Foundation
for Women's Cancer

سرطان بطانة الرحم

دليلكِ

البحث · التوعية · التواصل · التثقيف

المقدمة

لقد تم إبلاغكِ وعائلتكِ بتشخيص إصابة بمرض سرطان بطانة الرحم، المعروف أيضًا بسرطان الرحم.

قد يبدو كم المعلومات التي تلقيتِها أثناء التشخيص مربكًا. قد تشعرين فجأة بأن هناك العديد من الأسئلة التي لم تتم الإجابة عنها، والقرارات التي يجب اتخاذها، والكثير من المعلومات التي يجب فهمها. قد يساعدكِ حضور أصدقائكِ أو عائلتكِ عند مناقشة التشخيص والعلاج.

سيعمل فريق من اختصاصيي الرعاية الصحية معكِ ومع عائلتكِ طوال عملية العلاج. كل منهم له وظيفة مهمة، ولكن العضو الأكثر أهمية في الفريق هو أنتِ. لأداء دور فعال أثناء العلاج، يجب أن تحاولي معرفة أكبر قدر ممكن عن سرطان بطانة الرحم.

سيشرح لكِ هذا الكتيب أساسيات ما تحتاجين إلى معرفته عن سرطان بطانة الرحم. سيُعرِّفكِ على الأشخاص الذين قد يكونون جزءًا من فريق العلاج المتابع لحالتكِ. كما سيحدد أنواع العلاج المختلفة لسرطان بطانة الرحم. نأمل أن تساعدكِ هذه المعلومات على الاستعداد للتحدث إلى فريق العلاج المتابع لحالتكِ والشعور بمزيد من الثقة بشأن خطة علاجكِ.

سرطان بطانة الرحم: نظرة عامة

يحدث السرطان عندما تنمو الخلايا بشكل غير طبيعي في أحد أجزاء الجسم. سرطان بطانة الرحم هو سرطان يحدث في البطانة الداخلية للرحم. الرحم مكان نمو الجنين أثناء الحمل. وتقع قناتا فالوب والمبيضان على جانبي الرحم. عنق الرحم هو فم الرحم (أو الرحم) الذي يربطه بالمهبل (راجع الصفحة 8). تقع هذه الأعضاء التناسلية في الحوض، بالقرب من المثانة والمستقيم.

بطانة الرحم هي الطبقة الداخلية للرحم التي تنمو كل شهر أثناء سنوات الإنجاب. ينمو هكذا حتى يكون جاهزًا لدعم الجنين إذا أصبحت المرأة حاملاً. وإذا لم يحدث حمل، فتبدأ بطانة الرحم بالتساقط أثناء فترة الحيض.

عوامل الخطر

تشمل عوامل خطر الإصابة بسرطان بطانة الرحم زيادة العمر (نسبة 75% من النساء المصابات بسرطان بطانة الرحم قد مررن بالفعل بسن اليأس) والسمنة واستخدام هرمونات الإستروجين من دون البروجستيرون وداء السكري وارتفاع ضغط الدم واستخدام التاموكسيفين وصعوبة الحمل أو الوصول إلى سن اليأس في عمر متأخر (بعد سن 52). التاريخ العائلي للإصابة بسرطان الرحم أو المبيض أو القولون أحد عوامل الخطر المهمة أيضًا بالنسبة إلى بعض النساء. ستصاب نسبة صغيرة من مريضات سرطان بطانة الرحم، على سبيل المثال، بمتلازمة لينش، التي يمكن أن تؤدي إلى زيادة خطر الإصابة بسرطان بطانة الرحم والقولون والمبيض والثدي وغيرها من السرطانات.

عوامل الخطر المهمة التي يمكن تعديلها هي السمنة و/أو انخفاض النشاط البدني. النساء البدينات أو اللواتي يعانين من الوزن الزائد لديهن مستويات أعلى من إفراز الإستروجين، ما يزيد من خطر الإصابة بسرطان بطانة الرحم. قد يكون هناك خطر أعلى لدى النساء ذوات النشاط البدني المنخفض، خاصة إذا كن يعانين أيضًا من عوامل خطر أخرى.

إذا كان لديكِ أقارب مصابون بسرطان بطانة الرحم أو القولون أو المبيض، فيجب عليكِ استشارة اختصاصي في علم الوراثة حيث يمكن إجراء الاختبارات لتحديد هذا الخطر، ما يمكن أن يكون مفيدًا لكِ ولأفراد عائلتكِ.

الأعراض

النزيف المهبلي غير الطبيعي أكثر علامة تحذيرية شائعة للإصابة بسرطان الرحم بغض النظر عن العمر، ولكنه مهم خاصة لدى النساء اللواتي مررن بسن اليأس وتوقفت الدورة الشهرية المنتظمة لديهن. يجب مناقشة أي نزيف غير منتظم مع الطبيب ويجب أن تخضعي لفحص نسائي.

من المهم التعرف على أي نزيف أو بقع أو تغيرات في دورتكِ الشهرية والإبلاغ بها حتى يمكن اكتشاف سرطان بطانة الرحم في وقت مبكر، ما يؤدي إلى التشخيص المبكر والوصول إلى أفضل النتائج مع العلاج. عند النساء الأكبر سنًا، قد يكون أي نزيف أو بقع أو إفرازات غير طبيعية وردية/بنية اللون بعد انقطاع الطمث علامة على الإصابة بسرطان بطانة الرحم. النساء الأصغر سنًا معرضات للخطر أيضًا، وإذا كن يعانين من تغيرات في دوراتهن الشهرية مثل النزيف غير المنتظم أو الغزير، فيجب عليهن أيضًا الإبلاغ والبحث عن الرعاية لأن هذا يمكن أن يكون أحد أعراض سرطان بطانة الرحم.

التقييم الطبي

عند إصابة إحدى النساء بهذه الأعراض المقلقة، يجب إجراء فحص الحوض، بما في ذلك غالبًا فحص المستقيم والمهبل والفحص البدني العام. من المحتمل أن يوصي فريقك الطبي بإجراء خزعة بطانة الرحم و/أو التوسعة والكشط (D&C) للتحقق من بطانة الرحم. بالإضافة إلى ذلك، قد يطلب فريقك إجراء أشعة بالموجات فوق الصوتية.

