



بعد تشخيص سرطان البنكرياس



سرطان البنكرياس هو سرطان يبدأ في البنكرياس. والبنكرياس هو عضو يقع خلف معدتك يساعد على هضم الطعام والتحكم في نسبة السكر في الدم. إذا تم إخبارك بأنك مصاب بسرطان البنكرياس، فمن المحتمل أنك قد أجريت بالفعل فحوصات تصويرية واختبارات دم وخزعة (اختبار يأخذ جزء من الأنسجة للتحقق من السرطان). وربما تم إجراء اختبارات أخرى على الخلايا السرطانية للتحقق من وجود بعض البروتينات والتغيرات الجينية التي تسمى المؤشرات الحيوية. كما قد يكون لديك إجراءات أخرى لمعرفة ما إذا كان السرطان قد انتشر. وتساعد هذه الاختبارات طبيبك على معرفة نوع سرطان البنكرياس الذي تعاني منه، وما هي مرحلته، وما هو العلاج الذي قد يساعد.

ما يمكن توقعه قبل وأثناء العلاج

سيقوم فريق رعاية مرضى السرطان الخاص بك بشرح خطة العلاج الخاصة بك. قد يشمل هذا الفريق أطباء وممرضات وغيرهم من العاملين في مجال الرعاية الصحية، اعتمادًا على نوع العلاج الذي تحتاجه. على سبيل المثال، إذا كنت بحاجة إلى علاج إشعاعي، فستعمل مع طبيب اختصاصي معالجة الأورام بالإشعاع. وسيخبرك بما يمكن توقعه قبل وأثناء وبعد العلاج الإشعاعي. إذا كنت بحاجة إلى أنواع أخرى من العلاج، فسيقوم فريق رعاية مرضى السرطان الخاص بك بشرح كيفية إعطائها لك، ومساعدتك في الاستعداد لها، وتتبع أدائك، ومساعدتك في إدارة أي آثار جانبية. وقد تخضع أيضًا لاختبارات دم أو فحوصات تصويرية أو اختبارات أخرى في أوقات معينة لمعرفة مدى نجاح علاجك.

ليس كل من يخضع لعلاج سرطان البنكرياس لديه نفس الآثار الجانبية. على سبيل المثال، تختلف الآثار الجانبية للجراحة عن الآثار الجانبية للعلاج الكيميائي أو العلاج الدوائي الموجه أو العلاج المناعي أو الإشعاع. وقد يكون للأشخاص الذين يتلقون نفس العلاج آثار جانبية مختلفة.

تأكد من طرح الأسئلة التالية:

- هل أحتاج إلى علاج إلى جانب الجراحة؟ برأيك ما هو الخيار الأفضل بالنسبة لي ولماذا؟
- هل هناك أي تجارب سريرية لنوع السرطان الذي أعاني منه؟
- ما هي الآثار الجانبية التي قد أعاني منها، وماذا يمكنني أن أفعل حيالها؟
- كيف سنعرف ما إذا كان العلاج يعمل؟
- ما هي وتيرة حصولي على العلاج؟ كم سيستمر العلاج؟
- أين سأذهب للحصول على العلاج؟ هل يمكنني القيادة إلى هناك بنفسني؟
- هل سأكون قادرًا على الاستمرار في القيام بأنشطتي المعتادة، مثل العمل والتمارين؟

علاج سرطان البنكرياس

هناك العديد من الطرق لعلاج سرطان البنكرياس، بما في ذلك الجراحة. سيعتمد علاجك على نوع ومرحلة سرطان البنكرياس ومكانه. وستعتمد خيارات العلاج الخاصة بك أيضًا على نتائج الاختبارات على الخلايا السرطانية وصحتك وتفضيلاتك الشخصية.

عادة ما تتم الجراحة إذا كان من الممكن إزالة السرطان بأكمله. وعند إزالة الورم، يتم أحيانًا استئصال جزء من البنكرياس أيضًا. ومن النادر إزالة البنكرياس بأكمله. وإذا انتشر السرطان إلى أعضاء أخرى، فقد يتم استئصالها أيضًا.

ويمكن أن تشمل العلاجات الأخرى الإزالة والإشعاع والأدوية مثل العلاج الكيميائي أو العلاج الدوائي الموجه أو العلاج المناعي. في كثير من الحالات، هناك حاجة إلى أكثر من نوع واحد من العلاج. وسيساعدك طبيبك في تحديد العلاجات الأفضل لك.

تأكد من طرح الأسئلة التالية:

- ما هو الهدف من العلاج؟
- ما نوع السرطان الذي أعاني منه؟
- ما هي مرحلة الإصابة بسرطان البنكرياس الذي أعاني منه، وماذا يعني ذلك؟
- ماذا عرفت أيضًا من نتائج اختبراتي؟
- هل سأحتاج إلى المزيد من الاختبارات؟
- هل سأحتاج إلى عملية جراحية؟ هل يمكن إزالة السرطان بالكامل؟

ما يمكن توقعه بعد العلاج

بالنسبة لكثير من الناس، قد لا يختفي سرطان البنكرياس تمامًا. وقد يستمرون في الحصول على العلاج، وستظل هناك حاجة إلى إجراء اختبارات لمعرفة مدى نجاحه.

