



بعد تشخيص ورم في الدماغ أوالحبل الشوكي



تُعد أورام الدماغ والحبل الشوكي كتلاً من الخلايا غير الطبيعية داخل الدماغ أو العمود الفقري. وقد تؤثر هذه الأورام على قدرة الأعصاب في الدماغ والحبل الشوكي على أداء وظائفها الطبيعية في التحكم ببقية أعضاء الجسم. إذا تم إبلاغك بأنك مصاب بورم في الدماغ أو الحبل الشوكي، فربما تكون قد أجريت بالفعل صوراً إشعاعية وخزعة (وهي فحص يتم فيه أخذ عينة من النسيج لفحصها بحثاً عن السرطان). قد تكون هناك اختبارات أخرى أجريت على خلايا السرطان للكشف عن بروتينات معينة أو تغيرات جينية تُعرف باسم المؤشرات الحيوية (biomarkers). من المحتمل أيضاً أن تُجرى لك فحوصات إضافية لمعرفة ما إذا كان السرطان قد انتشر. وتساعد هذه الفحوصات الطبيب على تحديد نوع الورم الدماغي أو النخاعي لديك، ومرحلته، وخيارات العلاج المناسبة.

أنواع أورام الدماغ أو الحبل الشوكي

تُسمى هذه الأورام بناءً على الجزء الذي نشأت فيه داخل الدماغ أو الحبل الشوكي. وليست جميعها سرطانية؛ فبعضها حميد (غير سرطاني)، وبعضها الآخر يتكوّن من أنواع مختلطة. ومن الأنواع الشائعة:

- الورم النجمي
- الورم قليل التغصّن
- الورم البطاني
- الورم السحائي
- الورم الأرومي النخاعي
- الورم الشفاني أو ورم غمد العصب

علاج أورام الدماغ أو الحبل الشوكي

قد يكون علاج أورام الدماغ والحبل الشوكي صعباً في كثير من الأحيان. ويعتمد نوع العلاج الذي سنتلقاه على نوع الورم، ومكانه، وحجمه، ودرجته (أي مدى سرعة نموه وانتشاره). كما تعتمد خيارات العلاج أيضاً على نتائج الفحوصات المجرّاة على الخلايا السرطانية، وعلى حالتك الصحية العامة، وتفضيلاتك الشخصية.

تُعد الجراحة أول خيار علاجي لمعظم المصابين بورم في الدماغ أو الحبل الشوكي. ويعتمد نوع الجراحة المستخدمة على نوع الورم، وموقعه، وحجمه.

إذا كان الورم حميداً، فقد تكون الجراحة وحدها كافية ولا تتطلب علاجاً إضافياً. أما إذا دعت الحاجة إلى علاجات أخرى، فقد تشمل العلاج الإشعاعي، والعلاج الكيميائي، والعلاج المُوجّه، وعلاج الحقول الكهربائية المعروفة باسم TTFIELDS. قد تحتاج إلى أكثر من نوع واحد من العلاج. وتُستخدم بعض العلاجات للمساعدة في التخفيف من أعراض أورام الدماغ والحبل الشوكي أو للحد من تطورها، وقد تُعطى أحياناً إلى جانب علاجات أخرى. سيساعدك طبيبك على تحديد العلاجات الأنسب لحالتك.

تأكد من طرح الأسئلة التالية على طبيبك:

- ما نوع الورم الذي أعاني منه؟
- أين يقع الورم؟
- ما حجم الورم؟ وما مدى سرعة نموه المتوقعة؟
- ما العلاج الذي تراه الأنسب لحالتي؟
- ما الهدف من هذا العلاج؟
- هل يتضمن العلاج إجراء عملية جراحية؟
- هل يمكن إزالة الورم بالكامل؟ وإن لم يكن ممكناً، فلماذا؟
- هل سأحتاج إلى أنواع أخرى من العلاج أيضاً؟
- هل سأحتاج إلى حلق شعري؟