العمل مع فريق العلاج المتابع لحالتكِ

خلال فترة العلاج، ستتفاعلين مع العديد من اختصاصيي الرعاية الصحية الذين يشكلون فريق العلاج المتابع لحالتكِ. سيتعاونون مع بعضهم ومعكِ لتوفير الرعاية الخاصة التي تحتاجين إليها. قد يتضمن فريق العلاج المتابع لحالتكِ بعضًا من اختصاصيي الرعاية الصحية المدرجين أدناه.

أطباء الأورام النسائية هم أطباء أمراض النساء والتوليد المعتمدون الذين حصلوا على ثلاث إلى أربع سنوات إضافية من التدريب المتخصص في علاج السرطانات النسائية من برنامج زمالة معتمد من المجلس الأمريكي لأمراض النساء والتوليد. يمكن لأطباء الأورام النسائية الإشراف على رعايتكِ بداية من التشخيص وحتى إكمال العلاج.

تحقق المريضات اللاتي تعانين من سرطان بطانة الرحم ويخضعن للجراحة بواسطة طبيب أورام نسائية نتائج أفضل من المريضات اللاتي يخضعن للجراحة بواسطة نوع آخر من الأطباء. ترتبط النتائج الأفضل بحقيقة أن أطباء الأورام النسائية يتمتعون بمعرفة واسعة بعلم الأمراض ويميلون إلى إجراء الجراحة المناسبة والتوصية بالعلاج المناسب بعد الجراحة إذا لزم الأمر. يُجري أطباء الأورام النسائية الجراحة ويراقبون تكرارها بعد الجراحة. الكثير منهم، ولكن ليس جميعهم، يعطون العلاج الكيميائي أيضًا كجزء من ممارساتهم.

قد يتم علاجكِ أيضًا بواسطة:

أطباء الأورام الطبية المتخصصون في استخدام العلاج الدوائي (العلاج الكيميائي) لعلاج السرطان.

أطباء الأورام الإشعاعية المتخصصون في استخدام العلاج الإشعاعي لعلاج السرطان.

ممرضات الأورام المتخصصات في رعاية مريضات السرطان. يمكن لممرضة الأورام العمل معكِ في العديد من جوانب رعايتكِ، بدءًا من مساعدتكِ على فهم تشخيصكِ وعلاجكِ وصولاً إلى توفير الدعم العاطفي والاجتماعي.

الأخصائيون الاجتماعيون المدربون مهنيًا في مجال الاستشارات والمساعدة العملية وبرامج الدعم المجتمعي والرعاية المنزلية والنقل والمساعدة الطبية والتأمين وبرامج الاستحقاق. الأخصائيون الاجتماعيون داعمون مفيدون جدًا، وخاصةً عندما يتم تشخيصكِ لأول مرة ولا تعرفين ما يجب عليكِ فعله بعد ذلك.

مرشدو المريضات الذين يثقفون المريضات حول المرض ويعملون كداعمين لهن ويقدمون الرعاية إليهن خلال علاج السرطان.

اختصاصيو التغذية أو خبراء التغذية المسجلون هم خبراء في مساعدتكِ على الحفاظ على عادات الأكل الصحية. وهذا مهم في عملية التعافي. يساعدكِ هؤلاء الاختصاصيون على التغلب على الآثار الجانبية المحتملة للعلاج مثل ضعف الشهية أو الغثيان أو تقرحات الفم. ومن المهم ملاحظة أنه يجب تناول العلاجات والمكملات الغذائية الطبيعية فقط تحت إشراف طبيب العلاج بالمداواة الطبيعية بالتشاور مع طبيب الأورام النسائية المتابع لحالتكِ.

وقد يشارك في رعايتكِ من السرطان **الممرضات الممارسات** ومساعدو الأطباء، بالتضامن مع الأطباء. قد يقوم هؤلاء المقدمون بتشخيص الأمراض وعلاجها، بالإضافة إلى وصف الأدوية.

التحدث إلى فريق العلاج المتابع لحالتكِ

أنت تستحقين تلقي النصيحة والعلاج من الخبراء في فريق العلاج المتابع لحالتكِ. تأكدي من التحدث بصراحة عن مخاوفكِ إلى أعضاء الفريق المتابع لحالتكِ ودعيهم يعرفوا ما المهم بالنسبة إليكِ. إذا كان من الصعب عليكِ التحدث عن نفسكِ، فقد تساعدكِ النصائح الآتية:

- اصطحبي معكِ شخصًا داعمًا إلى مواعيد طبيب علاج الأورام إذ يمكن أن يتم تقديم الكثير من المعلومات، كما أنه من المفيد وجود شخص معكِ لجمع كل هذه المعلومات وطرح الأسئلة عند الضرورة.
- ضعي قائمة بالأسئلة قبل زيارتكِ. اطرحي الأسئلة الأكثر أهمية أولاً.
- دوِّني الملاحظات أو اسألي عما إذا كان بإمكانكِ تسجيل زياراتكِ للعيادة والمحادثات الهاتفية.
- إذا لم تفهمي شيئًا ما، فاطلبي من أحد أعضاء فريق العلاج أن يشرحه مرة أخرى بطريقة مختلفة.
- اصطحبي دائمًا شخصًا آخر معك عند مقابلة أعضاء فريق العلاج المتابع لحالتكِ لمناقشة نتائج الاختبار وخيارات العلاج.
- بدأ العمل بالقاعدة النهائية لقانون العلاج للقرن الحادي والعشرين في 5 أبريل 2021. يسَّر هذا القانون على المرضى الوصول إلى سجلاتهم الطبية الخاصة من خلال بوابة إلكترونية. اطلبي من مقدم الرعاية المتابع لحالتكِ الحصول على مزيد من المعلومات.

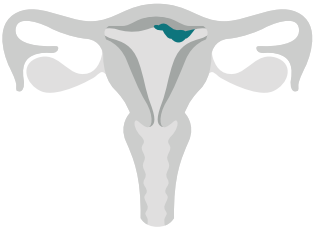
تحديد مرحلة السرطان جراحيًا

على الرغم من أن معظم سرطانات بطانة الرحم محصورة في الرحم، فقد يوصي فريق العلاج المتابع لحالتكِ بإجراء مزيد من الاختبارات لتحديد ما إذا كان السرطان قد انتشر أم لا. بالإضافة إلى ذلك، قد يتم تنفيذ إجراءات محددة أثناء الجراحة لتحديد مدى انتشار المرض. تُسمى هذه العملية تحديد المرحلة. تساعد عملية تحديد المرحلة على تحديد المدى الدقيق لانتشار السرطان لديكِ وما خطة العلاج الأفضل لكِ.

