

سيساعدك هذا الكتيب . انت وعائلتك وأصدقائك على فهم العلاج الكيميائي. أي الإستعانة بالعقاقير لمعالجة السرطان وسوف يجيب على الكثير من التساؤلات التي قد ترد على ذهنك عن هذا الإسلوب في معالجة السرطان. كما يبين لك أيضاً كيف تستطيع أن تعتمد على نفسك أثناء العلاج الكيميائي . ومن الأهمية بمكان أن تعتني بنفسك أثناء العلاج الكيميائي لأسباب عدة. من بينها أن ذلك يمكن أن يقلل من بعض الأعراض الجانبية الناجمة عن العلاج . وسوف تلاحظ أن بعض الإشارات البسيطة يمكن أن تؤثر تأثيراً كبيراً على شعورك. ولكن فوائد المساعدة الذاتية ليست جسدية فحسب . بل هي نفسية أيضاً. إن معرفتك ببعض أساليب الإعتناء بالنفس يمكن أن ترفع معنوياتك في وقت قد تشعر فيه إن الكثير مما يجري لك خارج عن سيطرتك. ومن الأسهل التعامل مع هذا الشعور عندما تكتشف إلى إي مدى تستطيع المساهمة الإيجابية من أجل صحتك وراحتك. بالتعاون مع أطباءك وممرضيك.

سيساعدك هذا الكتيب على المساهمة بوعي في علاجك . ولكن ينبغي عليك أن تتذكر أنه ليس سوى دليلاً فقط. وإن المساعدة الذاتية لايمكن أبداً أن تكون بديلاً عن العناية الطبية المحترفة. فعليك أن توجه أية أسئلة عن العلاج الكيميائي إلى طبيبك وممرضك. وإن تخبرهما بأية أعراض جانبية قد تعاني منها.

**ما هو العلاج الكيميائي؟
كيف يعمل العلاج الكيميائي؟**

كيفية فهم العلاج الكيميائي:

العلاج الكيميائي هو الإستعانة بالعقاقير لمعالجة السرطان. وكثيراً ما تسمى بالعقاقير المضادة للسرطان.

تنمو الخلايا الطبيعية وتموت على نحو منتظم ولكن الخلايا السرطانية تستمر في النمو والتكاثر وتطول المدة حتى تموت. اما العقاقير المضادة للسرطان فتقضي على الخلايا السرطانية وذلك بمنعها من النمو والتكاثر في مرحلة أو أخرى من مراحل عمرها. وبما أن عقاقير معينة تعمل معاً على نحو أفضل مما تعمل على إنفراد. لذا غالباً ما يشمل العلاج الكيميائي أكثر من عقار واحد. ويسمى ذلك بالعلاج المركب Therapy Combination.

وإضافة إلى العلاج الكيميائي. تستخدم أساليب أخرى أحياناً لمعالجة السرطان. فعلى سبيل المثال. بإمكان بعض العقاقير إعاقه مفعول الهرمونات. التي هي مواد طبيعية

ينتجها الجسم ولكنها قد تساعد بعض أنواع السرطان على النمو . وقد يستعين الأطباء أيضاً بمواد تغير من الرودو البيولوجية لتعزيز دفاعات الجسم الطبيعية ضد السرطان.

ما الذي يمكن أن يحققه العلاج الكيميائي؟

حسب نوع السرطان ومرحلة تطوره. من الممكن الإستعانة بالعلاج الكيميائي من أجل:

- الشفاء من السرطان.
- الحد من إنتشار السرطان.
- إبطاء نمو السرطان.
- تخفيف الأعراض الناجمة عن السرطان.

يوفر العلاج الكيميائي علاجاً فعالاً جداً ضد السرطان وحتى عندما يفشل العلاج الكيميائي في شفاء المرض. فإنه يمكن أن يساعد على بقاء المريض على قيد الحياة لمدة أطول وبراحة أكثر.

