



بعد تشخيص سرطان الكبد

سرطان الكبد هو أحد أنواع السرطان التي تنشأ في الكبد. ويُعد الكبد من أكبر أعضاء الجسم، ويوجد أسفل القفص الصدري من الجهة اليمنى. يقوم بدور مهم في هضم الطعام، وتنقية الجسم من الفضلات، والمساعدة في تخثر الدم. الكبد عضو أساسي لا يمكن للجسم الاستغناء عنه. إذا تم إبلاغك بأنك مصاب بسرطان الكبد، فمن المحتمل أنك أجريت بالفعل تحاليل دم وصورًا شعاعية وخزعة (وهو فحص يتم فيه أخذ عينة من نسيج الكبد لفحصها بحثًا عن السرطان). قد تُجرى أيضًا فحوصات أخرى على الخلايا السرطانية للكشف عن بروتينات معينة أو تغيرات جينية تُعرف باسم المؤشرات الحيوية. وقد تُخضع لإجراءات أخرى لمعرفة ما إذا كان السرطان قد انتشر. تساعد هذه الفحوصات طبيبك في تحديد نوع سرطان الكبد الذي تعاني منه، ومرحلته، وخيارات العلاج المناسبة.

ما يمكن توقعه قبل وأثناء العلاج

سيقوم فريق الرعاية الخاص بك بشرح خطة العلاج لك بالتفصيل. وقد يشمل هذا الفريق أطباء وممرضين ومقدمي رعاية صحية آخرين، وذلك حسب نوع العلاج الذي تحتاج إليه. على سبيل المثال، إذا كنت ستخضع لجراحة، فإن الآثار الجانبية التي قد تظهر تعتمد على مقدار الجزء الذي سيتم استئصاله من الكبد. أما إذا كنت ستتلقى أنواعًا أخرى من العلاج، فسيشرح لك فريق الرعاية كيفية إعطائه، ويساعدك في الاستعداد له، ويتابع حالتك خلال فترة العلاج، ويساعدك في التعامل مع أي آثار جانبية قد تحدث. قد تُطلب منك فحوصات في أوقات محددة للتأكد من مدى فعالية العلاج.

ليس كل من يخضع لعلاج سرطان الكبد سيعاني من نفس الآثار الجانبية. فعلى سبيل المثال، قد يخضع شخص ما لعملية جراحية لإزالة الجزء المصاب من الكبد أو لإجراء زراعة كبد، وتختلف الآثار الجانبية لهذه العمليات عن تلك الناتجة عن العلاج الإشعاعي أو الكيميائي أو العلاج الموجه. كما أن الأشخاص الذين يتلقون نفس العلاج قد يعانون من آثار جانبية مختلفة.

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 أحتاج إلى تغيير نظامي الغذائي أثناء فترة العلاج؟
- إذا كنت بحاجة إلى زراعة كبد، ماذا سيحدث بعد عودتي إلى المنزل؟ وهل هناك أدوية خاصة يجب أن أتناولها؟
- هل توجد تجارب سريرية قد تكون مناسبة لحالتي؟

علاج سرطان الكبد

يعتمد العلاج على نوع سرطان الكبد ومرحلته. كما تتوقف خيارات العلاج على نتائج الفحوصات التي أجريت على الخلايا السرطانية، وحالتك الصحية العامة، ورغباتك الشخصية.

في بعض الحالات، قد لا تكون الجراحة ممكنة بسبب موقع الورم. ويمكن في حال توفر الإمكانية استئصال الورم، وأحيانًا إزالة جزء من الكبد المحيط به، ويُعرف هذا الإجراء باسم استئصال جزئي للكبد. وفي بعض الحالات، يكون الخيار الأفضل هو إزالة الكبد بالكامل وإجراء زراعة كبد للمريض. تحدث مع طبيبك لمعرفة نوع الجراحة المناسبة لحالتك وما يمكن أن تتوقعه منها.

تشمل العلاجات الأخرى لسرطان الكبد كي الورم (تدميره)، والعلاج الإشعاعي، والعلاج الكيميائي، والعلاج الموجه، والعلاج المناعي. وغالبًا ما يتطلب الأمر الجمع بين أكثر من نوع من العلاجات. تُستخدم بعض هذه العلاجات أيضًا للتخفيف من أعراض سرطان الكبد أو للوقاية من تفاقمها، وأحيانًا تُعطى بالتزامن مع العلاجات الأساسية. سيساعدك طبيبك على تحديد الخيارات العلاجية الأنسب لك حسب حالتك.

تأكد من طرح الأسئلة التالية على طبيبك:

- ما نوع سرطان الكبد الذي أعاني منه؟
- ما مرحلة السرطان لدي؟ وماذا تعني هذه المرحلة؟ وهل أحتاج إلى فحوصات إضافية؟
- ما العلاج الذي تراه الأنسب لحالتي؟
- ما الهدف من هذا العلاج؟
- هل يتضمن العلاج إجراء عملية جراحية؟ وهل يمكن إزالة الورم بالكامل؟
- هل أحتاج إلى استئصال جزء من الكبد أم الكبد كله؟ وإذا كنت بحاجة إلى زراعة كبد، فما الخطوة التالية؟
- هل سأحتاج إلى أنواع أخرى من العلاج أيضًا؟

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، ومتابعة حالتك الصحية بشكل عام.

سيتم إجراء فحوصات دورية لك لمتابعة وظائف الكبد، 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 العلاج، إذ يمكن للجراحة أو العلاجات الأخرى أن تؤثر على طريقة عمل الكبد، مما قد يؤدي إلى تغيرات مختلفة في الجسم، من بينها مشكلات في الهضم. وإذا خضعت لزراعة كبد، فغالبًا ما تحتاج إلى أدوية خاصة للمساعدة في الوقاية من العدوى، كما قد تحتاج إلى أدوية لمنع الجسم من رفض الكبد الجديد. احرص على سؤال الطبيب عما يمكن توقعه، وأخبره في حال واجهت أي مشكلات أو أعراض غير معتادة.

الأشخاص الذين سبق أن أصيبوا بسرطان الكبد 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 منظم للفحوصات الدورية للتأكد من أن السرطان لم يعد.

بالنسبة لبعض الأشخاص، قد لا يختفي السرطان تمامًا. 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 السرطان أو للكشف عن مضاعفات ناتجة عن العلاج؟
- هل سأحتاج إلى فحوصات للاطمئنان على وظائف الكبد؟
- 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 طبيبك أو 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. الامتناع عن التدخين وتجنب شرب الكحول قد يساعدان في تقليل خطر نمو السرطان أو عودته. وإذا كنت مصابًا بالتهاب الكبد B أو C، فإن علاج هذا الالتهاب قد يساهم في الحد من حدوث أضرار إضافية في الكبد. الوصول إلى وزن صحي والحفاظ عليه، وتناول طعام متوازن، وممارسة النشاط البدني، كلها أمور تساعدك على البقاء بصحة جيدة، وقد تقلل من خطر الإصابة بأنواع أخرى من السرطان. أما إذا خضعت لزراعة كبد، فقد تحتاج إلى تناول أدوية معينة لمساعدة جسمك على التكيف مع العضو الجديد، والوقاية من العدوى. وقد تكون هذه الأدوية لفترة قصيرة أو طويلة، حسب حالتك.

كيف تتعامل مع مشاعرك

قد يُشعرك تشخيص سرطان الكبد بالخوف أو الحزن أو القلق. ومن الطبيعي أن تمر 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.
- اطلب المساعدة في بعض المهام اليومية مثل الطبخ والتنظيف.

يمكنك أيضًا 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 مروا 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.

