بعد تشخيص سرطان الجلد

إذا تم إخبارك بأنك مصاب بسرطان الجلد، فمن المحتمل أنك قد أجريت بالفعل اختبارات وخزعة (اختبار يأخذ جزء من الأنسجة للتحقق من السرطان). وربما تم إجراء اختبارات أخرى على الخلايا السرطانية للتحقق من وجود بعض البروتينات والتغيرات الجينية التي تسمى المؤشرات الحيوية. كما قد يكون لديك فحوصات تصويرية أو اختبارات بناءً على نوع سرطان الجلد الذي تعاني منه. وتساعد هذه الاختبارات طبيبك على معرفة العلاج الذي قد يساعد.

أنواع سرطان الجلد

هناك العديد من أنواع سرطان الجلد. ومن المهم أن تفهم النوع الذي تعاني منه لتعرف ما يمكن توقعه.

سرطان الخلايا القاعدية الجلدي وسرطان الخلايا الحرشفية الجلدي هما النوعان الأكثر شيوعًا من سرطان الجلد. وعادة ما يكونان غير خطيرين لأنهما لا ينتشران في كثير من الأحيان إلى أجزاء أخرى من الجسم. كما أنهما يستجيبان بشكل جيد للعلاج عادةً.

- يبدأ سرطان الخلايا القاعدية الجلدي في الطبقة السفلية من الجلد.
- يبدأ سرطان الخلايا الحرشفية الجلدي في الطبقة العليا من الجلد.

الميلانوما هو نوع أقل شيوعًا من سرطان الجلد. يبدأ في الخلايا التي تعطي الجلد لونه (الصباغ). ويكون الميلانوما أكثر خطورة لأنه من المرجح أن ينتشر إلى أجزاء أخرى من الجسم. ويسبب الميلانوما جميع الوفيات الناجمة عن سرطان الجلد تقريبًا لأنه يمكن أن ينتشر بسرعة.

علاج سرطان الجلد

يمكن إزالة معظم سرطانات الجلد من خلال عملية جراحية بسيطة في عيادة طبيبك عندما يتم اكتشافها في وقت مبكر. ويمكن استخدام علاجات أخرى في بعض الأحيان بوضعها مباشرة على جلدك. بالنسبة لسرطانات الجلد التي انتشرت، قد يُستخدم العلاج الإشعاعي والأدوية مثل العلاج الكيميائي، أو العلاج الموجه، أو العلاج المناعي.

سيعتمد علاجك على نوع ومرحلة سرطان الجلد الذي تعاني منه. ستعتمد خيارات العلاج الخاصة بك أيضًا على نتائج الاختبارات على الخلايا السرطانية وصحتك وتفضيلاتك الشخصية. وسيساعدك طبيبك في تحديد العلاجات الأفضل لك.

تأكد من طرح الأسئلة التالية:

- ما هو الهدف من العلاج؟
- ما نوع السرطان الذي أعاني منه؟
- ما مرحلة سرطان الجلد الذي أعاني منه؟
- ماذا عرفت أيضًا من نتائج اختباراتي؟
- هل أحتاج إلى عملية جراحية؟ إذا كان الأمر كذلك، فكيف ستبدو المناطق بعد الجراحة؟
- هل سأحتاج إلى المزيد من الاختبارات؟

ما يمكن توقعه قبل وأثناء العلاج

يتم علاج معظم سرطانات الجلد من خلال عملية جراحية بسيطة أو علاجات جلدية يقدمها طبيب الأمراض الجلدية (طبيب الجلد). بعض حالات سرطان الجلد قد تحتاج إلى العلاج في مركز لعلاج السرطان، خاصة إذا كانت هناك حاجة إلى مزيد من العلاج أو إذا انتشر السرطان إلى أجزاء أخرى من الجسم. سيقوم طبيبك وفريقه بشرح علاجك وكيفية إعطائه. وسيساعدونك في الاستعداد له، وتتبع أدائك، ومساعدتك في إدارة أي آثار جانبية.

ليس كل من يخضع لعلاج سرطان الجلد لديه نفس الآثار الجانبية. على سبيل المثال، تختلف الآثار الجانبية للجراحة الجلدية عن الآثار الجانبية للعلاج الكيميائي، أو العلاج الموجه، أو العلاج المناعي، أو العلاج الإشعاعي. وقد يكون للأشخاص الذين يتلقون نفس العلاج آثار جانبية مختلفة.

تأكد من طرح الأسئلة التالية:

- هل أحتاج إلى علاج إلى جانب الجراحة؟
- هل هناك أي تجارب سريرية لنوع السرطان الذي أعاني منه؟
- 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؟ كم سيستمر العلاج؟
- أين سأذهب للحصول على العلاج؟ هل يمكنني القيادة إلى هناك بنفسي؟
- هل سأكون قادرًا على الاستمرار في القيام بأنشطتي المعتادة، مثل العمل والتمرين؟
- هل سيكون لدي ندوب؟ هل سأبدو مختلفاً أو أحس بالاختلاف؟
- هل يجب أن أتوخى الحذر بشكل خاص لتجنب التعرض لأشعة الشمس؟

ما يمكن توقعه بعد العلاج

بعد العلاج، سيراقبك طبيبك عن كثب. وسيجري فحوصات جلدية للتحقق مما إذا كان السرطان قد عاد أو إذا بدأ سرطان جديد في جزء مختلف من جسمك. وسيساعدك أيضًا في إدارة أي آثار جانبية.