هل سيكون العلاج الكيميائي علاجي الوحيد للسرطان؟

أحياناً يصبح العلاج الكيميائي العلاج الوحيد الذي يتلقاه المريض. إلا أن العلاج الكيميائي غالباً ما يستخدم إضافة إلى الجراحة أو العلاج بالإشعاع. وتوجد أسباب عدة تبرر إعطاء العلاج الكيميائي إضافة إلى أساليب العلاج الأخرى. فعلى سبيل المثال. يمكن الإستعانة بالعلاج الكيميائي لتقليص ورم خبيث قبل عملية جراحية أو علاج بالإشعاع للمساعدة في القضاء على أية مجموعة مجهرية من الخلايا السرطانية المتبقية.

ما هي العقاقير التي سأتناولها:

يقرر طبيبك ما هي العقاقير التي ستتناولها على أفضل وجه. ويعتمد قراره على نوع السرطان الذي تعاني منه. وموقعه. ومدى نموه. وتأثيره على وظائف جسمك الطبيعية . وصحتك بوجه عام.

أين سأتلقي العلاج الكيميائي؟

بإمكانك أن تتلقى العلاج الكيميائي في منزلك أو في مكتب طبيبك . أو في العيادة الخارجية أو في المستشفى نفسه. ويعتمد إختيار المكان الذي تتلقى فيه علاجك الكيميائي

على العقاقير التي تتناولها. وطريقة عمل المستشفى الذي تتلقى فيه العلاج. وما يراه طبيبك مناسباً. وعندما تبدأ العلاج الكيميائي لأول مرة. ربما تحتاج إلى البقاء في المستشفى لفترة قصيرة ليتمكن طبيبك من مراقبة تأثيرات الدواء عن كثب وإجراء أية تعديلات لازمة.

ما هي الوتيرة التي سوف أتلقى بها العلاج الكيميائي، وماهي مدة العلاج؟

تعتمد وتيرة علاجك الكيميائي ومدته على نوع الورم السرطاني الذي تعاني منه وأهداف العلاج. والعقاقير المستخدمة. وتجاوب جسمك معها. وربما تتلقى العلاج الكيميائي كل يوم. أو كل أسبوع أو كل شهر. وكثيراً ما يعطى العلاج الكيميائي بتواتر دوري متقطع تتخلله فترات للراحة. لإتاحة الفرصة أمام جسمك ليشكل خلايا جديدة صحية ويستعيد عافيته. وفي معظم الحالات يستمر العلاج لمدة ثلاثة أشهر على الأقل. ولكن قد تطول المدة لتصل إلى ثلاث سنوات تقريباً. ويفترض أن يكون طبيبك قادراً على تحديد المدة التي ستلقى فيها العلاج الكيميائي.

كيف سأتلقي العلاج الكيميائي؟

مهما كان البرنامج الذي يصفه طبيبك. فمن المهم جداً مواصلة التقيد به. وإلا فمن المحتمل أن لاتعطي العقاقير المضادة للسرطان نتائجها المرجوة. فإذا فاتتك جلسة للمعالجة أو لم تتناول جرعة من الدواء في الموعد المحدد. عليك الإتصال بطبيبك على الفور لتطلب تعليماته عما ينبغي عليك القيام به.

يمكن أن تتلقى علاجك الكيميائي بوحدة أو أكثر من الطرق التالية:

- بالفم على شكل حبة أو سائل. فسوف تبلع العقار. كما تبلع العديد من الأدوية الأخرى.
- في العضل أو تحت الجلد. أو مباشرة في مساحة من الجلد أصيبت بالسرطان. وذلك بإعطاء حقنة.
- في الوريد (العرق)، بواسطة إبرة رفيعة يتم إدخالها في الوريد. وغالباً ما يتم ذلك في اليد أو الذراع وتوجد طريقة أخرى لتلقي العلاج الكيميائي في الوريد هي بواسطة قنطر أو أنبوب رفيع يتم إدخاله في وريد من الأوردة الكبيرة في جسمك. ويبقى فيه ما دامت هناك حاجة إليه.

