية التلطيفية أيضًا، مجالًا متخصصًا من الطب حيث تتضمن التعاون مع الطبيب لتقليل العلامات والأعراض.

وقد ينصح الطبيب بمقابلة فريق الرعاية التلطيفية في أقرب وقت بعد التشخيص لضمان شعور المريض بالراحة في أثناء علاج السرطان وبعده.

وفي إحدى الدراسات، عاش المرضى، المصابون بخلايا سرطان الرئة غير الصغيرة ممن بدؤوا الحصول على الرعاية الداعمة في أقرب وقت بعد التشخيص، وقتاً أطول من أولئك الذين واصلوا العلاج، مثل العلاج الكيميائي والعلاج بالإشعاع. وأولئك الذين يحصلون على الرعاية الداعمة قد ذكروا تحسین الحالة المزاجية وجودة الحياة. ونجوا، في المتوسط، واستمروا في الحياة لمدة ثلاثة أشهر أكثر من الذين يحصلون على الرعاية القياسية.

## نمط الحياة والعلاجات المنزلية

### التأقلم مع ضيق النفس

يُعاني العديد من مرضى سرطان الرئة ضيق النفس في مرحلة ما في مسار المرض. تتوفر علاجات، مثل الأكسجين الإضافي والأدوية لمساعدتك في الشعور بالراحة، ولكنها ليست كافية دائماً.

للتأقلم مع الشعور بضيق النفس، قد تجد من المفيد:

- **محاولة الاسترخاء.** يمكن أن يكون الشعور بضيق النفس مخيفاً. ولكن لا يؤدي الخوف والقلق إلا إلى زيادة صعوبة التنفس. عندما تبدأ الشعور بضيق النفس، حاول أن تتحكم في الخوف عن طريق اختيار نشاط يساعدك على الاسترخاء. يمكنك الاستماع إلى الموسيقى، أو تخيل مكان مفضل لقضاء عطلتك، أو التأمل أو الصلاة.
- **العثور على مكان مريح.** قد يساعدك الانحناء إلى الأمام عندما تشعر بضيق النفس.
- **التركيز على التنفس.** عندما تشعر بضيق النفس، ركز ذهنك على تنفسك. وبدلاً من محاولتك أن تملئ رئتيك بالهواء، ركز على تحريك العضلات التي تتحكم في الحجاب الحاجز. حاول التنفس بشفتين مضمومتين، وتنظيم أنفاسك مع نشاطك.
- **وفر طاقتك لما هو مهم.** إذا كنت تعاني ضيق النفس، فقد تشعر بالتعب بسهولة. أزل المهام غير الضرورية من يومك، بحيث يمكنك توفير طاقتك لما يجب القيام به.

أخبر طبيبك إذا كنت تعاني ضيق النفس، أو في حال ساءت أعراضك؛ إذ تتوفر عدة علاجات أخرى لتخفيف ضيق النفس.

## الاستعداد للموعدك

إذا ظهرت عليك علامات وأعراض تثير قلقك، فابدأ بزيارة طبيب العائلة. إذا اشتبه الطبيب في إصابتك بسرطان الرئة، فمن المرجح أن تتم إحالتك إلى أخصائي. الأخصائيون المعالجون لسرطان الرئة هم:

- أطباء متخصصون في علاج السرطان (أطباء الأورام)
- أطباء لتشخيص وعلاج أمراض الرئة (أطباء الصدرية)
- الأطباء الذين يستخدمون الإشعاع لعلاج السرطان (أخصائيي علاج الأورام بالإشعاع)
- الجراحون الذين يعملون على الرئة (جراحو الصدر)
- أطباء لعلاج علامات وأعراض السرطان وعلاج السرطان (أخصائيو الرعاية التلطيفية)

### ما يمكنك فعله

نظراً إلى أن المواعيد الطبية يمكن أن تكون قصيرة وغالباً ما يكون هناك الكثير من الأمور الواجب توضيحها، فمن الجيد أن تكون مستعداً بشكل جيد للموعد. ولمساعدتك على أن تكون مستعداً، جرب ما يلي:

