



بعد تشخيص سرطان بطانة الرحم

سرطان بطانة الرحم هو نوع من السرطان يبدأ في بطانة الرحم. وقد تسمعين عنه بمسمى سرطان الرحم. إذا تم إخبارك بأنك مصابة بسرطان بطانة الرحم، فمن المحتمل أنك قد أجريت بالفعل اختبارات وفحوصات تصويرية وخزعة بطانة الرحم (اختبار يأخذ جزء من الأنسجة من بطانة الرحم 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 بطانة الرحم الذي تعاني منه، وما هي مرحلته، وما هو العلاج الذي قد يساعد.

علاج سرطان بطانة الرحم

سيتمتع علاجي على نوع ومرحلة سرطان بطانة الرحم. وستعتمد خيارات العلاج الخاصة بك أيضًا على نتائج الاختبارات على الخلايا السرطانية وصحتك وتفضيلاتك الشخصية.

الجراحة هي العلاج الرئيسي لمعظم أنواع سرطان بطانة الرحم. غالبًا ما ينطوي ذلك على إزالة الرحم. تسمى الجراحة لإزالة الرحم باستئصال الرحم. قد تتم أيضًا إزالة أعضاء أخرى، مثل المبيضين.

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

يمكن أن تسبب الجراحة وبعض العلاجات الأخرى تغييرات في فترات الحيض. وقد تتوقف دورتك الشهرية، حتى لو لم تكوني قد دخلت بمرحلة انقطاع الطمث. يمكن أن تؤثر هذه العلاجات أيضًا على قدرتك على الحمل، ولكن قد تكون هناك طرق لحماية ذلك. من المهم التحدث إلى طبيبك في وقت مبكر، قبل بدء العلاج. فبإمكانهم مساعدتك في فهم ما يمكن توقعه.

تأكدي من طرح الأسئلة التالية:

- ما هو الهدف من العلاج؟
- ما نوع سرطان بطانة الرحم الذي أعاني منه؟
- ما هي مرحلة الإصابة بسرطان بطانة الرحم الذي أعاني منه، وماذا يعني ذلك؟
- ماذا عرفت أيضًا من نتائج اختبراتي؟
- هل سأحتاج إلى المزيد من الاختبارات؟
- هل سأحتاج إلى عملية جراحية؟ هل ستم إزالة رحمي؟

تأكدي من طرح الأسئلة التالية:

- هل أحتاج إلى علاج آخر غير 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 قادرة على الاستمرار في القيام بأنشطتي المعتادة، مثل العمل والتمرين؟
- هل سأكون قادرة على إنجاب أطفال بعد العلاج؟
- هل سيؤثر العلاج على حياتي الجنسية؟ إذا كان الأمر كذلك، فكيف سيحدث ذلك وإلى متى؟ وما الذي يمكنني فعله للتخفيف من هذا التأثير؟

ما يمكن توقعه بعد العلاج

بعد العلاج، اطلي من طبيب السرطان الخاص بك ملخص العلاج وخطة المتابعة. وهذا ما يسمى بخطة الرعاية للناجين. سيعمل طبيب السرطان الخاص بك مع عائلتك أو طبيب الرعاية الأولية للمساعدة في إدارة الآثار الجانبية من العلاج والتحقق من صحتك العامة. وستخضعين لاختبارات منتظمة للتحقق مما إذا كان السرطان قد عاد أو إذا بدأ سرطان جديد في جزء مختلف من جسمك.

قد لا يختفي السرطان تمامًا بالنسبة لبعض الناس. وقد يستمرون في الحصول على العلاج، وستظل هناك حاجة إلى إجراء اختبارات لمعرفة مدى نجاحه.

قد تواجهين تغييرات في جسمك بعد العلاج. إذا كانت لديك دورات شهرية قبل الجراحة، فستتوقف بعد إزالة الرحم. ستتغير قدرتك على الحمل أيضًا. قد يؤدي العلاج أيضًا إلى جفاف مهبلك. ويمكن لهذا أن يسبب نزيفًا أو ألمًا أثناء ممارسة الجنس أو بعده. تأكدي من سؤال الطبيب عما يمكن توقعه وأخبريه إذا كان لديك أي مشاكل.

النساء اللاتي أصبن بسرطان بطانة الرحم معرضات لخطر الإصابة به مرة أخرى أو الإصابة بأنواع أخرى معينة من السرطان. حتى لو كنت تشعرين بتحسن بعد الانتهاء من العلاج، فمن المهم أن تسألي فريق رعاية السرطان عن جدول منتظم لاختبارات المتابعة للتحقق مما إذا كان سرطان بطانة الرحم قد عاد.

تأكدي من طرح الأسئلة التالية:

- من أين أحصل على نسخة من ملخص علاجي وخطة المتابعة؟
- 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؟
- أين يمكنني العثور على سجلاتي الطبية بعد العلاج؟

البقاء بحالة صحية

تأكدي 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 بطانة الرحم. يمكن أن يساعدك الوصول إلى وزن صحي والبقاء فيه، وتناول الطعام الصحي، والنشاط، وتجنب الكحول أيضًا في الحفاظ على صحتك وتقليل خطر الإصابة بسرطان بطانة رحم آخر أو غيره من أنواع السرطان.

التعامل مع مشاعرك

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

- لا تحاولي التعامل مع مشاعرك لوحدي. وتحدثي عنها، بغض النظر عن ماهيتها.
- لا بأس أن تشعرين بالحزن أو الإحباط من حين لآخر، ولكن أخبري فريق رعاية السرطان الخاص بك إذا استمرت لديك هذه المشاعر لأكثر من بضعة أيام.
- استمري في القيام بالأشياء التي تستمتعين 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.
- احصلي على المساعدة في المهام مثل الطبخ والتنظيف.

قد ترغبين في التواصل مع الأصدقاء أو العائلة أو القادة الدينيين أو المجموعات الدينية التي تنتمين 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. أخبري فريق رعاية السرطان الخاص بك عن شعورك. فبإمكانهم مساعدتك في العثور على الدعم المناسب.



لمزيد من المعلومات والدعم، قومي بزيارة موقع جمعية السرطان الأمريكية على cancer.org/arabic أو اتصلي بنا على 1-800-227-2345. نحن هنا عندما تحتاجين إلينا.