ويمكن إيصال العلاج الكيميائي أيضاً إلى أجزاء مختلفة من الجسم باستخدام قنطر. وذلك بوضعه في السائل الفقري، أو التجويف البطني أو المثانة. أو الكبد.

التعامل مع الأعراض الجانبية:

إذا كانت لديك أسئلة عن الأعراض الجانبية . فأنت لست الوحيد في ذلك. ويقلق معظم المرضى قبل بدء العلاج الكيميائي ويخشون من احتمال إصابتهم بالأعراض الجانبية وطبيعتها . وعندما يبدأ العلاج يريد المصابون بآثار جانبية أن يعرفوا الأساليب الأفضل لمواجهتها.

قبل أن تبدأ بالعلاج الكيميائي ، ربما شعرت بالحيرة بسبب الأعراض الجانبية الواسعة النطاق . ولكن عليك أن تتذكر أن ليس كل عرض جانبي يصيب كل إنسان. وأن بعض المرضى يصاب بقليل منها، أو لا يصاب بأي منها على الإطلاق. وعلاوة على ذلك تختلف شدة الأعراض الجانبية إختلافاً كبيراً من شخص لآخر. إن احتمال الإصابة بعرض جانبي معين. ومدى شدته. يعتمد على نوع العلاج الكيميائي الذي تتلقاه وجرعته. وردود فعل جسمك نحوه. فعليك التحدث إلى طبيبك وممرضك عن الأعراض الجانبية المرجح وقوعها عند تلقيك العلاج الكيميائي. ومدة استمرارها المحتملة ومدى خطورتها. ومتى يجب أن تطلب عناية طبية لها.

ما سبب الأعراض الجانبية؟

بما أن الخلايا السرطانية تنمو وتنقسم بسرعة . فإن العقاقير المضادة للسرطان تصمم لتقتل الخلايا السريعة النمو . ولكن ثمة خلايا طبيعية وصحية هي الأخرى تتكاثر بسرعة أيضاً. ويمكن أن يؤثر العلاج الكيميائي على هذه الخلايا كذلك. وعندئذ قد تقع أعراض جانبية. والخلايا الطبيعية السريعة النمو التي يحتمل أن تتأثر هي خلايا الدم التي تتشكل في نخاع العظم وخلايا الجهاز الهضمي. والجهاز التناسلي. وبصيلات الشعر . وتشمل الأعراض الجانبية الشائعة للعلاج الكيميائي الغثيان ، الإستفراغ ، وتساقط الشعر والإرهاق.

الإعياء وفقر الدم:

يمكن أن يقلل العلاج الكيميائي من قدرة نخاع العظم على تكوين خلايا الدم الحمراء . التي تنقل الأكسجين إلى كل أنحاء جسمك. وعندما تقل نسبة خلايا الدم الحمراء عن معدلها الطبيعي. لا تنتزود أنسجة الجسم بما يكفي من الأوكسجين لإداء وظيفتها. وتسمى هذه الحالة فقر الدم.

قد يجعلك فقر الدم تحس بضعف وإعياء شديدين. ومن أعراض فقر الدم الأخرى الدوار ، أو البردية أو ضيق التنفس. وعليك أن تخبر طبيبك بأي من هذه الأعراض عندما تظهر عليك.

