سرطان عنق الرحم

دليلكِ

البحث · التوعية · التواصل · التثقيف

المقدمة

لقد تم إبلاغكِ أنتِ وعائلتكِ بتشخيص الإصابة بسرطان عنق 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 عنق الرحم.

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

سرطان عنق الرحم: نظرة عامة

يحدث السرطان عندما تنمو الخلايا بشكل غير طبيعي في أحد أجزاء الجسم. سرطان عنق الرحم هو سرطان يبدأ في عنق الرحم، وهو الجزء من الرحم الذي ينفتح في المهبل. إنه الجزء من الرحم الذي يتوسع وينفتح بالكامل للسماح للطفل بالمرور إلى قناة الولادة. ويحتوي عنق الرحم الطبيعي على نوعين رئيسيين من الخلايا: الخلايا الحرشفية (أو المسطحة)، التي تحمي الجزء الخارجي من عنق الرحم، والخلايا الغدية التي توجد غالبًا داخل عنق الرحم، وتنتج السائل والمخاط الذي يُرى عادةً أثناء التبويض.

يحدث سرطان عنق الرحم بسبب تغيرات غير طبيعية في أي من هذين النوعين من الخلايا في عنق الرحم، وهو السرطان النسائي الوحيد الذي يمكن الوقاية منه بالفحص المنتظم والتطعيم الوقائي.

الوقاية والفحص والكشف المبكر

تكون جميع سرطانات عنق الرحم تقريبًا بسبب عدوى مستمرة بنوع عالي الخطورة من فيروس الورم الحليمي البشري (HPV). لقاح فيروس الورم الحليمي البشري هو لقاح للوقاية من السرطان يمكنه الوقاية من العديد من السرطانات المرتبطة بفيروس الورم الحليمي البشري بما في ذلك سرطان عنق الرحم. ويؤدي تطعيم الأولاد والبنات بشكل مثالي في سن 11-12 عامًا قبل أن يصبحوا نشطين جنسيًا إلى أكبر قدر من الوقاية قبل الإصابة بالسرطان ومن الإصابة بالسرطان. كما يُنصح جميع الشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 9 و26 عامًا بالحصول على لقاح فيروس الورم الحليمي البشري الذي يقي من السرطان. ويتوفر لقاح فيروس الورم الحليمي البشري للرجال والنساء حتى سن 45 عامًا.

حتى في حالة التطعيم، فإن مسحات عنق الرحم واختبارات فيروس الورم الحليمي البشري المنتظمة هي الطريقة الأكثر أهمية للوقاية من سرطان عنق الرحم أو اكتشافه في وقت مبكر وعلاجه بشكل أفضل. كما أن المتابعة بعد الاختبارات غير الطبيعية ومعرفة نتائجكِ هي طريقة مهمة يمكنكِ من خلالها حماية نفسكِ.

الأعراض

لا تظهر أعراض ما قبل الإصابة بسرطان عنق الرحم عادةً. لهذا السبب من المهم إجراء اختبار مسحة عنق الرحم و/أو فيروس الورم الحليمي البشري. قد لا تظهر أي أعراض على الشخص حتى تتحول الخلايا إلى سرطان وتغزو أعمق أجزاء عنق الرحم أو أعضاء الحوض الأخرى.

تتضمن هذه الأعراض:

- إفرازات مهبلية
- نزيف مهبلي غير طبيعي
- رائحة كريهة في المهبل
- ألم

قد تكون هذه الأعراض بسبب السرطان أو مشكلات صحية أخرى. من المهم للمرأة أن ترى طبيبها إذا كانت مصابة بأي من هذه الأعراض. يصيب سرطان عنق الرحم عادةً المريضات اللاتي تتراوح أعمارهن بين 30 و55 عامًا، لكن تذكري أنه يمكن أن يصيب أي امرأة لديها عنق رحم ولم تخضع للفحص لفترة طويلة أو لديها الأعراض. تأكدي من تحديث اختباراتكِ وشجعي الآخرين على فعل الشيء نفسه.

