

# راهنمای بیماران پس از تشخیص سرطان پانکراس

منبع این مطلب: [www.cancer.org](http://www.cancer.org)



**سرطان پانکراس** نوعی سرطان است که در لوزالمعده (پانکراس) آغاز می‌شود. پانکراس اندامی است که در پشت معده قرار دارد و به گوارش غذا و کنترل قند خون کمک می‌کند. اگر به شما گفته شده که سرطان پانکراس دارید، احتمالاً تا کنون تصویربرداری، آزمایش خون و نمونه‌برداری (بیوپسی - برداشتن بخشی از بافت برای بررسی وجود سرطان) انجام داده‌اید. ممکن است آزمایش‌هایی روی سلول‌های سرطانی برای بررسی وجود پروتئین‌های خاص یا تغییرات ژنی (بیومارکرها) نیز انجام شده باشد. شاید سایر آزمایش‌ها هم برای بررسی گسترش سرطان صورت گرفته باشد. این تست‌ها به پزشک کمک می‌کنند تا نوع سرطان پانکراس، مرحله آن و بهترین گزینه درمانی را

## درمان سرطان پانکراس



- راه‌های مختلفی برای درمان سرطان پانکراس وجود دارد، از جمله جراحی.
- انتخاب روش درمانی به نوع و مرحله سرطان، محل قرارگیری آن، نتایج آزمایش‌ها، وضعیت سلامت عمومی شما و ترجیحات شخصی‌تان بستگی دارد.
- در صورتی که امکان برداشت ایمن سرطان وجود داشته باشد، جراحی انجام می‌شود. گاهی بخشی از پانکراس همراه با تومور برداشته می‌شود. به ندرت نیاز به برداشتن کل پانکراس است.
- اگر سرطان به اندام‌های دیگر گسترش یافته باشد، ممکن است بخشی از آن اندام‌ها نیز برداشته شود.
- سایر درمان‌ها ممکن است شامل ابلیشن (تخریب تومور)، پرتودرمانی، داروهای مانند شیمی درمانی، داروهای هدفمند، یا ایمونوتراپی
- در بسیاری از موارد، ترکیبی از این روش‌ها استفاده می‌شود. پزشک شما را راهنمایی خواهد کرد تا مناسب‌ترین درمان را انتخاب کنید.

## سؤالات مهمی که باید بپرسید:



- ۱ هدف از درمان چیست؟
- ۲ من به چه نوع سرطان پانکراس مبتلا هستم؟
- ۳ مرحله بیماری‌ام چیست و چه مفهومی دارد؟
- ۴ از نتایج آزمایش‌ها چه اطلاعاتی به دست آورده‌اید؟
- ۵ آیا به آزمایش‌های بیشتری نیاز دارم؟
- ۶ آیا نیاز به جراحی دارم؟ آیا می‌توانم تومور را به‌طور کامل برداشتم؟

## پیش از درمان و در حین درمان چه انتظاری باید داشت؟



تیم مراقبت سرطان برنامه درمانی شما را برایتان توضیح خواهد داد. این تیم ممکن است شامل پزشکان مختلف، پرستاران و سایر اعضای کادر درمان باشد، بسته به نوع درمانی که دریافت می‌کنید. برای مثال، اگر به پرتودرمانی نیاز دارید، با انکولوژیست پرتودرمانی همکاری خواهید داشت که برای شما توضیح می‌دهد قبل، حین و بعد از درمان چه چیزی انتظار می‌رود. در سایر درمان‌ها نیز تیم مراقبت به شما در آمادگی، پیگیری اثربخشی و کنترل عوارض کمک خواهد کرد.



در طول مسیر درمان، ممکن است در زمان‌های مشخص آزمایش خون، اسکن یا تست‌های دیگری انجام شود تا میزان موفقیت درمان بررسی شود.



هر فرد ممکن است واکنش‌های متفاوتی به درمان داشته باشد. مثلاً عوارض جراحی با شیمی درمانی، ایمونوتراپی یا پرتودرمانی متفاوت است و حتی دو نفر که درمان مشابهی می‌گیرند نیز لزوماً عوارض یکسانی تجربه نمی‌کنند.



## پرسش‌هایی که می‌توانید مطرح کنید:



۱ آیا به درمانی غیر از جراحی نیاز دارم؟ به نظر شما بهترین گزینه برای من چیست و چرا؟

۲ آیا به درمانی غیر از جراحی نیاز دارم؟ به نظر شما بهترین گزینه برای من چیست و چرا؟

۳ ممکن است چه عوارضی داشته باشم و چطور می‌توانم با آن‌ها مقابله کنم؟

۴ از کجا می‌فهمیم درمان اثربخش بوده؟

۵ درمان چند بار انجام می‌شود و چه مدت طول می‌کشد؟

۶ درمان در کجا انجام می‌شود؟ آیا خودم می‌توانم رانندگی کنم؟

۷ آیا می‌توانم فعالیت‌های روزانه مثل کار یا ورزش را ادامه دهم؟

## پس از درمان چه باید انتظار داشت؟



برای بسیاری از افراد، سرطان پانکراس ممکن است هرگز به طور کامل از بین نرود. در این صورت، درمان همچنان ادامه می‌یابد و آزمایش‌ها انجام خواهد شد تا بررسی شود که چقدر درمان مؤثر بوده است.