بعد الجراحة، سيتم تصنيف مرحلة السرطان لديكِ إلى المرحلة الأولى أو الثانية أو الثالثة أو الرابعة، كما هو موضح في الصفحة الآتية. سيتم أيضًا تحديد السرطان بدرجة. تشير الدرجة إلى كيفية ظهور الخلايا غير الطبيعية تحت المجهر. تتميز الأورام منخفضة الدرجة، التي تُسمى أيضًا الدرجة 1، بخصائص تشبه خلايا بطانة الرحم الطبيعية. وفي المقابل، في الأورام عالية الدرجة (الدرجة 3) يتغير المظهر المجهري بشكل كبير عن الطبيعي.

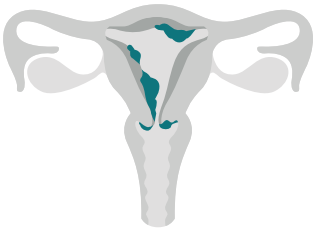
من المهم إجراء الجراحة بواسطة طبيب الأورام النسائية، وهو طبيب حصل على تدريب خاص في رعاية سرطانات الجهاز التناسلي لدى النساء. وتشير الدراسات إلى أن المريضات اللاتي عالجهن أطباء أورام نسائية في مراكز كبيرة الحجم حصلوا على نتائج أفضل.

مراحل سرطان بطانة الرحم



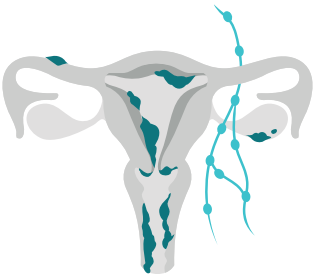
المرحلة الأولى

السرطان موجود في الرحم فقط. ولم ينتشر إلى عنق الرحم (فتحة الرحم).



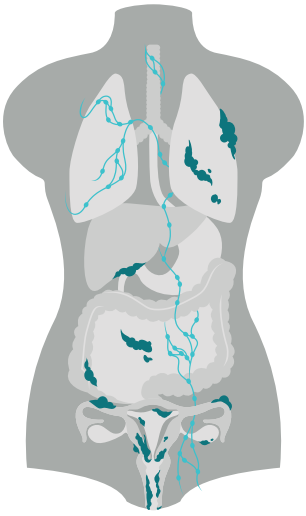
المرحلة الثانية

ينتشر السرطان من الرحم إلى عنق الرحم (فتحة الرحم)، لكنه لم ينتشر إلى أقصى من ذلك.



المرحلة الثالثة

ينتشر السرطان خارج الرحم نفسه. قد يكون انتشر إلى العقد الليمفاوية القريبة أو المبايض أو قناتي فالوب أو المهبل، لكنه لم يخرج من منطقة الحوض. ولم ينتشر إلى المثانة أو المستقيم.



المرحلة الرابعة

انتشر السرطان إلى المثانة أو المستقيم و/أو أجزاء أخرى من الجسم خارج الحوض، مثل البطن أو الرئتين.

أنواع العلاج والآثار الجانبية

يمكن علاج سرطان بطانة الرحم بالجراحة أو العلاج الإشعاعي أو العلاج الكيميائي أو العلاج الهرموني. وحسب حالتكِ، قد يوصي فريق العلاج باستخدام مزيج من العلاجات لعلاج السرطان الذي لديكِ.

فهم أهداف العلاج

عند بدئكِ العلاج، تأكدي من فهمكِ ما يمكن توقعه. هل هذا من أجل الشفاء؟ ما فرص الشفاء؟ إذا كان الشفاء غير ممكن، فهل سيجعلني العلاج أعيش حياة أفضل أو أطول؟ من المهم جدًا فهم الحقيقة حول ما يمكن توقعه من العلاج – وما المصاريف المحتملة للآثار الجانبية والنفقات وما إلى ذلك – حتى تتمكني من اتخاذ أفضل القرارات لنفسكِ والحياة التي تريدين أن تعيشيها.

جميع علاجات سرطان بطانة الرحم ذات آثار جانبية، ولكن يمكن التحكم في معظم الآثار الجانبية أو تجنبها. قد يؤثر العلاج في جوانب مختلفة من حياتكِ، بما في ذلك وظيفتكِ في العمل والمنزل والعلاقات الحميمة. يمكن أن يؤثر ذلك بشكل كبير في الأفكار والمشاعر الشخصية.

قبل بدء العلاج، من المهم معرفة الآثار الجانبية المحتملة والتحدث إلى أعضاء فريق العلاج المتابع لحالتكِ حول مشاعركِ أو مخاوفكِ. يمكنهم تأهيلكِ لما يمكن توقعه وإخباركِ بالآثار الجانبية التي يجب إبلاغهم بها على الفور. يمكنهم أيضًا مساعدتكِ على إيجاد طرق للتحكم في الآثار الجانبية التي تعانين منها.

الجراحة

الجراحة أكثر علاج شائع لسرطان بطانة الرحم. يمكن إجراء أنواع مختلفة من الجراحة.

تحديد مرحلة السرطان جراحيًا

يتضمن ذلك إزالة الرحم/عنق الرحم (استئصال الرحم كاملاً) وقناتي فالوب/المبايض (استئصال البوق الثنائي والمبيضين)، وهو الإجراء القياسي لعلاج سرطان بطانة الرحم. قد يوصي الطبيب المتابع لحالتكِ أيضًا بتقييم العقد الليمفاوية. يمكن فحص العقد الليمفاوية أثناء الجراحة للتأكد من عدم وجود سرطان. العقد الليمفاوية إما كمجموعة أو عقد ليمفاوية مختارة (العقد الليمفاوية الخافرة). يجب عليكِ مناقشة كيفية تخطيط الطبيب لتقييم العقد الليمفاوية. يمكن إزالة هذه الأعضاء بعدة طرق:

استئصال الرحم كاملاً بطريق البطن

يتم استئصال الرحم وعنق الرحم وقناتي فالوب والمبايض من خلال شق كبير تقليدي في البطن.

