



## بعد تشخيص سرطان الرئة

إذا قيل لك أنك مصاب بسرطان الرئة، فمن المحتمل أنك خضعت للتصوير بالأشعة السينية، وفحوصات أخرى، وإجراء الخزعة (وهو اختبار يتطلب استئصال بعض الأنسجة للتحقق من السرطان). وربما تم إجراء اختبارات أخرى على الخلايا السرطانية للتحقق من وجود تغييرات معينة في البروتينات والجينات. قد يتعين أن تخضع أيضاً للمزيد من الفحوصات أو الإجراءات لمعرفة ما إذا كان السرطان قد انتشر. تساعد هذه الاختبارات طبيبك على معرفة نوع سرطان الرئة الذي تعاني منه ومرحلة الإصابة والعلاج الذي قد يساعدك.

قبل وأثناء وبعد العلاج الإشعاعي. إذا كنت بحاجة إلى أنواع أخرى من العلاج، فسيشرح طبيبك أو فريق رعاية السرطان كيفية تقديمها لك ويساعدونك على الاستعداد لها وتتبع حالتك وكذلك سيساعدونك بشأن أي آثار جانبية قد تعاني منها. كما قد تخضع إلى اختبارات الدم أو الأشعة السينية أو الفحوصات الأخرى في أوقات معينة لمعرفة مدى نجاح علاجك. لن يكون لكل شخص يخضع لعلاج سرطان الرئة نفس الآثار الجانبية. على سبيل المثال، تختلف الآثار الجانبية للجراحة عن الآثار الجانبية للعلاج الكيميائي أو العلاج بالعقاقير الموجهة أو العلاج المناعي أو العلاجات الإشعاعية. كما أن الأشخاص الذين يحصلون على نفس العلاج قد يتعرضون لآثار جانبية مختلفة.

### تأكد من سؤال الآتي:

- ما هي خياراتي العلاجية؟ أي خيار هو الأفضل بالنسبة لي من وجهة نظرك ولماذا؟
- ما هو الهدف من العلاج؟
- 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، وكم من الوقت سيستمر؟
- أين سأذهب للحصول على العلاج، وهل يمكنني أن أقود بنفسي؟
- هل سأكون قادراً على الاستمرار في القيام بأنشطتي المعتادة، مثل العمل وممارسة الرياضة؟

هناك العديد من الطرق لعلاج سرطان الرئة، بما في ذلك الجراحة والإشعاع والأدوية التي تشمل العلاج الكيميائي أو العلاج بالعقاقير الموجهة أو العلاج المناعي. وفي كثير من الأحيان هناك حاجة إلى أكثر من نوع واحد من العلاج، حيث يعتمد العلاج في الغالب على أشياء مثل نوع ومرحلة سرطان الرئة. تعتمد خيارات العلاج الخاصة بك أيضاً على نتائج الاختبارات التي تُجرى على الخلايا السرطانية، وعلى المشاكل الصحية التي قد تواجهها، وكذلك خياراتك الشخصية. سيساعدك طبيبك على تحديد العلاجات الأفضل لك.

### تأكد من سؤال الآتي:

- ما نوع سرطان الرئة الذي لدي؟
- ما هي مرحلة سرطان الرئة الذي أعاني منه، وماذا يعني ذلك؟
- ما الذي تعرفت عليه أيضاً عن سرطان الرئة الذي أعاني منه من نتائج فحوصاتي؟
- هل سأحتاج إلى المزيد من الفحوصات؟
- ما هي العلاجات التي تعتقد أنها الأفضل لسرطان الرئة الذي أعاني منه؟
- ما هي الآثار الجانبية المحتملة للعلاج؟

### ما يمكن توقعه أثناء العلاج

سيشرح لك فريق رعاية مرضى السرطان الخاص بك خطتك العلاجية. قد يشمل هذا الفريق أطباء وممرضين وعاملين آخرين في مجال الرعاية الصحية وفقاً لنوع العلاج الذي تحتاجه. على سبيل المثال، إذا كنت بحاجة إلى علاج إشعاعي، فستعمل مع أخصائي علاج الأورام بالإشعاع لمعرفة ما يمكن توقعه

## ما يمكن توقعه بعد العلاج

سيساعدك طبيبك بعد العلاج على التعامل مع أي آثار جانبية قد لا تزال تعاني منها. كما ستخضع لفحوصات منتظمة للتحقق مما إذا كان السرطان قد عاد، أو للتحقق مما إذا كان قد بدأ سرطان جديد في جزء مختلف من جسمك.

قد لا يختفي السرطان تماماً بالنسبة لبعض الأشخاص. وقد يستمرون في الحصول على العلاج، لذا ستظل هناك حاجة إلى الاختبارات لمعرفة مدى نجاحه.

