



بعد تشخيص الإصابة بسرطان الشرج



يُعدّ سرطان الشرج ورمًا خبيثًا ينشأ في القناة الشرجية، وهي الفتحة التي تصل الأمعاء بخارج الجسم. إذا تم إبلاغك بأنك مصاب بسرطان الشرج، فمن المحتمل أنك خضعت بالفعل لعدد من الفحوصات، مثل الفحص السريري، وفحوصات التصوير مثل التصوير المقطعي المحوسب، والتنظير الداخلي، والخزعة (وهي فحص يتم فيه أخذ عينة من النسيج للتأكد من وجود السرطان). وقد تحتاج أيضًا إلى إجراءات وفحوصات أخرى لمعرفة ما إذا كان السرطان قد انتشر إلى أجزاء أخرى من الجسم. تساعد هذه الفحوصات طبيبك على تحديد نوع سرطان الشرج لديك، ومرحلته، وأفضل خيارات العلاج المناسبة لك.

علاج سرطان الشرج

يعتمد العلاج على نوع سرطان الشرج ومرحلته. كما تعتمد خيارات العلاج أيضًا على نتائج الفحوصات التي تُجرى على الخلايا السرطانية، وعلى حالتك الصحية العامة وتفضيلاتك الشخصية.

توجد عدة طرق لعلاج سرطان الشرج، وغالبًا ما يكون النهج الأفضل هو الجمع بين علاجين أو أكثر.

في الماضي، كانت الجراحة هي الطريقة الوحيدة لعلاج سرطان الشرج، أما اليوم فمعظم حالات سرطان الشرج تُعالج بمزيج من العلاج الإشعاعي والعلاج الكيميائي. وغالبًا ما لا تكون الجراحة ضرورية.

وقد يُستخدم العلاج المناعي أيضًا في بعض الحالات. سيساعدك طبيبك في تحديد خيارات العلاج الأنسب لك.

إذا لم تنجح العلاجات الأخرى، فقد تكون الجراحة ضرورية لإزالة الشرج والعضلة العاصرة الشرجية (وهي العضلة الحلقية التي تتحكم في حركة الأمعاء). بعد الجراحة، سيحتاج المريض إلى فغر. والفغر هو فتحة تُنشأ في البطن تسمح بخروج البراز من الجسم.

أحرص على أن تسأل:

- ما نوع سرطان الشرج الذي أعاني منه؟
- ما مرحلة سرطان الشرج، وماذا يعني ذلك؟
- هل سأحتاج إلى فحوصات إضافية؟
- ما العلاج الذي تعتقد أنه الأنسب لحالتي؟
- ما الهدف من العلاج؟
- هل سيتضمن العلاج إجراء جراحة؟ وهل يمكن إزالة السرطان بالكامل؟
- هل سأحتاج إلى فغر؟
- هل سأحتاج أيضًا إلى أنواع أخرى من العلاج؟

ما الذي يمكن توقعه قبل العلاج وأثناءه

سيشرح لك فريق رعاية مرضى السرطان خطة العلاج الخاصة بك. وقد يضم هذا الفريق أطباء مختلفين، وممرضين، وغيرهم من مقدمي الرعاية الصحية، وذلك بحسب نوع العلاج الذي تحتاج إليه. فعلى سبيل المثال، إذا كنت بحاجة إلى العلاج الإشعاعي، فسوف تعمل مع طبيب مختص في علاج الأورام بالإشعاع لشرح لك ما يمكن توقعه قبل العلاج وأثناءه وبعده. وإذا كنت بحاجة إلى أنواع أخرى من العلاج، فسيقوم فريق رعاية السرطان بشرح كيفية إعطاء العلاج، ومساعدتك على الاستعداد له، ومتابعة حالتك أثناء العلاج، ومساعدتك في التعامل مع أي آثار جانبية. وقد تخضع أيضًا لفحوصات دم، أو فحوصات تصوير، أو اختبارات أخرى في أوقات معينة لمعرفة مدى استجابة السرطان للعلاج.

ولا يعاني جميع المرضى الذين يتلقون علاجًا لسرطان الشرج من الآثار الجانبية نفسها. فعلى سبيل المثال، تختلف الآثار الجانبية للعلاج الإشعاعي عن تلك المرتبطة بالعلاج الكيميائي أو العلاج المناعي أو الجراحة. وحتى المرضى الذين يتلقون العلاج نفسه قد يواجهون آثارًا جانبية مختلفة.

أحرص على أن تسأل:

- ما الآثار الجانبية التي قد أواجهها، وما الذي يمكنني فعله للتعامل معها؟
- كيف سنعرف ما إذا كان العلاج ناجحًا؟
- كم مرة سألتقى العلاج؟ وكم سنتغرق مدة العلاج؟
- أين سألتقى العلاج؟ وهل يمكنني قيادة السيارة بنفسني؟
- كيف سيؤثر العلاج في حياتي اليومية؟
- هل سأتمكن من الاستمرار في أنشطتي المعتادة، مثل العمل وممارسة الرياضة؟
- هل سيؤثر العلاج في حياتي الجنسية؟ وكيف؟ وكم سيستمر ذلك؟ وما الذي يمكنني فعله للمساعدة في التعامل مع هذا الأمر؟
- هل توجد أي تجارب سريرية قد تكون مناسبة لحالتي؟

الحفاظ على الصحة

أحرص على إبلاغ طبيبك أو فريق رعاية السرطان إذا لم تختفِ أي آثار جانبية ناتجة عن العلاج، أو إذا ظهرت لديك أي أعراض جديدة.