استئصال الرحم طفيف التوغل

(استئصال الرحم المهبلي بمساعدة تنظير البطن واستئصال الرحم بالمنظار الروبوتي)

يتم استئصال الرحم وعنق الرحم وقناتي فالوب والمبايض من خلال المهبل بمساعدة تنظير البطن أو المنظار الروبوتي (مع كاميرا متصلة) الذي يتم وضعه في البطن عبر شقوق صغيرة.

بالنسبة إلى المريضات اللاتي يعانين من العديد من المشكلات الطبية وغير صحيحات بما يكفي لإجراء عملية جراحية شاملة، فإن استئصال الرحم المهبلي هو خيار آخر. بعض المريضات لسن مرشحات للجراحة.

الآثار الجانبية للجراحة

من الطبيعي الشعور بعدم الراحة بعد الجراحة. غالبًا ما يمكن التحكم فيه بالأدوية. أخبري فريق العلاج المتابع لحالتكِ إذا كنتِ تعانين من أي ألم شديد. تتضمن أعراض ما بعد الجراحة التي عليكِ الإبلاغ بها ما يأتي:

- الألم الذي لا يمكن السيطرة عليه بالأدوية
- غثيان وقيء محتمل
- الحمى
- مشكلات الجروح
- تورم أو احمرار الساقين (قد تحتاجين إلى التحقق من وجود جلطات دموية)
- صعوبة التبول أو الإمساك

قد تتضمن الآثار الجانبية طويلة المدى للجراحة ما يأتي:

- الوذمة اللمفية (تورم الساقين)
- مناطق خدر نادرة في أسفل البطن أو الفخذ الداخلي
- ألم الجرح
- تغيرات في وظيفة الأمعاء أو المثانة اعتمادًا على نوع الجراحة وحجمها

تحدثي إلى الطبيب المتابع لحالتكِ إذا كنتِ تشعرين بأي مما سبق.

العلاج الإشعاعي

يَستخدم العلاج الإشعاعي (المسمى أيضًا العلاج بالإشعاع) الأشعة السينية عالية الطاقة أو أنواعًا أخرى من الإشعاع، لقتل الخلايا السرطانية أو منع نموها.

يمكن استخدام العلاج الإشعاعي:

- بدلاً من الجراحة لعلاج سرطان بطانة الرحم في المرحلة المبكرة، رغم أن هذا غير شائع.
- قبل الجراحة، لتقليص السرطان (يُسمى العلاج المساعد الجديد).
- بعد الجراحة، للقضاء على أي خلايا سرطانية قد تكون انتشرت إلى أنسجة أخرى داخل الحوض (يُسمى العلاج المساعد).

هناك نوعان من العلاج الإشعاعي يُستخدمان لعلاج سرطان بطانة الرحم:

يَستخدم العلاج الإشعاعي الخارجي جهازًا يوجه الأشعة السينية نحو منطقة محددة من الجسم. ويُعطى العلاج عادةً يوميًا، لمدة 6 أسابيع تقريبًا. فلا يسبب ألمًا ويستغرق بضع دقائق فقط كل يوم. يمكنكِ تلقي العلاج في عيادة أو مستشفى أو مكتب الأورام الإشعاعية.

يتضمن العلاج الإشعاعي الداخلي (يُسمى أيضًا العلاج الإشعاعي الموضعي) وضع كبسولة صغيرة من المواد المشعة داخل المهبل. يمكن تنفيذ هذا الإجراء إما في أماكن المرضى الداخليين أو المرضى الخارجيين، حسب توصية فريق العلاج المتابع لحالتكِ.

الآثار الجانبية للإشعاع

تعتمد الآثار الجانبية للعلاج الإشعاعي على الجرعة المستخدمة وجزء الجسم الذي يتم علاجه. تشمل الآثار الجانبية الشائعة ما يأتي:

- جفاف الجلد واحمراره في المنطقة المعالجة
- الإرهاق
- الإسهال
- الشعور بعدم الراحة عند التبول
- ضيق المهبل
- فقر الدم

معظم هذه الآثار الجانبية مؤقتة، ولكن يمكن أن تكون هناك آثار طويلة المدى على وظيفة الأمعاء والمثانة والعلاقة الجنسية التي من المهم فهمها والإبلاغ بها. تأكدي من التحدث إلى أعضاء فريق العلاج المتابع لحالتكِ حول أي آثار جانبية تعانين منها. يمكنهم مساعدتكِ على إيجاد طرق لإدارتها.

العلاج الكيميائي

العلاج الكيميائي هو استخدام الأدوية لقتل الخلايا السرطانية. ويُعطى العلاج الكيميائي لعلاج سرطان بطانة الرحم عادةً عن طريق الوريد (حقنه في الوريد). قد يتم علاجكِ في عيادة الطبيب أو في قسم العيادات الخارجية في المستشفى.

وتنتقل الأدوية عبر مجرى الدم للوصول إلى جميع أجزاء الجسم. وهذا هو السبب في أن العلاج الكيميائي يمكن أن يكون فعالاً في علاج سرطان بطانة الرحم الذي انتشر خارج الرحم. ومع ذلك، فإن نفس الأدوية التي تقتل الخلايا السرطانية قد تؤثر أيضًا في الخلايا السليمة.

للحد من تضرر الخلايا السليمة، يُعطى العلاج الكيميائي عادةً في دورات. تتناوب فترات العلاج الكيميائي مع فترات الراحة، والتي لا يتم خلالها إعطاء أي علاج كيميائي.

قد تظل بعض الآثار الجانبية تحدث. ستُنصح بعض المريضات المصابات بسرطان المرحلة العالية أو أنواع الخلايا عالية المخاطر بتلقي العلاج الكيميائي بعد الجراحة. يُعطى العلاج الكيميائي عبر الوريد عادةً بعد الجراحة، ولكن في بعض الحالات، قد يتم إعطاؤه قبل الجراحة. تشمل الأدوية الكيميائية شائعة الاستخدام كاربوبلاتين وسيسبلاتين وباكليتاكسيل ودوسيتاكسيل ودوكسوروبيسين، وغيرها.

تُعطى هذه الأدوية بمفردها أو مجتمعة. الجمع بين كاربوبلاتين وباكليتاكسيل حاليًا العلاج الأكثر استخدامًا للمريضات اللاتي يحتجن إلى العلاج الكيميائي لسرطان بطانة الرحم.