تأكد من إخبار طبيبك أو أي شخص في فريق رعاية السرطان إذا كان لديك أي آثار جانبية لا تختفي بعد العلاج أو أي أعراض جديدة.

قد تواجه صعوبة أيضاً في التعامل مع التغييرات التي تطرأ على جسمك بعد العلاج. على سبيل المثال، قد لا تعمل رئتاك بشكل جيد كما فعلتا من قبل. إذا كانت صعوبة التنفس تحد مما يمكنك القيام به، اسأل فريق رعاية السرطان الخاص بك عما إذا كان إعادة التأهيل الرئوي أو العلاج الرئوي قد يساعد.

حتى إذا كنت قد انتهيت من العلاج وتشعر أنك بخير، فمن المهم أن تسأل فريق رعاية السرطان الخاص بك عن وضع جدول زمني منتظم لك لإجراء اختبارات المتابعة للتحقق مما إذا كان سرطان الرئة قد عاد.

## تأكد من سؤال الآتي:

- كم مرة أحتاج إلى رؤية فريق رعاية السرطان الخاص بي؟
- هل سأحتاج إلى اختبارات لمعرفة ما إذا كان السرطان قد عاد، أو للتحقق من وجود مشاكل بسبب العلاج؟
- هل أحتاج إلى أي اختبارات فحص، مثل تصوير الصدر بالأشعة أو تنظير القولون، للعثور المبكر على سرطانات شائعة أخرى؟
- هل أحتاج إلى خطة متابعة بعد العلاج؟
- هل هناك آثار جانبية متأخرة أو طويلة الأمد بسبب العلاج يجب أن أراقبها؟
- هل تعتقد أن إعادة التأهيل الرئوي أو العلاج الرئوي قد يساعدني؟
- متى وكيف أتصل بفريق رعاية السرطان الخاص بي؟
- أين يمكنني العثور على سجلاتي الطبية بعد العلاج؟

## البقاء بصحة جيدة

هناك أشياء يمكنك القيام بها للحفاظ على صحتك أثناء وبعد علاج سرطان الرئة. الإقلاع عن التدخين يمكن أن يساعد بعض الأشخاص المصابين بسرطان الرئة على العيش لفترة أطول. يمكن أن يساعدك تناول الطعام الجيد والحركة والوصول إلى وزن صحي والبقاء فيه وتجنب الكحول في تقليل خطر الإصابة بسرطان الرئة مرة أخرى أو الإصابة بغيره من أنواع السرطان. من المهم أيضاً تجنب التعرض للدخان والرادون في منزلك ومكان عملك.

تذكر أن يتم إجراء الفحوصات لك بحثاً عن أنواع أخرى من السرطان والاستمرار في إجراء الفحوصات بحثاً عن مشاكل صحية أخرى. تحدث إلى طبيبك حول خطة الفحص والاختبار المناسبة لك.

## التعامل مع مشاعرك

قد تشعر بالخوف أو الحزن أو التوتر نتيجة الإصابة بسرطان الرئة. كما قد تشعر بالذنب أو تتعرض للوم لإصابتك بسرطان الرئة سواء كنت تدخن أم لا. من الطبيعي أن يكون لديك هذه المشاعر، وهناك طرق لمساعدتك على التعامل معها.

- لا تحاول التعامل مع مشاعرك بنفسك، وتحدث عن مشاعرك بغض النظر عن ماهيتها.
- لا بأس أن تشعر بالحزن أو الإحباط بين الحين والآخر، ولكن دع فريق رعاية السرطان الخاص بك يعرف إذا استمرت لديك هذه المشاعر لأكثر من بضعة أيام.
- قم بأشياء تستمتع بها مثل الذهاب إلى السينما أو إلى حدث رياضي أو للعشاء أو قضاء الوقت في الهواء الطلق إذا قال طبيبك أنه لا بأس بذلك.
- احصل على المساعدة في المهام كالتنظيف.

قد ترغب في التواصل مع الأصدقاء أو العائلة أو المرشدين الدينيين أو المجموعات الدينية. كما يجد بعض الأشخاص أن من المفيد التحدث مع من مروا بنفس التجربة، ويمكن إيجاد مثل هكذا أشخاص في مجموعات الدعم. وقد يكون الحصول على المشورة مفيداً أيضاً لبعض الأشخاص. أخبر فريق رعاية مرضى السرطان بما تشعر به حيث إن بإمكانهم مساعدتك في العثور على الدعم المناسب.

للحصول على معلومات حول السرطان والمساعدة اليومية والدعم، اتصل بالجمعية الأمريكية للسرطان على الرقم

**18002272345** أو تفضل بزيارتنا عبر الإنترنت على **cancer.org/lungcancer**.

نحن هنا عند الحاجة.



cancer.org | 1.800.227.2345

ARABIC  
©2022, American Cancer Society, Inc.  
No. 080815-Rev. 8/22