التقييم الطبي

عند إصابة إحدى النساء بهذه الأعراض المقلقة، يجب إجراء فحص الحوض، بما في ذلك فحص المستقيم والمهبل والفحص البدني العام. إذا كان الفحص غير طبيعي، فقد تُنصح المرأة بإجراء اختبارات إضافية مثل اختبار فيروس الورم الحليمي البشري الأكثر تحديدًا والمنظار المهبلي (رؤية عنق الرحم من خلال منظار مكبر) وخزعة بناءً على نتائج المنظار المهبلي.

إذا تم الاشتباه في الإصابة بسرطان عنق الرحم أو تم تشخيصه، فمن المهم طلب الرعاية أولاً من طبيب أورام نسائية.

للعثور على طبيب أورام نسائية في منطقتكِ، سجلي الدخول على موقع مؤسسة سرطان النساء (foundationforwomenscancer.org) وأدخلي رمزكِ البريدي في قسم "البحث عن طبيب أورام نسائية".

العمل مع فريق العلاج المتابع لحالتكِ

خلال فترة علاجكِ، ستتواصلين مع العديد من اختصاصيي الرعاية الصحية. يُشكل هؤلاء الاختصاصيون 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 الآتين:

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 إلى إكمال العلاج.

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. إنهم 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 الذين يساعدونكِ على الحفاظ على عادات الأكل الصحية أو البدء فيها. وهذا مهم في عملية التعافي. يمكن لهؤلاء الاختصاصيين مساعدتكِ 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.

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. دعيهم يعرفوا ما المهم بالنسبة إليكِ. إذا كان من الصعب عليكِ التحدث عن نفسكِ، فقد تساعدكِ النصائح الآتية:

- 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.
- إذا أمكن، فاصطحبي شخصًا آخر معكِ عند مقابلة أعضاء فريق العلاج المتابع لحالتكِ لمناقشة نتائج الاختبار وخيارات العلاج.

عند تشخيص سرطان عنق الرحم، من المهم تحديد ما إذا كان السرطان قد انتشر. قد يقوم فريق العلاج المتابع لحالتكِ بإجراء مزيد من الاختبارات لتحديد ذلك. 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.

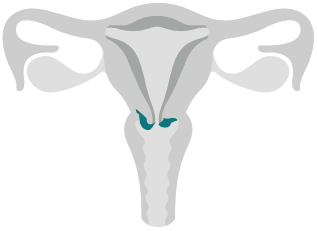
سيتم تصنيف مرحلة السرطان لديكِ إلى المرحلة الأولى أو الثانية أو الثالثة أو الرابعة، كما هو موضح في الصفحة الآتية. إذا كنتِ قادرة على إجراء جراحة، فقد تساعد نتائج الجراحة على تحديد المرحلة. وإذا لم يتم التخطيط للجراحة بسبب حجم الورم أو موقعه، فقد يتم تحديد المرحلة من خلال الاختبارات الإشعاعية مثل التصوير المقطعي المحوسب (CT) أو التصوير المقطعي بالإصدار البوزيتروني (PET-CT) أو التصوير بالرنين المغناطيسي (MRI). ستساعد مرحلة السرطان فريقك على تحديد أفضل خطة علاجية مصممة خصوصًا لكِ. 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 عنق الرحم الطبيعية. وفي المقابل، في الأورام عالية الدرجة (الدرجة 3) يتغير المظهر المجهري بشكل كبير عن الطبيعي.

بمجرد تشخيص إصابتكِ بسرطان عنق الرحم، قد يوصي فريقك الطبي بإجراء التصوير الشعاعي (الاختبارات الإشعاعية) مثل التصوير بالرنين المغناطيسي أو التصوير المقطعي المحوسب (CT) أو التصوير المقطعي بالإصدار البوزيتروني للمساعدة على تحديد مكان السرطان بدقة وتصميم أفضل خطة.

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.

تحديد مرحلة السرطان

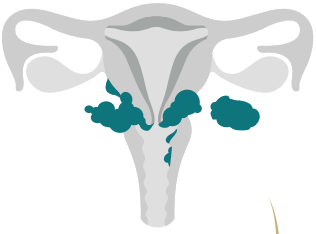
مراحل سرطان عنق الرحم



المرحلة الأولى

السرطان موجود في عنق الرحم فقط.