وسوف يفحص طبيبك تعداد خلايا دمك الحمراء بوتيرة متقاربة أثناء معالجتك. وإذا إنخفض هذا التعداد إلى أقل من معدله الطبيعي فقد تحتاج إلى نقل دم لزيادة عدد خلايا الدم الحمراء في جسمك. وفيما يلي بعض الأمور التي يمكن أن تقوم بها لتحسين وضعك في حال إصابتك بفقر الدم:

- إسترح كثيراً ، أكثر من نومك في الليل ، وإغف أثناء النهار إذا إستطعت.
- قلل من نشاطاتك . ولا تقم إلا بأعمالك الأكثر أهمية.
- لا تتردد في الإستعانة بالآخرين إذا إحتجت إلى مساعدة . وأطلب من أفراد عائلتك وأصدقائك أن يساعدوك في أمور مثل الإعتناء بأطفالك . أو التسوق أو أشغال المنزل أو السياقة.
- تناول غذاءً جيداً. تأكد من أن غذاؤك يحتوي على الكثير من المأكولات الغنية بالحديد. عليك أن تضيف إلى طعامك المزيد من الخضروات كثيرة الأوراق واللحوم الحمراء ولاسيما الكبد.
- وعندما تجلس أو تستلقي. إنهض ببطئ لأن ذلك سيساعدك على الحيلولة دون الإصابة بالدوار.

العدوى:

يمكن أن يجعلك العلاج الكيميائي أكثر عرضة لإلتقاط العدوى. وذلك لأن معظم العقاقير المضادة للسرطان تؤثر على نخاع العظم وتقلل من قدرته على تكوين خلايا الدم البيضاء التي تقاوم العدوى. ومن الممكن أن يصاب أي جزء من جسمك بعدوى. بما في ذلك الفم، والجلد والرئتان . والمسالك البولية ، وفتحة الشرج.

من مضاعفات العلاج الكيميائي: نقص المناعة :

من المتعارف عليه فإن للعلاج الكيميائي مضاعفات عدة منها أنه يعمل على خفض عدد خلايا الدم التي يكونها نخاع العظم. ونخاع العظم عبارة عن المادة الإسفنجية الموجودة داخل العظام والتي تعمل على تكوين ثلاثة أنواع مختلفة من خلايا الدم وهي كريات الدم الحمراء وكريات الدم البيضاء و صفيحات الدم.

إن تدني مستوى كريات الدك البيضاء يجعل المريض عرضة للإصابة بالعدوى التي

قد تكون مؤذية وتعرقل سير خطة العلاج. كما تعتمد نسبة تدني هذه الكريات على نوعية المرض ونوع المعالجة وكلما كانت المعالجة مركزة كانت نسبة التدني أكثر.

ما هي وظيفة كريات الدم البيضاء؟

نورد هنا مجموعة من الإجابات لبعض التساؤلات التي قد تتبادر لأذهان المرضى:

تقوم خلايا الدم البيضاء في حماية الإنسان من الإلتهابات بكل أنواعها. وعندما ينخفض عدد كريات الدم البيضاء يفقد الجسم أهم وسيلة للدفاع عنه ضد الإلتهابات.

كيف يتم التعرف على مستوى الكريات البيضاء في الجسم؟

يقوم الطبيب باخذ عينة من الدم وإرسالها للمختبر لعمل تحليل تعداد الدم الكامل ويرمز له بـ (CBC) من خلال هذا التحليل يتم التعرف على مستوى الكريات البيضاء ويرمز لها بـ (ANC) وهي النسبة التي تعطي توقعاً حول قدرة الجسم على مكافحة العدوى.

متى ينخفض مستوى كريات الدم البيضاء إلى حده الأدنى؟

يبدأ أو يلاحظ انخفاض مستوى كريات الدم البيضاء إلى حده الأدنى بعد 7 إلى 14 يوماً من العلاج الكيميائي.

ما هو المعدل الطبيعي لكريات الدم البيضاء (WBC) ونسبة المناعة (ANC) وكيف يتم احتساب هذه النسبة؟ ما أهمية أن تكون نسبة المناعة (ANC) مرتفعة؟

المعدل الطبيعي لكريات الدم البيضاء هو 3.6 إلى 9.6 أما نسبة المناعة فيفضل أن تكون أعلى من 500.

