



# 白血病确诊后



白血病是一种始于骨髓（大多数骨骼中心的海绵组织）的血细胞癌症。骨髓是制造新血细胞的地方。如果您被告知患有白血病，您可能已经进行了血液化验和骨髓活检（抽取部分组织检查癌症）。还可能已经对癌细胞进行了其他测试，以检查某些蛋白质和称为生物标志物的基因变化。您可能需要进行其他医疗程序。这些检查有助于医生了解您所患白血病的类型以及最适合您的治疗方法。

## 白血病的类型

白血病被称为液体癌症。它通常不会像大多数癌症那样形成实体肿瘤。

白血病有很多种。它可以是快速生长的（急性）或缓慢生长的（慢性）。它始于骨髓血细胞或淋巴细胞血细胞。

最常见的白血病类型是：

- 急性淋巴细胞白血病（ALL）
- 急性骨髓性白血病（AML）
- 慢性淋巴细胞白血病（CLL）
- 慢性骨髓性白血病（CML）
- 慢性粒细胞白血病（CMML）

成人可能患有急性或慢性骨髓性或淋巴细胞性白血病。儿童和青少年最常患有这两种类型的急性白血病。一些白血病有亚型并且分阶段。医生通过这一信息了解病情的严重程度以及最有效的治疗方法。医生可以告诉您更多关于白血病的信息。

## 白血病的治疗

治疗白血病的方法有很多。您的治疗将取决于癌症的类型、亚型和所处阶段以及您可能患有的其他健康问题。

### 急性白血病

大多数类型的急性白血病都非常严重。治疗需要立即开始。它通常强烈而漫长，通常持续约 2 年。

治疗通常从静脉化疗（IV chemo）开始。也可能添加其他治疗方法，例如靶向药物治疗。第一轮治疗后可能会使用干细胞移植。

儿童的治疗方案可能与成人不同。

### 慢性白血病

并非所有类型的慢性白血病都需要立即治疗。如果需要治疗，可能会建议化疗、靶向药物治疗或干细胞移植。

## 请务必询问：

- 我患有哪种类型的白血病？
- 是什么亚型、处于哪个阶段？那是什么意思？
- 您们从我的检查结果中还了解到什么信息？
- 我需要做更多检查或生物标志物检测吗？
- 治疗的目标是什么？
- 我有哪些治疗方案可以选择？您认为哪种方法最适合我，为什么？
- 干细胞移植对我有用吗？
- 是否有针对我这种白血病的临床试验？

## 治疗前和治疗期间的注意事项

治疗白血病的医生可能是血液科医生（血液医生）或肿瘤科医生（癌症医生）。根据您的治疗类型，您的癌症护理团队可能包括不同的医生、护士和其他医护人员。

例如，如果您需要化疗，您将经历阶段性或周期性的治疗，中间会有测试和检查。您的癌症护理团队将帮助您了解在治疗前、治疗期间和治疗后的每个阶段需要注意的事项。他们将解释实施方式，帮助您做好准备，跟踪您的情况，并帮助您管理任何副作用。您将在特定时间接受验血、扫描或其他检查，以了解治疗效果。

并非每个接受白血病治疗的患者都有相同的副作用。例如，化疗的副作用与靶向治疗的副作用不同。

在治疗白血病期间，血细胞计数发生变化很常见。这会使您更容易感染。您有时也可能会感到非常虚弱和疲倦。如果您正在接受高剂量化疗，这可能会使您的副作用变得更糟。

## 请务必询问：

- 我可能有什么副作用？我能做些什么来帮助解决这个问题？您认为这些问题很严重吗？
- 我们如何知道治疗是否有效？
- 我多长时间接受一次治疗？治疗将持续多久？
- 我将在哪里接受治疗？如果我要住院，会住多久？
- 我还能继续从事平时的活动吗？
- 我需要采取哪些特殊的预防措施？

## 治疗后的注意事项

治疗后，医生会帮助您控制可能出现的任何副作用。您还将接受许多检查和测试来检查白血病细胞。

对于某些患者，白血病可能不会完全消失。这些患者可能会继续接受治疗，并且仍然需要进行测试以查看治疗效果。

患过白血病的人有可能再次患白血病或某些其他类型的癌症。即使您在结束治疗后感觉良好，也要询问定期复查的时间安排，以检查您的白血病是否复发。

## 请务必询问：

- 我需要多久见一次癌症护理团队？
- 我应该何时以及如何联系他们？
- 我还需要更多的血液检查和骨髓活检吗？我需要多久见一次医护团队？
- 我是否需要做检查来查看癌症是否复发，或者治疗是否出现问题？

- 有可能产生后期或长期副作用吗？
- 我是否需要任何筛查测试，以及早发现其他癌症？
- 我可以在哪里找到我的病历？

## 保持健康

如果任何治疗副作用没有消失或出现任何新症状，一定要告诉医生或癌症护理团队。

在治疗期间和治疗后，您可以采取一些措施来帮助保持身体健康。这包括良好的饮食、锻炼身体达到并保持健康的体重以及不吸烟。您有时可能会感到非常虚弱和疲倦。保持体育锻炼会有所帮助。白血病会让你更容易受到感染，因此您需要注意各种迹象，并保护自己免受其他病人的感染。请向癌症护理团队询问感染的体征，以及如何管理疲劳和其他症状。

## 控制情绪

患上白血病可能会让您感到孤独、恐惧、悲伤或紧张。有这些感觉是正常的，有一些方法可以帮助您应对这些情绪。

- 不要试图独自面对您的感受。不管是什么感受，都要说出来。
- 偶尔感到悲伤或沮丧没问题，如果您的这种情绪超过几天，请告知您的癌症护理团队。
- 如果您的医生说没问题，请继续做您喜欢的事情，例如在户外活动、看电影、参加体育赛事或外出就餐。
- 在烹饪和清洁等工作上寻求帮助。

您可能需要向朋友、家人、宗教领袖或团体寻求帮助。心理咨询或支持小组也会有所帮助。请告诉您的癌症护理团队您的感受。他们可以帮助您找到合适的支持。



如需更多信息和支持，请访问美国癌症协会网站 [cancer.org/chinese](https://www.cancer.org/chinese) 或致电 1-800-227-2345 联系我们。我们随时为您提供帮助。