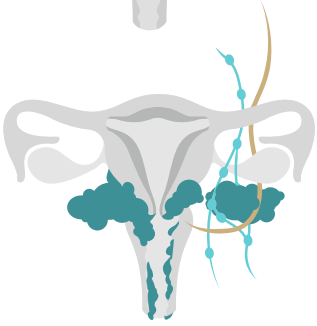
المرحلة الثانية



انتشر السرطان من عنق الرحم إلى الجزء العلوي من المهبل أو الأنسجة المحيطة بالرحم.

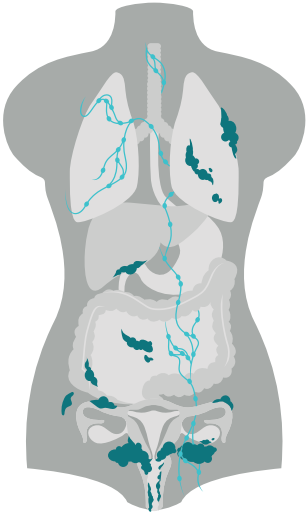
ولم ينتشر إلى جدار الحوض. (جدار الحوض هو العضلات والأنسجة الضامة التي تبطن الجزء الداخلي من عظام الحوض.) قد توجد الخلايا السرطانية أيضًا في العقد الليمفاوية في الحوض.

المرحلة الثالثة



انتشر السرطان إلى الجزء السفلي من المهبل أو إلى جدار الحوض. وقد يعوق تدفق البول إلى المثانة. قد توجد الخلايا السرطانية أيضًا في العقد الليمفاوية في الحوض.

المرحلة الرابعة



انتشر السرطان إلى أجزاء أخرى من الجسم داخل الحوض أو خارجه. وقد توجد الخلايا السرطانية في المثانة أو المستقيم أو البطن أو الكبد أو الأمعاء أو الرئتين.

أنواع العلاج والآثار الجانبية

قد يُعالج سرطان عنق الرحم بالجراحة و/أو العلاج الإشعاعي و/أو العلاج الكيميائي. وبناءً على عدد من العوامل، قد يوصي فريق العلاج المتابع لحالتكِ باستخدام مجموعة من العلاج لعلاج السرطان.

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. توجد آثار جانبية لعلاج سرطان عنق الرحم. يمكن التحكم في معظم الآثار الجانبية أو تقليلها. يمكن أن تؤثر الآثار الجانبية الشائعة في وظيفة الأمعاء أو المثانة أو الوظيفة الجنسية أو القدرة على إنجاب الأطفال، لذلك يجب إيلاء الأولوية للحصول على المعلومات التي تحتاجين إليها من فريق العلاج المتابع لحالتكِ.

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

إن الجراحة هي العلاج الأكثر شيوعًا لسرطان عنق الرحم المبكر، بالرغم من أنه يمكن أيضًا استخدام الإشعاع وعادةً ما يعمل بالقدر نفسه من الكفاءة. يمكن إجراء عدة أنواع من الجراحة، لكن الخيار النهائي لكِ سيعتمد على عدة عوامل سيأخذها طبيب الأورام النسائية في الحسبان، خاصةً مرحلة السرطان وحجمه لديكِ بالإضافة إلى عمركِ وصحتكِ العامة وخيارات الحفاظ على الخصوبة.

استئصال عنق الرحم المخروطي

يعني الاستئصال المخروطي الإزالة الجراحية للجزء السرطاني (أو ما قبل السرطاني في كثير من الحالات) من عنق الرحم فقط. الاستئصال المخروطي هو خيار فقط للسرطانات المبكرة، تلك التي تكون مجهرية. وهذا هو العلاج المفضل للنساء المصابات بسرطانات صغيرة جدًا واللاتي ترغبن في الحفاظ على الخصوبة.