لحساب نسبة المناعة نقوم بضرب عدد خلايا الدم البيضاء في النسبة المئوية للخلايا المعدلة (**Polymorphs**)

إن إرتفاع نسبة المناعة يخفض من خطورة الإصابة بالالتهابات فعندما تكون أقل من 500 تكون خطورة العدوى مرتفعة لذلك يجب البقاء بعيداً عن التجمعات أو التواجد مع شخص مصاب بالعدوى.
وفي حالة العلاج يتطلب الأمر أن تكون نسبة المناعة (ANC) أكثر من 1000 حتى يتمكن المريض من أخذ جرعة العلاج الكيميائي.

هل هناك ما يمكن عمله لرفع نسبة المناعة الى المعدل الطبيعي؟

نعم قد يوصف الطبيب أدوية مثل (CSF-G) تساعد على عملية إستعادة كريات الدم البيضاء وهذه الأدوية عبارة عن مواد تنتج في المختبر شبيهة بمواد الجسم لتقوم بتحفيظه على إنتاج خلايا جديدة.

هل يمكن الوقاية من العدوى في حال تدني نسبة المناعة؟

- هناك بعض الأمور التي يمكن القيام بها لمنع حدوث العدوى، وهي:
- غسل اليد عدة مرات في اليوم ، وقبل تناول الطعام وبعد إستخدام دورات المياه.
 - تجنب الأماكن المزدحمة مثل المستشفيات والمجمعات التجارية والحدائق. يمكن الذهاب إلى هذه الأماكن عندما تكون أقل ازدحاماً.
 - تنظيف الفم بشكل جيد وفعال.
 - الإستحمام يومياً.
 - الحذر من الإصابة بالجروح وإن وجدت جروح يجب إستشارة الطبيب المعالج ومراعاة تنظيفها بإستخدام الماء الدافئ والصابون والمطهر حتى تشفى.
 - عدم المشي حافياً.
 - تجنب ملامسة صناديق النفايات وأقفاص الطيور وأحواض الأسماك.
 - تجنب أكل الطعام غير المطبوخ جيداً مثل البيض النيئ والمأكولات البحرية.
 - البقاء بعيداً عن الأطفال الذين تلقوا لقاحات حية مؤخراً مثل لقاح جدري الماء أو شلل الأطفال.

ما هي أعراض العدوى؟

تختلف أعراض العدوى بحسب الإلتهاب الموجود:

- حمى (ارتفاع في درجة الحرارة) أكثر من 38 درجة مئوية، يجب الحضور للمستشفى فوراً من دون تناول أي دواء لتخفيض درجة الحرارة.
- قشعريرة . وخاصة تلك التي تؤدي للإرتجاف.
- تعرق.
- الشعور بحرقة في البول.
- سعال حاد أو تنفس سريع.
- سيلان في الأنف.
- وجود تقرحات في الفم.
- إسهال أو ألم في البطن.
- خروج إفرازات مهبلية أو وجود حكة في منطقة الفرج.
- تحسس أو ألم حول منطقة الشرج.
- وجود إحمرار أو تورم حول الجروح أو البثور.
- ألم في الأذن.
- صداع أو تصلب في الرقبة.

عند وجود أي من هذه الأعراض يجب الحضور للوحدة فوراً حتى ولو كان الوقت متأخراً.

يمكن الإتصال على هواتف الوحدة يومياً وعلى مدار الساعة على الهواتف التالية:

17284202 – 17285202

للمزيد من المعلومات يمكن الإطلاع على:

موقع آدم لسرطان الطفولة: www.adamc.org

المصادر:

- كتيب أنت والعلاج الكيميائي – جمعية البحرين لمكافحة السرطان.
- كتيب أنت والمعالجة الكيميائية – مركز الحسين للسرطان.
- كتيب معلومات للمرضى – السرطان والمعالجة الكيميائية (EBEWE).
- كتيب أورام الأمومة البدائية عند الأطفال.