الآثار الجانبية للعلاج الكيميائي

تستجيب كل مريضة للعلاج الكيميائي بشكل مختلف. قد تعاني بعض المريضات من آثار جانبية قليلة جدًا بينما تعاني أخريات من آثار جانبية عديدة. معظم الآثار الجانبية مؤقتة. تتبعي أعراضكِ وأبلغي فريقكِ بها حيث يوجد العديد من الأدوية والعلاجات لعلاج هذه الآثار والحد منها:

- الغثيان
- فقدان الشهية
- اعتلال الأعصاب (الخدر والوخز والألم في الأطراف كأصابع اليدين والقدمين)
- تقرحات الفم
- زيادة فرصة الإصابة بالعدوى أثناء العلاج الكيميائي
- التعرض للنزيف أو الكدمات بسهولة
- تساقط الشعر
- الإرهاق

العلاج المناعي والعلاجات الموجهة

هناك عدة عوامل جديدة يتم اختبارها وهي معتمدة الآن بالنسبة إلى سرطان بطانة الرحم، وهي تعمل من خلال آليات جديدة وتستهدف مسارات مختلفة تحتاج إليها الخلايا السرطانية للنمو أو الحفاظ على نفسها أو الانتشار. تُسمى هذه المجموعات المتنوعة من الأدوية العلاجات الموجهة. تُسمى العلاجات التي يمكنها إشراك جهاز المناعة الخاص بالمريضة في محاربة السرطان بالعلاجات المناعية.

بعض سرطانات بطانة الرحم لها تغيرات جزيئية تجعلها أكثر عرضة للاستجابة بشكل إيجابي لهذه الأدوية. وبالنسبة إلى المريضات المصابات بسرطان بطانة الرحم المتقدم أو المتكرر، فقد يجري فريق مقدمي الرعاية الصحية المتابع لحالتكِ اختبارات على الورم لمعرفة ما إذا كنتِ ستستفيدين من الأدوية المناعية وحدها أو مجتمعة مع العلاجات الموجهة الأخرى. وأحيانًا، يتم الجمع بين هذه العلاجات الموجهة والعلاج الكيميائي في محاولة لجعل العلاج الكيميائي أكثر فعالية. العلاج الموجه وأدوية العلاج المناعي لها آثار جانبية فريدة خاصة بها، والتي سيناقشها فريقكِ.

العلاج الهرموني

بعض أنواع سرطان بطانة الرحم لها مستقبلات هرمونية يمكن استهدافها لمنع نموها. في مثل هذه الحالات، يكون العلاج الهرموني خيارًا علاجيًا بديلاً للجراحة أو للمريضات اللاتي يعانين من تكرار السرطان. يمكن للعلاج الهرموني أن يحجب هذه المستقبلات ويمنع الهرمونات كطريقة لمنع خلايا سرطان بطانة الرحم من الحصول على الهرمونات التي قد تحتاج إليها للنمو أو استخدامها. عادة ما يتم تناوله على شكل حبوب ولكن يمكن إعطاؤه كحقنة.

الآثار الجانبية للعلاج الهرموني

تعتمد الآثار الجانبية للعلاج الهرموني على نوع الهرمونات المستخدمة. تحتفظ بعض النساء بالسوائل وتتغير شهيتهن أو تعانين من الهبَّات الساخنة. قد تسبب بعض العلاجات ألم العضلات أو المفاصل وجفاف المهبل. قد تزيد بعض العلاجات الهرمونية من خطر الإصابة بالجلطات الدموية.

أهمية المشاركة في التجارب السريرية

يوجد العديد من التجارب السريرية الجارية التي تدرس طرقًا جديدة وأفضل لعلاج سرطان بطانة الرحم. تتوفر العديد من خيارات العلاج اليوم لأن النساء المصابات بسرطان بطانة الرحم كن على استعداد للمشاركة في التجارب السريرية السابقة. صُممت التجارب السريرية لاختبار بعض أحدث العلاجات الواعدة لسرطان بطانة الرحم. تتعاون مؤسسة سرطان النساء مع مؤسسة NRG Oncology (المعروفة سابقًا باسم Gynecologic Oncology Group)، وهي جزء من المجموعة التعاونية الوحيدة التابعة للمعهد الوطني للسرطان التي تركز حصريًا على التجارب السريرية للسرطانات النسائية، وغيرها من المؤسسات لتوفير المعلومات حول التجارب السريرية الحالية. من المحتمل أن تكون جميع المريضات، بغض النظر عن العرق أو القومية أو اللغة التي يتحدثن بها أو الوضع الاجتماعي الاقتصادي أو العمر، مؤهلات للتجارب وتكون التجارب أفضل عندما تكون هناك مشاركة أكثر تنوعًا. تحدثي إلى الفريق المتابع لحالتكِ للتعرف على التجارب التي قد تكونين مؤهلة لها أو للحصول على مزيد من المعلومات حول التجارب السريرية المتاحة للتسجيل، يُرجى زيارة www.clinicaltrials.gov.

المتابعة بعد العلاج

يتنوع تكرار الفحوص والتصوير بالأشعة وتحاليل الدم بسبب العديد من العوامل. عادةً، ستتم متابعتكِ كل ثلاثة إلى ستة أشهر خلال أول عامين مع إجراء فحص للمهبل والمستقيم على الأقل للكشف عن أي تكرارات مبكرة في المرحلة الأكثر إمكانية للشفاء. سيقل تكرار هذه الفحوص بعد ذلك. بالإضافة إلى ذلك، قد تُجرى دراسات التصوير بشكل دوري، خاصة إذا كنتِ تعانين من أي آلام أو أعراض جديدة. الجزء العلوي من المهبل أكثر مواضع تكرار سرطان بطانة الرحم شيوعًا، وسيظهر لدى المريضات نزيف مهبلي عادةً.

المرض المتكرر

إذا تكرر السرطان لديك، فهناك عدة خيارات للعلاج. يشمل ذلك تكرار الجراحة، وإعادة المعالجة بالعلاج الكيميائي نفسه الذي تم إعطاؤه في البداية، والعلاج باستخدام نوع مختلف من العامل (العلاج الكيميائي أو الهرموني أو العلاج الموجه أو العلاج المناعي) وأحيانًا العلاج الإشعاعي. من المهم مناقشة وضعكِ الفردي مع الفريق المتابع لحالتكِ لفهم تشخيصكِ وخياراتكِ، لأن كل تكرار سيكون مختلفًا. من المهم أيضًا التحقق مما إذا كانت هناك تجربة سريرية مناسبة لكِ. لا تخافي من طلب رأي آخر.