استئصال الرحم البسيط

في استئصال الرحم البسيط عن طريق البطن، تتم إزالة الرحم وعنق الرحم من خلال شق في البطن. في استئصال الرحم عن طريق المهبل الأقل شيوعًا، تتم إزالة هذه الأعضاء من خلال المهبل. كما أن هذه الأنواع من استئصال الرحم مخصصة أيضًا للسرطانات المبكرة جدًا لدى المريضات اللاتي لا ترغبن في الحفاظ على أرحامهن.

قطع عنق الرحم الجذري

في هذه الجراحة، تتم إزالة عنق الرحم والأنسجة المحيطة به، لكن يتم الحفاظ على الجزء العلوي من الرحم من أجل الحمل في المستقبل. وهذه العملية متاحة فقط للنساء المختارات بعناية وتعتمد على عدة عوامل مثل العمر والخصوبة وحجم الورم والتصوير الشعاعي أو نوع الورم.

استئصال الرحم الجذري

هذه جراحة أكثر تعقيدًا يتم إجراؤها لإزالة الرحم/عنق الرحم والأنسجة الإضافية. ويتم إجراؤها غالبًا من خلال شق بطني مفتوح. تعني كلمة جذري أنه تتم إزالة الرحم والأنسجة الإضافية بين الرحم وجدار الحوض، بالإضافة إلى الجزء العلوي من المهبل.

بينما يوجد العديد من الطرق لنوع الجراحة، الجراحة المفتوحة (البطن) أو الجراحة الأقل توغلاً (منظار البطن أو الروبوتية)، تشير البيانات الأحدث إلى أن النتائج قد تكون أفضل من خلال شق البطن التقليدي. بينما يوجد بعض الجدل حول الحالات السريرية المحددة، من المهم فهم طريقة الجراحة والتحدث إلى الجراح حول المخاطر والفوائد والتوقعات.

تقييم العقدة الليمفاوية

أثناء هذه الجراحات، تتم أيضًا إزالة العقد الليمفاوية الموجودة في الحوض وفحصها لتحديد ما إذا كان السرطان قد انتشر. يعني استئصال العقد الليمفاوية بالكامل (استئصال العقد الليمفاوية في الحوض) إزالة العقد الليمفاوية في منطقة قياسية على طول الأوعية الدموية. إن تحديد العقد الليمفاوية المحددة فقط وإزالتها والتي يتم تحديدها باستخدام تقنية الصبغة يُسمى رسم العقد الليمفاوية الخافرة ويمكن أن يقلل من الآثار الجانبية لإزالة العقد الليمفاوية مثل الوذمة الليمفاوية (تورم في الساقين).

إزالة قناتي فالوب والمبيضين

في بعض الحالات، يجب إزالة المبيضين وقناتي فالوب. يُسمى هذا الإجراء استئصال قناتي فالوب والمبيضين الثنائي. لكن غالبًا بالنسبة إلى النساء الأصغر سنًا، قد يظل المبيضان في مكانهما. إن التحدث إلى الجراح حول مخاطر إزالة المبيضين وفوائده هو جزء مهم من فهم خطتكِ الجراحية.

الآثار الجانبية للجراحة

بعض الألم وعدم الراحة شائعان بعد الجراحة. ويمكن السيطرة على الألم بالأدوية. أخبري فريق العلاج المتابع لحالتكِ إذا كنتِ تعانين من ألم أكثر من خفيف.

الآثار الجانبية المبكرة الأخرى

(من أيام إلى أسابيع بعد الجراحة):

- ألم في البطن حول الشق
- الغثيان أو انخفاض الشهية
- صعوبة التبول بحيث قد تكون قسطرة فولي التي قد تبقى في المثانة لبضعة أيام إلى أسابيع ضرورية
- التقلصات وآلام الغازات
- كمية صغيرة من الإفرازات أو النزيف
- الإرهاق

الآثار الجانبية اللاحقة

- صعوبة التبول
- الإمساك
- قصر المهبل حسب مدى الجراحة

قد يتم القيام ببعض الأشياء في وقت الجراحة لتقليل هذه الآثار الجانبية (مثل وضع قسطرة صرف مؤقتة في المثانة). النساء اللاتي خضعن لاستئصال الرحم ستتوقف دورتهن الشهرية ولن يتمكن من إنجاب الأطفال. ستظل مستويات الهرمونات كما هي إذا تُرك المبيضان أو قد تنخفض إلى مستويات انقطاع الطمث إذا تمت إزالة المبيضين. يكون العلاج الهرموني لعلاج أعراض انقطاع الطمث خيارًا عادةً إذا تمت إزالة المبيضين.