وقد تُظهر الاختبارات أنه من الأفضل لك التوقف عن العلاج أو أخذ استراحة من العلاج. إذا كان الأمر كذلك، فستخضع لاختبارات منتظمة للتحقق مما إذا كان السرطان قد عاد أو إذا بدأ سرطان جديد في جزء مختلف من جسمك.

قد تواجه تغييرات في جسمك بعد العلاج. فمثلًا قد تحتاج إلى إزالة جزء من البنكرياس والأعضاء الأخرى. وقد يغير هذا من طريقة عمل البنكرياس لديك. وقد تواجه مشاكل في هضم الطعام أو التحكم في نسبة السكر في الدم. لذا قد تحتاج إلى اختبار نسبة السكر في الدم أو أخذ الأنسولين أو أدوية أخرى. تأكد من سؤال طبيبك عما يمكن توقعه وما إذا كانت هناك حاجة إلى أي أدوية أخرى. وأخبر طبيبك إذا كان لديك أي مشاكل.

الأشخاص الذين أصيبوا بسرطان البنكرياس معرضون لخطر الإصابة به مرة أخرى أو الإصابة بأنواع أخرى معينة من السرطان. حتى لو كنت تشعر بتحسن بعد الانتهاء من العلاج، فمن المهم أن تسأل فريق رعاية السرطان عن جدول منتظم لاختبارات المتابعة للتحقق مما إذا كان سرطان البنكرياس قد عاد.

تأكد من طرح الأسئلة التالية:

- من أين أحصل على نسخة من ملخص علاجي؟
- ما عدد المرات التي أحتاج فيها إلى رؤية فريق رعاية مرضى السرطان الخاص بي؟
- متى وكيف ينبغي علي الاتصال بهم؟
- هل سأحتاج إلى اختبارات لمعرفة ما إذا كان السرطان قد عاد، أو للتحقق من وجود مشاكل بسبب علاجي؟
- هل أحتاج إلى أي اختبارات فحص، مثل التصوير الشعاعي للثدي أو تنظير القولون، للعثور على سرطانات أخرى في وقت مبكر؟
- هل هناك آثار جانبية متأخرة أو طويلة الأجل من العلاج يجب أن أراقبها؟
- هل سأحتاج إلى أخذ الأنسولين أو اتباع نظام غذائي خاص؟
- أين يمكنني العثور على سجلاتي الطبية بعد العلاج؟

البقاء بحالة صحية

تأكد من إخبار طبيبك أو فريق رعاية السرطان إذا لم تختف أي آثار جانبية للعلاج أو إذا كان لديك أي أعراض جديدة.

هناك أشياء يمكنك القيام بها للحفاظ على صحتك أثناء وبعد العلاج. قد يساعد عدم التدخين في تقليل احتمالية إصابتك بسرطان البنكرياس. يمكن أن يساعدك الوصول إلى وزن صحي والبقاء فيه، وتناول الطعام الصحي، والنشاط، وتجنب الكحول أيضًا في الحفاظ على صحتك وتقليل خطر الإصابة بسرطان بنكرياس آخر أو غيره من أنواع السرطان.

التعامل مع مشاعرك

قد تجعلك الإصابة بسرطان البنكرياس تشعر بالخوف أو الحزن أو التوتر. من الطبيعي أن تكون لديك هذه المشاعر، وهناك طرق لمساعدتك على التعامل معها.

- لا تحاول التعامل مع مشاعرك لوحدها. وتحدث عنها، بغض النظر عن ماهيتها.
- لا بأس أن تشعر بالحزن أو الإحباط من حين لآخر، ولكن أخبر فريق رعاية السرطان الخاص بك إذا استمرت لديك هذه المشاعر لأكثر من بضعة أيام.
- استمر في القيام بالأشياء التي تستمتع بها مثل قضاء الوقت في الهواء الطلق أو الذهاب إلى فيلم أو حدث رياضي أو الخروج لتناول العشاء إذا قال طبيبك إنه لا بأس بذلك.
- احصل على المساعدة في المهام مثل الطبخ والتنظيف.

قد ترغب في التواصل مع الأصدقاء أو العائلة أو رجال الدين أو المجموعات الدينية التي تنتمي إليها. ويمكن أن يساعد الإرشاد النفسي أيضًا. ويجد بعض الناس أنه من المفيد التحدث مع الآخرين الذين مروا بنفس الأشياء. فيمكن لمجموعة الدعم أن تقدم ذلك. أخبر فريق رعاية السرطان الخاص بك عن شعورك. فبإمكانهم مساعدتك في العثور على الدعم المناسب.



لمزيد من المعلومات والدعم، قم بزيارة موقع جمعية السرطان الأمريكية على cancer.org/arabic أو اتصل بنا على **1-800-227-2345**. نحن هنا عندما نحتاج إلينا.