يمكن علاج التكرارات المهبلية المعزولة بشكل عام، لذلك فإن الاكتشاف المبكر والتعرف على الأعراض غير الطبيعية أمر بالغ الأهمية. أبلغي الطبيب المتابع لحالتكِ إذا كنتِ تعانين من نزيف غير طبيعي أو أي أعراض غير عادية في الحوض أو فقدان الوزن غير المتوقع أو السعال أو ألم في الحوض أو تغيرات في وظيفة الأمعاء أو المثانة بعد العلاج من سرطان بطانة الرحم.

التعايش مع علاج السرطان

قد تغير تجربة تشخيص إصابتكِ بسرطان بطانة الرحم والخضوع لعلاج السرطان الطريقة التي تشعرين بها تجاه جسمكِ، وستؤثر في حياتكِ من نواحٍ كثيرة. قد تواجهين آثارًا جانبية عديدة أو آثارًا جانبية قليلة نسبيًا. وقد يساعدكِ الوعي بالآثار الجانبية المحتملة للعلاج على توقعها والتخطيط لطرق التعامل معها.

الحفاظ على وزن صحي

الحفاظ على وزن صحي بعد العلاج أمر مهم للغاية. تشير العديد من التقارير إلى أن النساء البدينات قد يكون لديهن معدل وفيات أعلى بعد العلاج من سرطان بطانة الرحم مقارنة بالنساء غير البدينات. إن تحقيق وزن صحي يمكن أن يكون تحديًا، ولكن من المهم أخذه في الحسبان من أجل تحسين الصحة العامة لقلبكِ وأوعيتكِ الدموية ونتائج السرطان. إذا كنتِ تعانين من زيادة الوزن، ففكري في استشارة اختصاصي تغذية، أو الالتحاق ببرنامج حمية أو برنامج مجتمعي. البقاء نشيطة وممارسة الرياضة واتباع نظام غذائي متوازن أمر مهم لنجاة مريضات السرطان. من المرجح أن تموت النساء اللاتي تتم معالجتهن من سرطان بطانة الرحم المبكر بسبب أمراض القلب أكثر من سرطان بطانة الرحم، لذلك من المهم استخدام هذا الوقت للتركيز على أهدافكِ الصحية. من المهم العناية بالرعاية الصحية العامة والفحص للظروف الأخرى

ممارسة التمارين الرياضية

أظهرت زيادة مستوى النشاط البدني أيضًا أنها تُحسن النتائج للمريضات المصابات بسرطان بطانة الرحم. قد تجدين خلال فترة العلاج أن صعود الدرج إلى غرفة نومكِ يشكل تحديًا، حتى لو كنتِ قد عملتِ بجد خلال حياتكِ البالغة للحفاظ على لياقتكِ البدنية. إنه أمر محبط أن تضطري إلى تقليل روتين لياقتكِ البدنية أو إيقافه، ولكنه طبيعي. إذا كنتِ قد خضعتِ لعملية جراحية، فاطلبي من الطبيب المتابع لحالتكِ إرشادات محددة حول التمارين الرياضية. أثناء العلاج الكيميائي أو الإشعاعي، اضبطي تمارينكِ الرياضية وفقًا لما تشعرين به.

يجب أن تتجنبي الإفراط في بذل المجهود أو التعرض للجفاف. على مدار الأسابيع والأشهر التي تلي الانتهاء من علاج السرطان، يمكنكِ العودة إلى مستوى لياقتكِ البدنية السابق.

الإرهاق

بغض النظر عن العلاج الموصوف، من المحتمل أن تعاني من الإرهاق والمواعيد الطبية المتكررة والأوقات التي لا تشعرين فيها بتحسن كافٍ للقيام بالمهام في المنزل. قد تحتاجين إلى الاعتماد على العائلة والأصدقاء للمساعدة في بعض الأشياء التي تقومين بها عادةً.

وقد ترغبين في التفكير في تعيين أحد للمساعدة في الأعمال المنزلية حتى تشعري بتحسن كافٍ لتدبر الأمور مرة أخرى. إذا كنتِ تعلمين أنكِ لن تحصلي على دعم في المنزل، فتحدثي بصراحة إلى فريق الرعاية الصحية المتابع لحالتكِ في أقرب وقت ممكن حتى يمكن استكشاف البدائل. نظرًا إلى أهمية اتباع نظام غذائي مغذٍّ، تأكدي من طلب المساعدة على الحفاظ على اختيارات صحية للوجبات والوجبات الخفيفة في منزلكِ، عند الحاجة.

تأكدي من فحص تعداد الدم لديكِ لاستبعاد فقر الدم كسبب قابل للعلاج للإرهاق. توجد أيضًا أدوية لتخفيف الإرهاق.

تسهيلات العمل

ربما ستحتاجين إلى الابتعاد عن العمل بعض الشيء خلال الشهر الأول أو الثاني من العلاج. تحدثي إلى المشرفين عليكِ في العمل ومع فريق الرعاية الصحية المتابع لحالتكِ لوضع خطة واقعية للتغيب عن العمل والعودة إليه. وتذكري أن تخبري المشرف على عملكِ بأن أي خطة يجب أن تكون مرنة لأن احتياجاتكِ قد تتغير مع تقدم العلاج. كما يقدم قانون الإجازة العائلية والطبية (FMLA) بعض الحماية إلى العاملين وأفراد الأسرة الذين يجب أن يكونوا بعيدين عن العمل لأسباب صحية.

مواجهة العالم

قد تغير تأثيرات السرطان وعلاج السرطان مظهركِ. وقد تبدين مرهقة وشاحبة وبطيئة الحركة وقد تضطرين إلى مواجهة تساقط الشعر بشكل خفيف مؤقتًا. وقد تشعرين بالخجل بسبب هذه التغييرات. قد يساعدكِ تخيل كيف قد تشعرين إذا رأيتِ صديقة أو أختًا تبدو مثلك. وتذكري أن العديد من الأشخاص يحبونكِ ولا يحكمون عليكِ عندما يلاحظون هذه التغييرات.