ما يمكن توقعه قبل وأثناء العلاج

سيقوم فريق رعايتك الطبية بشرح خطة العلاج لك بالتفصيل. وقد يضم هذا الفريق أطباء وممرضين ومقدمي رعاية صحية آخرين، وذلك حسب نوع العلاج الذي تحتاج إليه. على سبيل المثال، إذا كنت بحاجة إلى العلاج الإشعاعي، فسوف تتعامل مع طبيب متخصص في الأورام الإشعاعية ليوضح لك ما يجب توقعه قبل العلاج وأثناءه وبعده. أما إذا كنت ستخضع لأنواع أخرى من العلاج، فسيقوم فريقك الطبي بشرح طريقة إعطائه، ومساعدتك على التحضير له، ومتابعة حالتك أثناء العلاج، والتعامل مع أي آثار جانبية قد تظهر. قد تُطلب منك تحاليل دم أو صور إشعاعية أو فحوصات أخرى في أوقات معينة لمعرفة مدى فعالية العلاج.

وليس كل من يخضع للعلاج من ورم في الدماغ أو الحبل الشوكي سيعاني من نفس الآثار الجانبية. فمثلاً، قد يتلقى أحد المرضى العلاج الإشعاعي فقط إذا لم تكن الجراحة خياراً ممكناً، وتختلف الآثار الجانبية لهذا العلاج عن تلك المرتبطة بالجراحة أو العلاج الكيميائي أو العلاج الموجه. كما أن المرضى الذين يتلقون نفس العلاج قد يعانون من آثار جانبية مختلفة تماماً.

تأكد من طرح الأسئلة التالية على طبيبك:

- ما الآثار الجانبية المحتملة للعلاج؟ وكيف يمكنني التعامل معها؟
- كيف سنعرف ما إذا كان العلاج يحقق نتائج؟
- كم مرة سألتقى العلاج؟ وكم ستستغرق مدة العلاج؟
- أين سأذهب لتلقي العلاج؟ وهل يمكنني القيادة بنفسني؟
- هل سأتمكن من الاستمرار في أنشطتي المعتادة مثل العمل أو ممارسة الرياضة؟
- هل توجد تجارب سريرية قد تكون مناسبة لحالتي؟

ما يمكن توقعه بعد العلاج

بعد انتهاء العلاج، اطلب من طبيبك المختص بالسرطان تزويدك بملخص للعلاج وخطة للمتابعة. وتُعرف هذه الوثيقة باسم "خطة رعاية ما بعد التعافي". سيعمل طبيب السرطان مع طبيبك العام أو طبيب الأسرة على متابعة حالتك، ومساعدتك في التعامل مع الآثار الجانبية الناتجة عن العلاج، ومراقبة صحتك العامة. كما ستُجرى لك فحوصات دورية بانتظام. وذلك للتأكد مما إذا كان السرطان قد عاد، أو إذا ظهر سرطان جديد في جزء آخر من جسمك.

قد تواجه بعض التغييرات في جسمك بعد انتهاء العلاج. فقد تُصاب بدوب إذا كنت قد خضعت لعملية جراحية، وقد تعاني من تساقط الشعر. كما أن بعض العلاجات قد تؤثر على طريقة عمل الدماغ. تأكد من سؤال الطبيب عما يمكن توقعه، وأخبره إذا واجهت أي مشكلات أو أعراض غير معتادة.

الأشخاص الذين سبق أن أصيبوا بورم في الدماغ أو الحبل الشوكي معرضون لخطر الإصابة به مرة أخرى أو الإصابة بأنواع أخرى من السرطان. حتى وإن كنت تشعر بأنك بصحة جيدة بعد انتهاء العلاج، من المهم أن تسأل فريق الرعاية الخاص بك عن جدول منتظم للفحوصات الدورية للتأكد من أن السرطان لم يعد.

بالنسبة لبعض الأشخاص، قد لا يختفي السرطان تماماً. وقد يحتاجون إلى الاستمرار في تلقي العلاج، مع إجراء فحوصات دورية لمعرفة مدى فعالية هذا العلاج.

