

راهنمای بیماران

پس از تشخیص سرطان آندومتر

منبع این مطلب: www.cancer.org



سرطان آندومتر نوعی سرطان است که در پوشش داخلی رحم آغاز می‌شود. گاهی به آن «سرطان رحم» نیز گفته می‌شود. اگر به شما گفته شده که به این نوع سرطان مبتلا هستید، احتمالاً تاکنون معاینه، تصویربرداری و بیوپسی آندومتر (نمونه‌برداری از پوشش داخلی رحم برای بررسی وجود سرطان) انجام داده‌اید. ممکن است آزمایش‌هایی روی سلول‌های سرطانی انجام شده باشد تا پروتئین‌ها یا تغییرات ژنتیکی خاصی به نام بیومارکرها بررسی شوند. همچنین ممکن است روش‌های تشخیصی دیگری برای بررسی گسترش سرطان انجام شده باشد. این آزمایش‌ها به پزشک کمک می‌کنند تا نوع سرطان آندومتر، مرحله آن و درمان مناسب را مشخص کند.



به نوع و مرحله سرطان شما بستگی دارد. گزینه‌های درمانی همچنین به نتایج آزمایش‌ها، وضعیت سلامتی و ترجیحات شخصی شما وابسته‌اند.

در اغلب موارد، درمان اصلی سرطان آندومتر جراحی است. این جراحی معمولاً شامل برداشت رحم می‌شود که به آن هیسترکتومی می‌گویند. در برخی موارد، تخمدان‌ها و سایر اندام‌ها نیز برداشته می‌شوند.

درمان‌های دیگر می‌توانند شامل پرتودرمانی، هورمون‌درمانی، شیمی‌درمانی، داروهای هدفمند یا ایمونوتراپی (درمان ایمنی) باشند. در بعضی موارد، بیش از یک نوع درمان مورد نیاز است. پزشک به شما کمک می‌کند تا بهترین گزینه را انتخاب کنید.

جراحی و برخی درمان‌ها ممکن است باعث تغییر در چرخه قاعدگی شوند. حتی اگر هنوز یائسه نشده باشید، ممکن است پیودتان قطع شود. این درمان‌ها ممکن است بر توانایی بارداری هم تأثیر بگذارند، اما در برخی موارد روش‌هایی برای محافظت از این توانایی وجود دارد. مهم است که قبل از شروع درمان با پزشک در این باره صحبت کنید تا بدانید چه انتظاری باید داشته باشید.

حتماً این پرسش‌ها را از پزشک خود بپرسید:



- ۱ هدف از درمان چیست؟
- ۲ به چه نوع سرطان آندومتری مبتلا هستم؟
- ۳ مرحله سرطانم چیست و این مرحله چه معنایی دارد؟
- ۴ از نتایج آزمایش‌ها چه اطلاعات دیگری به دست آمده؟
- ۵ آیا به آزمایش‌های بیشتری نیاز دارم؟
- ۶ آیا به جراحی نیاز دارم؟ آیا رحمم برداشته می‌شود؟

آنچه پیش و در طول درمان باید انتظار داشت:



تیم مراقبت سرطان شما، روند درمانی‌تان را توضیح خواهد داد. این تیم ممکن است شامل پزشکان، پرستاران و سایر اعضای مراقبت‌های پزشکی باشد که بسته به درمان مورد نیاز شما با هم همکاری می‌کنند. برای مثال، اگر به پرتودرمانی نیاز داشته باشید، با یک انکولوژیست پرتودرمانی کار خواهید کرد که پیش، حین و پس از درمان، همه چیز را برایتان توضیح می‌دهد.



در مورد سایر درمان‌ها نیز تیم مراقبت سرطان نحوه انجام، آماده‌سازی، پیگیری وضعیت و مدیریت عوارض را به شما توضیح خواهد داد. همچنین در زمان‌های خاصی ممکن است آزمایش خون، اسکن یا تست‌های دیگر برای بررسی اثربخشی درمان انجام شود.



همه افراد عوارض یکسانی را تجربه نمی‌کنند. برای مثال، عوارض ناشی از برداشتن رحم با عوارض شیمی‌درمانی، درمان هدفمند، ایمونوتراپی یا پرتودرمانی متفاوت است. حتی بین افرادی که یک نوع درمان دریافت می‌کنند، شدت یا نوع عوارض متفاوت است.