قد لا يختفي السرطان تمامًا بالنسبة لبعض الناس. وقد يستمرون في الحصول على العلاج، وستظل هناك حاجة إلى إجراء اختبارات لمعرفة مدى نجاحه.

قد تواجه تغييرات في جسمك بعد العلاج. اعتمادًا على حجم ونوع وموقع السرطان، قد يكون هناك ندوب أو تغييرات أخرى في جلدك. تأكد من سؤال الطبيب عما يمكن توقعه وأخبره إذا كان لديك أي مشاكل.

الأشخاص الذين أصيبوا بسرطان الجلد معرضون لخطر أكبر للإصابة بسرطان جلد آخر. حتى لو كنت تشعر بتحسن بعد الانتهاء من العلاج، فمن المهم أن تسأل فريق رعاية السرطان عن جدول منتظم لاختبارات المتابعة للتحقق مما إذا كان سرطان الجلد قد عاد.

تأكد من طرح الأسئلة التالية:

- من أين أحصل على نسخة من ملخص علاجي؟
- ما عدد المرات التي أحتاج فيها إلى رؤيتكم؟ متى وكيف ينبغي عليّ الاتصال بكم؟
- هل سأحتاج إلى اختبارات لمعرفة ما إذا كان السرطان قد عاد، أو للتحقق من وجود مشاكل بسبب علاجي؟
- هل أحتاج إلى خطة متابعة بعد العلاج؟
- هل هناك آثار جانبية متأخرة أو طويلة الأجل من العلاج يجب أن أراقبها؟
- أين يمكنني العثور على سجلاتي الطبية بعد العلاج؟

البقاء بحالة صحية

تأكد من إخبار طبيبك أو فريق رعاية السرطان إذا لم تختف أي آثار جانبية للعلاج أو إذا كان لديك أي أعراض جديدة. هناك أشياء يمكنك القيام بها للحفاظ على صحتك أثناء وبعد العلاج. من المهم فحص جلدك في كثير من الأحيان بحثًا عن التغييرات. اطلب من صديق أو أحد أفراد العائلة مساعدتك في النظر إلى المناطق التي يصعب رؤيتها بنفسك. أخبر طبيبك إذا لاحظت أي شيء مختلف. استخدم واقي الشمس، وقم بتغطية الجلد المكشوف. استخدم واقي الشمس وقم بتغطية البشرة المكشوفة. تذكر أن تفعل هذا طوال العام عندما تكون في الخارج. تجنب تسمير الأسِرَّة أيضًا. يمكن أن يساعد تناول الطعام الصحي، والوصول إلى وزن صحي والبقاء فيه، وعدم التدخين، وشرب ما يكفي من السوائل، والنشاط، في الحفاظ على صحتك.

التعامل مع مشاعرك

قد تجعلك الإصابة بسرطان الجلد تشعر بالخوف أو الحزن أو التوتر. من الطبيعي أن تكون لديك هذه المشاعر، وهناك طرق لمساعدتك على التعامل معها.

- لا تحاول التعامل مع مشاعرك لوحدك. وتحدث عنها، بغض النظر عن ماهيتها.
- لا بأس أن تشعر بالحزن أو الإحباط من حين لآخر، ولكن أخبر فريق رعاية السرطان الخاص بك إذا استمرت لديك هذه المشاعر لأكثر من بضعة أيام.
- استمر في القيام بالأشياء التي تستمتع بها مثل قضاء الوقت في الهواء الطلق أو الذهاب إلى فيلم أو حدث رياضي أو الخروج لتناول العشاء إذا قال طبيبك إنه لا بأس بذلك.
- احصل على المساعدة في المهام مثل الطبخ والتنظيف.

قد ترغب في التواصل مع الأصدقاء أو العائلة أو رجال الدين أو المجموعات الدينية التي تنتمي إليها. ويمكن أن يساعد الإرشاد النفسي أيضًا. ويجد بعض الناس أنه من المفيد التحدث مع الآخرين الذين مروا بنفس الأشياء. فيمكن لمجموعة الدعم أن تقدم ذلك. أخبر طبيبك عن شعورك. فبإمكانه مساعدتك في العثور على الدعم المناسب.

لمزيد من المعلومات والدعم، قم بزيارة موقع جمعية السرطان الأمريكية على **cancer.org/arabic** أو اتصل بنا على **1-800-227-2345**. نحن هنا عندما تحتاج إلينا.

BBB ACCREDITED CHARITY
bbb.org/charity

©2026, American Cancer Society, Inc.
No. 082902 Rev. 11/26.