تأكد من طرح الأسئلة التالية على طبيبك:

- أين يمكنني الحصول على نسخة من ملخص العلاج وخطة المتابعة؟
- كم مرة أحتاج إلى زيارة فريق الرعاية الخاص بالسرطان؟
- متى وكيف يمكنني التواصل معهم؟
- هل سأحتاج إلى فحوصات للتأكد من عدم عودة الورم أو للكشف عن مضاعفات ناتجة عن العلاج؟
- هل أحتاج إلى فحوصات تحري مبكر، مثل تصوير الثدي أو تنظير القولون، للكشف عن أنواع أخرى من السرطان؟
- هل هناك آثار جانبية متأخرة أو طويلة الأمد للعلاج يجب أن أكون على علم بها؟
- أين يمكنني العثور على سجلاتي الطبية بعد انتهاء العلاج؟

كيف تحافظ على صحتك

تأكد من إبلاغ فريق الرعاية الخاص بك إذا استمرت أي آثار جانبية للعلاج، أو إذا ظهرت لديك أعراض جديدة.

هناك خطوات يمكنك اتخاذها للحفاظ على صحتك خلال فترة العلاج وبعدها. الإقلاع عن التدخين قد يساعد في تقليل خطر الإصابة بسرطان آخر. كما أن الوصول إلى وزن صحي والحفاظ عليه، وتناول طعام متوازن، وممارسة النشاط البدني، وتجنب الكحول، كلها عوامل تساعدك على البقاء بصحة جيدة، وقد تقلل أيضاً من خطر الإصابة بأنواع أخرى من السرطان.

بعض الحالات التي تزيد من خطر الإصابة بأورام الدماغ والحبلى الشوكي قد تكون وراثية وتنتقل داخل العائلات. وفي بعض الأحيان، يُجرى اختبار جيني لمعرفة ما إذا كان لديك نوع من الورم يمكن أن يكون موروثاً. تحدث مع فريق الرعاية الخاص بك لمعرفة ما إذا كان الفحص الجيني مناسباً لحالتك.

كيف تتعامل مع مشاعرك

قد يجعلك تشخيص ورم في الدماغ أو الحبلى الشوكي تشعر بالخوف أو الحزن أو القلق. ومن الطبيعي أن تمرّ بهذه المشاعر، وهناك طرق يمكن أن تساعدك في التكيف معها.

- لا تحاول التعامل مع مشاعرك بمفردك. تحدث عنها، مهما كانت، فمشاركة مشاعرك خطوة مهمة في طريق التعافي.
- من الطبيعي أن تشعر بالحزن أو الإحباط من وقت لآخر، لكن من المهم إبلاغ فريق الرعاية إذا استمرت هذه المشاعر لعدة أيام متواصلة.
- وإذا قال لك طبيبك إن ذلك ممكن، حاول الاستمرار في ممارسة الأنشطة التي تُحبها، مثل قضاء الوقت في الهواء الطلق، أو الذهاب إلى السينما أو حضور مباراة رياضية، أو الخروج لتناول العشاء. فهذه الأمور يمكن أن تساعدك على تحسين مزاجك والشعور بالتحسن.
- اطلب المساعدة في بعض المهام اليومية مثل الطبخ والتنظيف.

يمكنك أيضاً التواصل مع الأصدقاء أو أفراد العائلة أو القادة الدينيين أو المجموعات الداعمة في مجتمعك. وقد يكون من المفيد التحدث مع مستشار نفسي. يجد بعض الأشخاص الراحة في الحديث مع آخرين مرّوا بتجربة مشابهة، ويمكن أن توفر لك مجموعات الدعم هذه الفرصة. أخبر فريق الرعاية الخاص بك عن مشاعرك، فهم قادرون على مساعدتك في الوصول إلى الدعم المناسب.



لمزيد من المعلومات والدعم، يُرجى زيارة موقع الجمعية الأمريكية للسرطان على الإنترنت cancer.org/arabic أو اتصل بنا على الرقم ١-٨٠٠-٢٢٧-٢٣٤٥. نحن هنا لمساعدتك متى احتجت إلينا.