الأسرة والصداقات والاستمتاع بالوقت

بغض النظر عن نوع العلاج الذي تتلقيه، قد تعانين من آثار جانبية قد تؤثر في شعوركِ تجاه المشاركة في المناسبات الاجتماعية مع الأصدقاء والعائلة. تحدثي إلى فريق الرعاية الصحية المتابع لحالتكِ إذا كانت هناك مناسبات خاصة قادمة مثل حفل زفاف أو تخرج. قد يكون من الممكن تعديل أوقات علاجاتكِ حتى تشعري بأفضل حال ممكن في هذه الأيام الخاصة. لا تترددي في التخطيط للأنشطة التي تستمتعين بها. قد تضطرين إلى إلغاء المناسبة أو المغادرة مبكرًا قليلاً، لكن الأوقات الجيدة ستساعدكِ على إيجاد القوة للأيام الصعبة.

عادةً ما يكون من الصعب على الأطفال الصغار فهم ما تمرين به. يتوفر المستشارون لمساعدتكِ على الإجابة عن الأسئلة ومساعدة أطفالكِ على التكيُّف. كما أنها فكرة جيدة أن تطلبي من العائلة والأصدقاء مساعدتكِ على الحفاظ على الروتين الطبيعي لأطفالكِ.

القيادة

بالنسبة إلى كثير من الناس، تمثل القيادة جزءًا لا غنى عنه تقريبًا من حياة البالغين. يجب ألا تقودي السيارة إذا كنتِ تتناولين أدوية تسبب النعاس، مثل مسكنات الألم المخدرة وبعض أدوية الغثيان. يمكن لمعظم المريضات البدء في القيادة مرة أخرى في غضون أسابيع قليلة من الجراحة، وعادةً ما يمكن للمريضات القيادة معظم الأيام أثناء العلاج الكيميائي والعلاج الإشعاعي. تأكدي من سؤال فريق الرعاية الصحية المتابع لحالتكِ عن القيادة.

الجنس والعلاقة الحميمة

يمكن لبعض علاجات سرطان بطانة الرحم أن تسبب آثارًا جانبية قد تؤدي إلى تغيير الطريقة التي تشعرين بها تجاه جسدكِ أو تجعل من الصعب عليكِ الاستمتاع بالعلاقات الحميمة أو الجنسية. تعتمد الآثار الجانبية التي تواجهينها على دورة العلاج الخاصة بكِ. قد تواجهين بعضًا منها أو لا تواجهين أيًا منها على الإطلاق. وقد يساعدكِ الوعي بالآثار الجانبية المحتملة على توقعها وتعلم طرق التعامل معها.

تشمل الآثار الجانبية المحتملة ما يأتي:

تساقط الشعر. يمثل تساقط الشعر أحد الآثار الجانبية الشائعة للعلاج الكيميائي، وعادةً ما يكون مؤقتًا. ومع ذلك، قد يكون من الصعب قبوله. إذا كنتِ تعانين من تساقط الشعر، فقد تختارين ارتداء شعر مستعار أو أوشحة أو أغطية رأس أخرى جذابة. تقدم بعض المراكز قبعات التبريد أثناء العلاج الكيميائي، والتي قد تساعد على تقليل تساقط الشعر.

التغيرات المهبلية. قد تتسبب بعض أشكال العلاج، مثل استئصال الرحم والعلاج الإشعاعي، في جفاف المهبل وقصره وتضييقه. يمكن أن تجعل هذه التغيرات النشاط الجنسي غير مريح. قد يساعدكِ استخدام المزلقات المهبلية المتاحة من دون وصفة طبية على الشعور بمزيد من الراحة. قد يوصي فريق العلاج المتابع لحالتكِ أيضًا بموسع مهبلي.

انخفاض الرغبة الجنسية. قد يتسبب التوتر والإرهاق الذي قد تشعرين به أثناء علاج السرطان في فقدان الاهتمام بالجنس لفترة من الوقت.

نصائح للتكيُّف

تحدثي إلى فريق العلاج المتابع لحالتكِ. يمكنهم تقديم المشورة بناءً على حالتكِ الفردية، لذا من المهم جدًا أن تتحدثي إليهم بصراحة. قد ترغبين في طرح الأسئلة الآتية:

- كيف سيؤثر علاجي في حياتي الجنسية؟
- هل ستكون هذه الآثار مؤقتة؟
- هل هناك خيارات علاجية أخرى قد تخفف من هذه الآثار؟
- هل لديكم اقتراحات حول كيفية التعامل مع آثار العلاج على حياتي الجنسية؟

تواصلي مع زوجكِ. يمكن أن يجهد السرطان كلا الزوجين في العلاقة. قد يكون من الصعب التحدث عن الآثار الجنسية والعاطفية التي يخلفها السرطان على علاقتكِ. لكن قد تجدين أن من الأسهل التعامل مع التحديات إذا تحدثتِ عنها. كوني مستعدة لمشاركة مشاعركِ والاستماع إلى ما يقوله زوجكِ.

حوّلي تركيزكِ إلى العلاقة الحميمة. الجماع هو جزء واحد فقط من العلاقة الحميمة. قد تجدين أن التلامس والتقبيل والعناق أمر مُرضٍ بالقدر نفسه.

تحلي بالصبر مع نفسكِ. تفهمي أن العودة إلى العلاقة الجنسية قد تستغرق وقتًا. يمكن لفريق العلاج المتابع لحالتكِ أن يخبركِ إذا كان يجب عليكِ الانتظار لممارسة الجنس بعد العلاج والمدة التي يجب عليكِ انتظارها. قد يستغرق الأمر وقتًا أطول قبل أن تشعري بالاستعداد عاطفيًا. امنحي نفسكِ الوقت الذي تحتاجين إليه.

كوني متفتحة العقل. قد يساعدكِ التمتع بعقل منفتح وروح الدعابة حول طرق تحسين حياتكِ الجنسية أنتِ وزوجكِ على العثور على ما هو الأفضل بالنسبة إليكما.

غذي روح الأمل. الأمر متروك لكِ لتولي مسؤولية رد فعلكِ حتى عندما تواجهين السرطان المجهول. يساعدكِ الأمل على رؤية الجوانب الإيجابية من الحياة.

إذا كانت لديكِ معتقدات روحية داخلية، فتواصلي مع مجتمعكِ الديني ليقدم إليكِ الدعم الإضافي لمواجهة تحديات الحياة اليومية والعيش.