العلاج الإشعاعي

يَستخدم العلاج الإشعاعي (المسمى أيضًا بالعلاج بالإشعاع) إشعاعًا عالي الطاقة لقتل الخلايا السرطانية أو منع نموها. يمكن أن يكون العلاج الإشعاعي علاجًا فعالاً لسرطانات عنق الرحم في المرحلة المبكرة. ومع ذلك، في سرطان عنق الرحم المبكر، يتم استخدامه بشكل شائع كعلاج إضافي بعد الجراحة للمريضات الأكثر عرضة لتكرار الإصابة بالسرطان (على سبيل

المثال في حالة انتشار الورم خارج عنق الرحم).
ويُستخدم الإشعاع مع العلاج الكيميائي بشكل شائع لعلاج السرطانات الأكبر أو في مرحلة أعلى حيث يكون أكثر فعالية من الجراحة. سيتم تحديد حاجتكِ إلى العلاج الإشعاعي باستخدام المعلومات من اختبارات تحديد المرحلة والفحوصات والجراحة (إذا تم إجراء عملية بناءً على النتائج في وقت التقييم).

هناك نوعان من العلاج الإشعاعي يُستخدمان لعلاج سرطان عنق الرحم. يُعطى العلاج الإشعاعي لعلاج سرطان عنق الرحم عادةً إلى جانب العلاج الكيميائي.

يَستخدم العلاج الإشعاعي الخارجي جهازًا يوجه الإشعاع نحو منطقة محددة من الجسم. ويُعطى العلاج عادةً يوميًا، من الاثنين إلى الجمعة، لمدة ستة أسابيع تقريبًا. لا يسبب الإشعاع ألمًا أثناء العلاج ويستغرق بضع دقائق فقط كل يوم. يمكنكِ تلقي العلاج في عيادة أو مستشفى أو مكتب الأورام الإشعاعية، والعودة عادةً إلى المنزل كل يوم بعد العلاج.

يتضمن العلاج الإشعاعي الداخلي (يُسمى أيضًا العلاج الإشعاعي الموضعي) وضع كبسولة صغيرة من المواد المشعة داخل المهبل أو بالقرب من عنق الرحم. ويمكن القيام بهذا الإجراء أحيانًا على أساس تلقي العلاج في العيادات الخارجية وأحيانًا أخرى يتطلب دخول المستشفى لليلة أو ليلتين. يتم إعطاء الأدوية لتخفيف الانزعاج الناتج عن هذه الإجراءات. خلال الوقت الذي تكون فيه كبسولات الإشعاع بداخلكِ، قد يسمح لعائلتكِ بالبقاء لوقت محدود فقط بجانبك، لكن تتم إزالة كبسولات الإشعاع قبل العودة إلى المنزل.

الآثار الجانبية للإشعاع

تعتمد الآثار الجانبية للعلاج الإشعاعي على الجرعة المستخدمة وجزء الجسم الذي يتم علاجه. الآثار الجانبية الشائعة لدى مريضات سرطان عنق الرحم مدرجة أدناه.

الآثار الجانبية المبكرة

(التي تحدث أثناء العلاج):

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

معظم هذه الآثار الجانبية مؤقتة. ولا يعاني الجميع من كل هذه الآثار الجانبية. تأكدي من التحدث إلى أعضاء فريق العلاج المتابع لحالتكِ حول أي آثار جانبية تعانين منها. يمكنهم مساعدتكِ على إيجاد طرق لإدارتها.