گاهی نتایج آزمایش‌ها نشان می‌دهند که بهتر است درمان متوقف شود یا مدتی وقفه داشته باشید. در این شرایط، آزمایش‌های منظم برای بررسی بازگشت سرطان یا شروع سرطان جدید در بخش دیگری از بدن ضروری است.



در برخی بیماران، ممکن است سرطان به طور کامل از بین نرود. در این صورت درمان ادامه پیدا می‌کند و همچنان نیاز به بررسی‌های مکرر خواهد بود.



ممکن است بدن شما پس از درمان دچار تغییراتی شود. اگر بخشی از پانکراس یا اندام‌های دیگر برداشته شده باشند، ممکن است عملکرد پانکراس تغییر کند. این موضوع می‌تواند بر توانایی بدن در هضم غذا یا کنترل قند خون تأثیر بگذارد. ممکن است نیاز به تست قند خون یا مصرف انسولین یا سایر داروها داشته باشید.



با پزشک خود درباره انتظارات بعد از درمان و داروهای مورد نیاز صحبت کنید. اگر مشکلی داشتید، حتماً اطلاع دهید.



افرادی که سابقه سرطان پانکراس دارند، در معرض خطر ابتلا مجدد یا ابتلا به برخی دیگر از انواع سرطان قرار دارند. حتی اگر احساس خوبی دارید، پیروی از برنامه پیگیری برای بررسی بازگشت بیماری اهمیت دارد.

## سوالات پیشنهادی:



۱ از کجا می‌توانم نسخه‌ای از خلاصه درمان دریافت کنم؟

۲ هر چند وقت یکبار باید با تیم درمانی ملاقات کنم؟

۳ آیا نیاز به آزمایش‌هایی برای بررسی بازگشت سرطان یا عوارض درمان دارم؟

۴ آیا به غربالگری‌هایی مانند ماموگرافی یا کولونوسکوپی نیاز دارم؟

۵ آیا عوارض دیررس یا بلندمدتی وجود دارد که باید مراقب آن‌ها باشم؟

۶ آیا نیاز به مصرف انسولین یا رعایت رژیم خاصی دارم؟

۷ آیا نیاز به مصرف انسولین یا رعایت رژیم خاصی دارم؟



اگر عوارض درمان برطرف نشد یا علائم جدیدی پیدا کردید، حتماً پزشک یا تیم درمان را در جریان بگذارید. برای حفظ سلامت در طول و پس از درمان، موارد زیر مفید هستند:

سیگار نکشیدن.



رسیدن به وزن مناسب و حفظ آن.



تغذیه سالم و نوشیدن مایعات کافی.



فعال بودن و پرهیز از مصرف الکل.



این اقدامات می‌توانند به سلامت کلی شما کمک کنند و خطر ابتلا به سرطان پانکراس جدید یا دیگر سرطان‌ها را کاهش دهند.

## کنار آمدن با احساسات



تشخیص سرطان پانکراس ممکن است باعث ترس، ناراحتی یا اضطراب شود. این احساسات طبیعی هستند راه‌هایی برای مقابله با آن‌ها وجود دارد:

• سعی نکنید به تنهایی با احساسات‌تان کنار بیایید. درباره آن‌ها حرف بزنید، هرچه که باشند.

• احساس غم و ناراحتی گاهی طبیعی است، اما اگر بیشتر از چند روز ادامه یافت، به تیم درمان اطلاع دهید.

• اگر پزشک اجازه دهد، کارهایی که لذت می‌برید انجام دهید؛ مثل بودن در فضای باز، رفتن به سینما، مسابقه ورزشی یا رستوران.

• برای کارهایی مثل آشپزی و نظافت از دیگران کمک بگیرید.

• می‌توانید با دوستان، خانواده یا مشاور صحبت کنید. مشاوره حرفه‌ای نیز می‌تواند کمک‌تان کند. برخی افراد از گفتگو با کسانی که تجربه مشابهی داشته‌اند بهره می‌برند. گروه‌های حمایتی می‌توانند این فرصت را فراهم کنند. احساسات‌تان را با تیم درمانی درمیان بگذارید؛ آن‌ها می‌توانند شما را به منابع مناسب راهنمایی کنند.



📷 cedal\_co

🌐 cedal-co.

☎ +98 2188019704

🌐 www.cedalco.com

📖 Patient Education