اطلبي الدعم. يتوفر العديد من الموارد لمساعدتكِ على التعامل مع المشكلات الجسدية أو الجنسية أو العاطفية التي قد تعانين منها نتيجة الإصابة بالسرطان وعلاجه. يمكن للمستشارين المدربين تدريبًا خاصًا مساعدتكِ على التعامل مع تأثير السرطان في حياتكِ. مجموعات الدعم هي مورد آخر جيد. يمكن للأشخاص الذين يواجهون موقفًا مشابهًا لموقفكِ أن يجتمعوا معًا لمشاركة تجاربهم وتقديم النصائح والدعم العاطفي إلى بعضهم. للعثور على خدمات الدعم في منطقتكِ، تحدثي إلى أحد أعضاء فريق العلاج المتابع لحالتكِ أو اتصلي بالموارد المدرجة في هذا الكتيب. تذكري، أنتِ محاطة بفريق رعاية صحية مخلص، لذلك دعينا نكون إلى جانبكِ.

يمكن أن تكون التوجيهات الطبية المسبقة أداة مفيدة لتوضيح رغباتكِ في الرعاية الطبية. نشجع المريضات وعائلاتهن على إكمالها. فريق الرعاية الصحية المتابع لحالتكِ متاح للتوجيه في هذا الأمر.

رسائل الأمل

عندما تخضعين للعلاج من السرطان، تحلي بالصبر مع نفسكِ.

تفهمي أن العودة إلى حياتكِ الكاملة ستستغرق وقتًا.

يمكن لفريق العلاج المتابع لحالتكِ أن يرشدكِ خلال الفترة الصعبة التي سوف تواجهينها إذا عرفوا ما يزعجكِ.

تحدثي بصراحة عن الأشياء التي تزعجكِ.

امنحي نفسكِ الوقت الذي تحتاجين إليه.

حقائق للمشاركة

سرطان بطانة الرحم، المعروف أيضًا بسرطان الرحم، هو أكثر أنواع السرطانات النسائية شيوعًا.

تظل نسبة 85% من النساء المصابات بسرطان بطانة الرحم على قيد الحياة، بسبب الكشف المبكر.

تُشخص ثلاث من أربع نساء بالمرحلة الأولى. وعادةً ما يحدث سرطان بطانة الرحم في سن اليأس تقريبًا، ولكن النساء الأصغر سنًا معرضات للخطر أيضًا.

الأعراض

- النزيف المهبلي غير الطبيعي؛ يجب أن تلاحظ النساء الأصغر سنًا النزيف المهبلي غير المنتظم أو الثقيل
- النزيف بعد سن اليأس
- إفرازات مائية وردية أو بيضاء من المهبل
- أسبوعان أو أكثر من الألم المستمر في أسفل البطن أو منطقة الحوض
- ألم أثناء الجماع

أكثر من 90% من النساء المصابات بسرطان بطانة الرحم يقلن إنهن عانين من نزيف مهبلي غير طبيعي قبل تشخيصهن.

يُرجى استشارة طبيب أمراض النساء أو اختصاصي أورام نسائية وطلب إجراء خزعة بطانة الرحم إذا كنتِ تعانين من أي من هذه الأعراض.

عوامل الخطر

- تناول الإستروجين بمفرده من دون البروجستيرون
- السمنة
- سن اليأس المتأخرة (بعد سن 52)
- داء السكري
- عدم الحمل مطلقًا
- ارتفاع ضغط الدم
- وجود تاريخ عائلي للإصابة بسرطان بطانة الرحم أو القولون
- استخدام التاموكسيفين

الحد من المخاطر

- ممارسة التمارين الرياضية بانتظام
- الحفاظ على ضغط الدم وسكر الدم تحت السيطرة
- التحكم في وزنكِ

إذا كان هناك اشتباه في الإصابة بسرطان بطانة الرحم أو تشخيص به، فمن المهم استشارة طبيب أورام نسائية. من المرجح أن تحصل النساء المعالجات من قبل أطباء الأورام النسائية على جراحة مناسبة ومعدل شفاء أعلى.

كيف يمكنكِ المساعدة

زيادة الوعي بشأن السرطانات النسائية.

التبرع لمؤسسة سرطان النساء عبر الإنترنت.

استضافة حدث خاص بك لجمع التبرعات أو إقامة شراكة مع المؤسسة.

تقديم تبرعات مطابقة من خلال صاحب العمل إلى المؤسسة.

تقديم تبرعات من الأسهم أو الأوراق المالية للمؤسسة.

تخصيص تبرع مخطط له للمؤسسة.

تقدم مؤسسة سرطان النساء العديد من الموارد إلى المريضات والمناصرين وعامة الناس، بما في ذلك دورات الناجين في جميع أنحاء الولايات المتحدة والحلقات الدراسية عبر الإنترنت وسلسلة تثقيفية عبر الإنترنت. لتقديم تبرع أو للحصول على معلومات إضافية، يُرجى إرسال رسالة بريد إلكتروني إلى المؤسسة على info@foundationforwomenscancer.org أو الاتصال على الرقم 312.578.1439.

التبرع ومعرفة المزيد

foundationforwomenscancer.org

Foundation for Women's Cancer

مؤسسة سرطان النساء (FWC) هي منظمة غير ربحية 501(c)3 مخصصة لزيادة البحث والتثقيف والتوعية حول مخاطر الإصابة بالسرطانات النسائية والوقاية منها والكشف المبكر عنها والعلاج الأمثل لها.

foundationforwomencancer.org
info@foundationforwomenscancer.org
الهاتف 312.578.1439
الفاكس 312.235.4059

مؤسسة سرطان النساء
230 W. Monroe, Suite 710
Chicago, IL 4703–60606

@foundationforwomenscancer @GYNCancer /foundationforwomenscancer

SGO
Society of Gynecologic Oncology

مؤسسة سرطان النساء هي المؤسسة الرسمية لجمعية علم الأورام النسائية.

تمت طباعة هذا الكتيب بفضل الرعاية التثقيفية السخية من شركة Eisai وشركة GSK وشركة Merck وشركة Seagen/Genmab. لا تشمل الرعاية المدخلات التحريرية.

طورت مؤسسة سرطان النساء (FWC) المحتوى.

حقوق الطبع والنشر لعام 2021 محفوظة لصالح مؤسسة سرطان النساء. جميع الحقوق محفوظة.