الآثار الجانبية اللاحقة:

- ضيق المهبل وفقدان الترطيب
- تكرار التبول (التهاب المثانة الإشعاعي)
- الإسهال (التهاب القولون الإشعاعي)
- انقطاع الطمث المبكر أو المفاجئ (إذا توقف المبيضان عن العمل)
- سماكة الجلد وتهيجه
- ألم في الحوض
- الوذمة اللمفية (تورم الساقين)

تأكدي من التحدث إلى فريق الرعاية الصحية المتابع لحالتكِ حول ما يمكنكِ القيام به لتقليل خطر إصابتكِ بآثار جانبية طويلة الأجل من الإشعاع. بعض المضاعفات طويلة الأجل، على سبيل المثال، ضيق المهبل، من الأفضل الوقاية منها بدلاً من علاجها بمجرد تفاقمها.

العلاج الكيميائي

العلاج الكيميائي هو استخدام الأدوية لقتل الخلايا السرطانية. ويُعطى العلاج الكيميائي لعلاج سرطان عنق 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 عنق الرحم الذي انتشر خارج عنق الرحم. ومع ذلك، فإن الأدوية نفسها التي تقتل الخلايا السرطانية قد تضر أيضًا 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. وتحدث الآثار الجانبية عادةً، لكن يمكن التحكم فيها. قد يكون العلاج المناعي، بما في ذلك الأدوية التي يتم تناولها عن طريق الوريد، طريقة إضافية يمكن من خلالها علاج سرطان عنق الرحم المتكرر.

الآثار الجانبية للعلاج الكيميائي

تختلف الآثار الجانبية باختلاف نوع أدوية العلاج الكيميائي المستخدمة وعدد الأدوية المستخدمة. بالإضافة إلى ذلك، قد يُستخدم العلاج الكيميائي للعلاج الأولي أو في حالة تكرار السرطان. 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. ومن المهم فهم العلاج الكيميائي المحدد الذي ستتناولينه والآثار الجانبية المحددة. قد تتضمن الآثار الجانبية العامة للعلاج الكيميائي ما يلي:

- الغثيان أو القيء
- فقدان الشهية
- تقرحات الفم
- زيادة فرصة الإصابة بالعدوى
- التعرض للنزيف أو الكدمات بسهولة
- تساقط الشعر
- الإرهاق
- الإمساك

أهمية المشاركة في التجارب السريرية

يوجد العديد من التجارب السريرية الجارية التي تدرس طرقًا جديدة وأفضل لعلاج سرطان عنق الرحم. يتوفر العديد من خيارات العلاج في الوقت الحالي لأن النساء اللاتي تم تشخيص إصابتهن بأحد السرطانات النسائية كن على استعداد للمشاركة في التجارب السريرية السابقة.

صُممت التجارب السريرية لاختبار بعض العلاجات الحديثة والواعدة للغاية لعلاج سرطان عنق 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 تعمل 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.

للحصول على مزيد من المعلومات حول التجارب السريرية المتاحة للتسجيل، يُرجى زيارة www.clinicaltrials.gov.

التعايش مع علاج السرطان

قد تغير تجربة تشخيص إصابتكِ بأحد السرطانات النسائية والخضوع لعلاج السرطان الطريقة التي تشعرين بها تجاه جسدكِ، 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.

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. ستحتاجين إلى الاعتماد على العائلة والأصدقاء للمساعدة في بعض الأشياء التي تقومين بها عادةً. وقد ترغبين في التفكير في توظيف شخص ما 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 للإرهاق قابل للعلاج. توجد أيضًا أدوية لتخفيف الإرهاق.

مواجهة العالم

قد تغير تأثيرات السرطان وعلاج السرطان مظهركِ. وقد تبدين مرهقة وشاحبة وبطيئة الحركة وقد تضطرين إلى مواجهة تساقط الشعر المؤقت. 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.

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.

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.

ممارسة التمارين الرياضية

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 العلاج 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.

الجنس والعلاقة الحميمة

يمكن لبعض علاجات سرطان عنق 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 علاجكِ. 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.