- انتبه إلى أي قيود لفترة ما قبل الموعد. في الوقت الذي تقوم فيه بتحديد موعد، اسأل عما إذا كان هناك أي شيء تحتاج إلى القيام به مسبقاً، مثل تقييد نظامك الغذائي.
- دوّن أي أعراض تعانيها، بما في ذلك أي أعراض قد لا تبدو ذات صلة بالسبب الذي حددت من أجله الموعد. دوّن متى ظهرت الأعراض لديك.
- دوّن المعلومات الشخصية الرئيسية، بما في ذلك أي ضغوط كبيرة أو أي تغييرات طرأت مؤخراً على حياتك.
- أعد قائمة بجميع الأدوية، الفيتامينات، أو المكملات الغذائية التي تتناولها.
- جمع سجلاتك الطبية. إذا كنت قد أجريت أشعة سينية على الصدر أو فحصاً من قبل طبيب آخر، فحاول الحصول على الملف وإحضاره معك أثناء الزيارة.
- يمكنك التفكير في اصطحاب أحد أفراد الأسرة أو صديق لك. في بعض الأحيان يكون من الصعب تذكر كل المعلومات المقدمة خلال الموعد. قد يتذكر الشخص الذي يرافقك شيئاً قد فاتك أو نسيته.
- دوّن أسئلتك لطرحها على الطبيب.

الأسئلة التي يمكن طرحها إذا تم تشخيص حالتك بالإصابة بسرطان الرئة

وقتك مع طبيبك محدود، لذلك سيساعدك إعداد قائمة بالأسئلة على الاستفادة القصوى من وقتك معاً. رتب أسئلتك من الأكثر أهمية إلى الأقل أهمية لتكون مستعداً في حالة نفاذ الوقت. وبالنسبة لسرطان الرئة، تشمل بعض الأسئلة الأساسية التي يمكن طرحها على طبيبك ما يلي:

- ما نوع سرطان الرئة الذي أعاني منه؟
- أيمكنني الاطلاع على الأشعة السينية للصدر أو الفحص بالأشعة المقطعية؟
- ما الذي يسبب هذه الأعراض؟
- ما مرحلة سرطان الرئة لدي؟
- هل سأحتاج لمزيد من الاختبارات؟
- هل يجب اختبار خلايا سرطان الرئة الخاصة للبحث عن وجود طفرات جينية قد تحدد خيارات العلاج الخاصة بي؟
- هل انتشر السرطان إلى أجزاء أخرى من جسمي؟
- ما الخيارات العلاجية؟
- هل تعمل أي من طرق العلاج هذه على علاج السرطان لدي؟
- ما الآثار الجانبية المحتملة لكل علاج؟
- هل يوجد خيار علاج آخر تعتقد أنه أفضل لي؟
- هل هناك فائدة إذا أفلعت عن التدخين الآن؟
- ما النصيحة التي يمكن تقديمها لأحد الأصدقاء أو أحد أفراد العائلة في مثل حالتني؟
- ماذا لو لم أرد العلاج؟
- هل هناك وسائل لتخفيف العلامات والأعراض التي أعاني منها؟
- أيمكنني التسجيل في إحدى التجارب السريرية؟
- هل يجب عليّ زيارة أخصائي؟ ما تكلفة ذلك، وهل سيغطيه التأمين الخاص بي؟
- هل توجد نشرات أو غيرها من المواد التي يمكنني أخذها؟ ما المواقع الإلكترونية التي توصي بها؟



بالإضافة إلى الأسئلة التي قد أعدتها ل طرحها على طبيبك، لا تتردد في طرح أسئلة إضافية قد تراودك أثناء موعد زيارتك.

### ما الذي تتوقعه من طبيبك

من المرجح أن يطرح عليك طبيبك عدداً من الأسئلة. إن الاستعداد للإجابة عن أسئلة الأطباء قد يتيح لك المزيد من الوقت لاحقاً لتغطية النقاط الأخرى التي تحتاج إلى مناقشتها. قد يسأل طبيبك الأسئلة التالية:

- متى أول مرة بدأت تعاني فيها الأعراض؟
- هل أعراضك مستمرة أم عرضية؟
- ما مدى شدة الأعراض التي تعانيها؟
- هل تصدر صفيراً في أثناء التنفس؟
- هل تعاني سعالاً يبدو وكأنك تقوم بتنظيف الحلق؟
- هل تم تشخيصك من ذي قبل بانتفاخ الرئة أو داء الانسداد الرئوي المزمن؟
- هل تتناول أي أدوية لضيق التنفس؟
- ما الذي قد يحسن من أعراضك، إن وُجد؟
- ما الذي يجعل أعراضك تزداد سوءاً، إذا وُجد؟



مركز الحسين للسرطان  
King Hussein Cancer Center