پرسش‌هایی که پیشنهاد می‌شود بپرسید:



- ۱ آیا به درمانی غیر از جراحی نیاز دارم؟ چه درمانی را پیشنهاد می‌کنید و چرا؟
- ۲ آیا برای نوع سرطان من کارآزمایی بالینی (clinical trial) وجود دارد؟
- ۳ چه عوارضی ممکن است داشته باشم و چگونه باید با آن‌ها مقابله کنم؟
- ۴ چگونه می‌فهمیم که درمان اثربخش است؟
- ۵ درمان هر چند وقت یک بار انجام می‌شود؟ چقدر طول می‌کشد؟
- ۶ برای درمان به کجا مراجعه کنم؟ آیا می‌توانم خودم رانندگی کنم؟
- ۷ آیا می‌توانم فعالیت‌های معمول مانند کار و ورزش را ادامه دهم؟
- ۸ آیا بعد از درمان می‌توانم باردار شوم؟

۹ آیا درمان روی زندگی جنسی من تأثیر دارد؟ چگونه و برای چه مدت؟ چه کمکی می‌توانم بگیرم؟



پس از پایان درمان، از پزشک خود بخواهید یک نسخه از «خلاصه درمان و برنامه پیگیری» به شما بدهد. پزشک به شما در مدیریت عوارض ناشی از درمان کمک کرده و وضعیت سلامت کلی‌تان را پیگیری می‌کند. همچنین معاینه لگنی و آزمایش‌های منظم برای بررسی بازگشت سرطان یا بروز سرطان جدید در دیگر بخش‌های بدن انجام می‌شود.



در برخی موارد، سرطان ممکن است به‌طور کامل از بین نرود. در این صورت، درمان ادامه می‌یابد و همچنان نیاز به بررسی‌های منظم وجود دارد.



پس از درمان، ممکن است تغییراتی در بدن خود احساس کنید. اگر پیش از جراحی پیوند می‌شدید، پس از برداشتن رحم پیوندتان قطع می‌شود و توانایی بارداری نیز از بین می‌رود. درمان ممکن است باعث خشکی واژن شود که می‌تواند منجر به درد یا خونریزی در طول یا بعد از رابطه جنسی گردد. حتماً در این باره با پزشک خود صحبت کنید و در صورت بروز مشکل اطلاع دهید.



افرادی که سابقه سرطان آندومتر دارند، در معرض خطر ابتلای مجدد یا ابتلا به برخی سرطان‌های دیگر هستند. حتی اگر حالتان خوب باشد، مهم است که درباره برنامه‌ی پیگیری منظم با تیم درمان صحبت کنید.



سؤالاتی که باید پرسید:



- ۱ از کجا می‌توانم نسخه‌ای از خلاصه درمان و برنامه پیگیری خود را بگیرم؟
- ۲ هر چند وقت یک‌بار باید پزشکم را ببینم؟
- ۳ آیا نیاز به آزمایش‌هایی برای بررسی بازگشت سرطان یا عوارض درمان دارم؟
- ۴ آیا باید غربالگری‌هایی مثل ماموگرافی یا کولونوسکوپی انجام دهم؟
- ۵ آیا عوارض دیررس یا بلندمدتی وجود دارد که باید مراقب آن‌ها باشم؟
- ۶ پرونده پزشکی من پس از درمان را از کجا می‌توانم دریافت کنم؟

اگر عوارض جانبی درمان برطرف نشد یا علائم جدیدی ظاهر شد، حتماً با پزشک یا تیم درمان تماس بگیرید. کارهایی وجود دارد که می‌توانید در طول و پس از درمان برای حفظ سلامت انجام دهید:

سیگار نکشید (این کار می‌تواند خطر سرطان آندومتر را کاهش دهد)



وزن سالم خود را حفظ کنید



تغذیه مناسب داشته باشید



فعالیت بدنی منظم داشته باشید



این کارها به حفظ سلامت عمومی و کاهش خطر بازگشت سرطان یا ابتلا به سایر سرطان‌ها کمک می‌کنند.

کنار آمدن با احساسات

ابتلا به سرطان آندومتر ممکن است باعث احساس ترس، غم یا نگرانی شود. این احساسات طبیعی هستند و راههایی برای کنار آمدن با آن‌ها وجود دارد

سعی نکنید احساساتتان را به‌تنهایی مدیریت کنید؛ درباره‌شان صحبت کنید، هرچه که باشند.

احساس ناراحتی گاه‌به‌گاه طبیعی است، اما اگر این احساس چند روز ادامه یافت، حتماً با تیم درمان در میان بگذارید.

اگر پزشک اجازه دهد، به فعالیت‌هایی که از آن‌ها لذت می‌برید ادامه دهید، مثل بودن در فضای باز، رفتن به سینما یا رویدادهای ورزشی، یا صرف غذا در بیرون.

در انجام کارهایی مانند پخت‌وپز و نظافت از دیگران کمک بگیرید.

می‌توانید با دوستان، خانواده یا مشاور صحبت کنید. مشاوره روانشناسی نیز می‌تواند مفید باشد. برخی افراد صحبت با کسانی که تجربه مشابهی داشته‌اند را سودمند می‌دانند. گروه‌های حمایتی می‌توانند این فرصت را فراهم کنند. حتماً با تیم درمان خود درباره احساساتتان صحبت کنید تا راهنمایی مناسب دریافت کنید.



 [cedal_co](#)

 [cedal-co.](#)

 +98 2188019704

 www.cedalco.com

 Patient Education