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؟

أبلغي فريقكِ الطبي بأعراضكِ واطلبي الرعاية بشأن المخاوف المتعلقة بالوظيفة الجنسية. لا تخافي من ذكر أي مخاوف بشأن الوظيفة الجنسية لفريق الرعاية الطبية المتابع لحالتكِ. إن النشاط الجنسي يشكل جزءًا مهمًا من جودة الحياة بالنسبة إلى العديد من المريضات ولا يجب تجاهله حتى لو كان السرطان تحت السيطرة. يمكن أن يساعد العلاج الطبيعي الذي يستهدف قاع الحوض والوظيفة الجنسية، والعلاج بما في ذلك العلاج الزوجي، والأدوية بما في ذلك الخيارات الهرمونية وغير الهرمونية على علاج الأعراض.

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 يستغرق 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.

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.

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 الموجودة في الصفحة الآتية. تذكري، أنتِ محاطة بفريق رعاية صحية مخلص، لذلك دعينا نكون بجانبكِ.

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.

حقائق للمشاركة

- أصبحت معظم حالات سرطان عنق الرحم قابلة للوقاية الآن.
- يمكن أن يمنع تطعيم الأطفال الصغار قبل أن يصبحوا نشطين جنسيًا الإصابة بسرطان عنق الرحم وما قبل سرطان عنق الرحم.
- إجراء اختبارات مسحة عنق الرحم واختبار فيروس الورم الحليمي البشري بانتظام على فترات موصى بها أمران مهمان على حد سواء في الوقاية من سرطان عنق الرحم.

الأعراض

- نزيف بعد الجماع
- إفرازات مفرطة ونزيف غير طبيعي بين فترات الدورة الشهرية
- رائحة كريهة في المهبل
- ألم

قد تكون هذه الأعراض بسبب السرطان أو مشكلات صحية أخرى. من المهم للمرأة أن ترى طبيبها إذا كانت مصابة بأي من هذه الأعراض. لن تظهر أي أعراض على معظم النساء، لذا فإن الحصول على التطعيمات واختبارات مسحة عنق الرحم المنتظمة بالإضافة إلى اختبارات فيروس الورم الحليمي البشري عندما يوصى بها هو الأساس للوقاية من سرطان عنق الرحم.

عوامل الخطر

- تنتج جميع حالات سرطان عنق الرحم تقريبًا عن عدوى مستمرة بفيروس الورم الحليمي البشري أو HPV.
- يصيب سرطان عنق الرحم عادةً النساء بين 30 و50 عامًا، لكن النساء الأصغر سنًا معرضات أيضًا للخطر.
- يؤدي التدخين إلى إضعاف جهاز المناعة، ويمكن أن يتسبب ضعف جهاز المناعة فى الإصابة المستمرة بفيروس الورم الحليمي البشري.

الحد من المخاطر

- أجري اختبارات مسحة عنق الرحم واختبارات فيروس الورم الحليمي البشري بانتظام وفقًا لتوصيات مقدم الرعاية الصحية المتابع لحالتكِ، واعرفي نتائجكِ واطرحي أسئلة حول خطة المتابعة الخاصة بكِ.
- احصلي على لقاح فيروس الورم الحليمي البشري وأوصِي الآخرين بلقاح فيروس الورم الحليمي البشري بما في ذلك المراهقون للوقاية من السرطان في المستقبل.
- يمكن أن يساعد لقاح فيروس الورم الحليمي البشري على منع الإصابة بما قبل السرطان وسرطان عنق الرحم والفرج والمهبل والشرج والسرطان الفموي البلعومي وسرطانات الرأس والرقبة الأخرى التي تسببها أنواع معينة عالية الخطورة من فيروس الورم الحليمي البشري (HPV). كما يجب تطعيم الأولاد والبنات في سن ما قبل المراهقة أو بين سن 9 و26 عامًا. يتوفر لقاح فيروس الورم الحليمي البشري أيضًا للرجال والنساء حتى سن 45 عامًا.

إذا كانت نتائج اختباركِ إيجابية بالإصابة بما قبل سرطان عنق الرحم أو سرطان عنق الرحم، فاطلبي الرعاية من طبيب أورام نسائية.

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 ٢٠٢١ محفوظة لصالح مؤسسة سرطان النساء. جميع الحقوق محفوظة.