هناك أمور يمكنك القيام بها للحفاظ على صحتك أثناء العلاج وبعده. فقد يساعد عدم التدخين على تقليل احتمالية الإصابة بسرطان شرج جديد، وكذلك الإصابة بأنواع أخرى من السرطان. كما أن الحفاظ على وزن صحي، واتباع نظام غذائي متوازن، وممارسة النشاط البدني، وتجنب تناول الكحول يمكن أن يساعدك أيضًا على الحفاظ على صحتك وتقليل خطر الإصابة بأنواع أخرى من السرطان. وقد تسهم هذه الأمور أيضًا في تقليل خطر الإصابة بسرطان شرج جديد، إلا أن هناك حاجة إلى مزيد من الأبحاث للتأكد من ذلك.

التعامل مع مشاعرك

قد يجعلك تشخيص الإصابة بسرطان الشرج تشعر بالخوف أو الحزن أو القلق. ومن الطبيعي أن تراودك هذه المشاعر، وهناك طرق يمكن أن تساعدك على التعامل معها.

- لا تحاول التعامل مع مشاعرك بمفردك. تحدث عنها مهما كانت.
- ومن الطبيعي أن تشعر بالحزن أو بالإحباط من وقت إلى آخر، ولكن أخبر فريق رعاية السرطان إذا استمرت هذه المشاعر لأكثر من بضعة أيام.
- إذا أخبرك طبيبك أن ذلك مناسب، فحاول الاستمرار في القيام بالأشياء التي تستمتع بها، مثل قضاء الوقت في الهواء الطلق، أو الذهاب إلى السينما أو إلى حدث رياضي، أو الخروج لتناول العشاء.
- اطلب المساعدة في بعض المهام مثل الطهي والتنظيف.

وقد يكون من المفيد أيضًا التواصل مع الأصدقاء أو أفراد العائلة أو القادة أو الجماعات الدينية. كما يمكن أن تساعدك الاستشارة النفسية. ويجد بعض الأشخاص أن التحدث مع آخرين مرّوا بتجارب مشابهة أمر مفيد. ويمكن أن توفر مجموعات الدعم هذه الفرصة. أخبر فريق رعاية السرطان بما تشعر به، فهم قادرون على مساعدتك في العثور على الدعم المناسب.

ما الذي يمكن توقعه بعد العلاج

بعد الانتهاء من العلاج، اطلب من طبيب السرطان إعداد ملخص للعلاج وخطة للمتابعة. ويُعرف ذلك باسم خطة رعاية الناجين من السرطان. سيعمل طبيب السرطان مع طبيب الأسرة أو طبيب الرعاية الأولية لمساعدتك في التعامل مع الآثار الجانبية الناتجة عن العلاج، ومتابعة حالتك الصحية العامة. كما ستخضع لفحوصات منتظمة للتأكد من عدم عودة السرطان أو ظهور سرطان جديد في جزء آخر من الجسم.

قد تواجه بعض التغيرات في جسمك بعد العلاج. لذلك أحرص على سؤال الطبيب عما يمكن توقعه، وأخبره إذا واجهت أي مشكلات.

الأشخاص الذين أصيبوا بسرطان الشرج قد يكونون أكثر عرضة لعودته مرة أخرى أو للإصابة بأنواع أخرى معينة من السرطان. وحتى إذا كنت تشعر أنك بخير بعد انتهاء العلاج، فمن المهم أن تسأل فريق رعاية السرطان عن جدول منتظم للفحوصات والمتابعة للتأكد من عدم عودة سرطان الشرج.

بالنسبة لبعض الأشخاص، قد لا يختفي السرطان تمامًا. وفي هذه الحالة قد يستمرون في تلقي العلاج، كما سيحتاجون إلى إجراء فحوصات لمعرفة مدى فعالية العلاج.

أحرص على أن تسأل:

- كم مرة أحتاج إلى زيارة فريق رعاية السرطان؟
- متى وكيف ينبغي أن أتواصل معهم؟
- هل سأحتاج إلى فحوصات لمعرفة ما إذا كان السرطان قد عاد، أو للتحقق من وجود مشكلات ناتجة عن العلاج؟
- هل أحتاج إلى فحوصات كشف مبكر، مثل تصوير الثدي الشعاعي (الماموغرام) أو تنظير القولون، لاكتشاف أنواع أخرى من السرطان في وقت مبكر؟
- هل توجد آثار جانبية متأخرة أو طويلة الأمد للعلاج ينبغي أن أكون على دراية بها؟
- أين يمكنني العثور على سجلاتي الطبية بعد انتهاء العلاج؟



لمزيد من المعلومات والدعم، تفضل بزيارة موقع الجمعية الأمريكية للسرطان على الإنترنت cancer.org/arabic أو اتصل بنا على الرقم 1-800-227-2345 نحن هنا لمساعدتك عندما تحتاج إلينا.