بعد تشخيص سرطان المعدة

سرطان المعدة هو ذلك السرطان الذي يبدأ في المعدة، وهي العضو الموجود في منطقة البطن والمسؤول عن استقبال الطعام بعد بلعه. تقوم المعدة بهضم الطعام وامتصاص بعض العناصر الغذائية، ثم ترسل ما يتبقى من فضلات إلى القولون (الأمعاء) للتخلص منها. إذا تم إبلاغك بأنك مصاب بسرطان المعدة ، فمن المحتمل أنك أجريت بالفعل تحاليل دم وصورًا شعاعية وخزعة (وهو فحص يتم فيه أخذ عينة 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 المعدة الذي تعاني منه، ومرحلته، وخيارات العلاج المناسبة.

علاج سرطان المعدة

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

تُعد الجراحة جزءًا من خطة علاج سرطان المعدة في كثير من الحالات. وقد تُجرى أو لا تُجرى، وذلك حسب حجم الورم ومكانه في المعدة. وتهدف الجراحة إلى إزالة الورم، وقد تشمل إزالة جزء من المعدة أو المعدة بالكامل، ويُطلق على هذا الإجراء اسم استئصال المعدة. وفي بعض الأحيان، يتم أيضًا استئصال العقد اللمفاوية القريبة للتأكد من عدم انتشار السرطان إليها. إذا لم يكن من الممكن إزالة السرطان، فقد تُجرى الجراحة للمساعدة في تخفيف الأعراض أو الوقاية منها.

تشمل العلاجات الأخرى لسرطان المعدة أدوية مثل العلاج الكيميائي، والعلاج الإشعاعي، والعلاج الموجّه، والعلاج المناعي. وغالبًا ما يتطلب الأمر الجمع بين أكثر من نوع من العلاجات. تُستخدم بعض هذه العلاجات أيضًا للتخفيف من أعراض سرطان المعدة 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 المعدة الذي أعاني منه؟
- أين يوجد السرطان في معدتي؟
- ما مرحلة السرطان لدي؟ وماذا تعني هذه المرحلة؟
- هل سأحتاج 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 سأحتاج إلى استئصال المعدة؟ وإذا كان الأمر كذلك، فما مقدار الجزء الذي سيتم استئصاله منها؟
- هل سأتمكن من الأكل بشكل طبيعي بعد الجراحة؟ وإذا لم يكن ذلك ممكنًا، فماذا يمكن فعله لمساعدتي؟
- هل سأحتاج إلى أنواع أخرى من العلاج أيضًا؟

ما يمكن توقعه قبل وأثناء العلاج

سيقوم فريق رعايتك الطبية بشرح خطة العلاج لك بالتفصيل. وقد يضم هذا الفريق أطباء وممرضين ومقدّمي رعاية صحية آخرين، وذلك حسب نوع العلاج الذي تحتاج إليه .على سبيل المثال، إذا كنت ستخضع لجراحة، سيُوضح لك الفريق الطبي مقدار الجزء الذي سيتم استئصاله من المعدة، وما الذي يمكن أن تتوقعه بعد العملية، وكيف قد تتغير طريقة تناولك للطعام. 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.

ليس كل من يخضع لعلاج سرطان المعدة يعاني من نفس الآثار الجانبية .فعلى سبيل المثال، قد يخضع شخص ما لجراحة لإزالة الورم، وتكون الآثار الجانبية الناتجة عن الجراحة مختلفة عن تلك التي يسببها العلاج الكيميائي أو الإشعاعي أو العلاج الدوائي الموجّه. كما أن الأشخاص الذين يتلقون نفس نوع العلاج قد يواجهون آثارًا جانبية مختلفة.

غالبًا ما يؤدي سرطان المعدة وعلاجه إلى مشكلات في تناول الطعام والحصول على ما يكفي من العناصر الغذائية. وقد يحتاج بعض المرضى إلى أنبوب تغذية، وقد تكون الحاجة إليه مؤقتة أو طويلة الأمد حسب الحالة.

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 سأتلقى العلاج؟ وكم ستستغرق مدة العلاج؟
- أين سأذهب لتلقي العلاج؟ وهل يمكنني القيادة بنفسي؟
- هل سأتمكن من الاستمرار في أنشطتي المعتادة مثل العمل أو ممارسة الرياضة؟
- إذا كنت بحاجة إلى أنبوب تغذية، فكم من الوقت سأحتاجه؟
- هل هناك نظام غذائي معين يجب أن أتبعه؟
- هل توجد تجارب سريرية قد تكون مناسبة لحالتي؟

ما يمكن توقعه بعد العلاج

بعد انتهاء العلاج، اطلب من طبيبك المختص بالسرطان تزويدك بملخّص 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 العلاج. فقد تؤثر الجراحة أو العلاجات الأخرى على طريقة عمل المعدة، مما قد يغيّر من كيفية ونوعية الطعام والشراب الذي تتناوله. تأكد من سؤال الطبيب عمّا يمكن توقّعه، ولا تتردد في إخباره إذا واجهت أي مشكلات.

الأشخاص الذين سبق أن أُصيبوا بسرطان المعدة معرّضون 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 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 ملخّص 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 االسرطان أو للكشف عن مضاعفات ناتجة عن العلاج؟
- هل أحتاج إلى نظام غذائي خاص بعد 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

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

هناك خطوات يمكنك القيام بها للحفاظ على صحتك خلال فترة العلاج وبعدها. الإقلاع عن التدخين وتجنب شرب الكحول يساعدان في تقليل احتمال تفاقم سرطان المعدة أو عودته من جديد .يعاني كثير من المصابين بسرطان المعدة من صعوبات في الأكل وامتصاص الطعام تستمر مدى الحياة. قد تحتاج إلى اتباع نظام غذائي خاص أو استخدام أنبوب تغذية. يمكنك التعاون مع فريق الرعاية الصحية لتحديد أفضل طريقة للحصول على العناصر الغذائية التي يحتاجها جسمك .الحفاظ على وزن صحي، وتناول طعام متوازن، وممارسة النشاط البدني بانتظام، يمكن أن يساعدك في الحفاظ على صحتك ويقلل من خطر الإصابة بأنواع أخرى من السرطان.

بعض الحالات التي تزيد من خطر الإصابة بسرطان المعدة قد تكون وراثية وتنتقل داخل العائلات. وفي بعض الأحيان، يُجرى اختبار جيني لمعرفة ما إذا كان السرطان لديك ناتجًا عن عوامل وراثية. تحدّث مع فريق الرعاية الخاص بك لمعرفة ما إذا كان الفحص الجيني مناسبًا لحالتك.

كيف تتعامل مع مشاعرك

قد يُشعرك تشخيص سرطان المعدة بالخوف أو الحزن أو القلق. ومن الطبيعي أن تمرّ بهذه المشاعر، وهناك طرق يمكن أن تساعدك في التكيّف معها.

- لا تحاول التعامل مع مشاعرك بمفردك. تحدّث 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 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 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.

American Cancer Society

©2025, American Cancer Society, Inc.
No. ARA084202 Rev. 8/25

BBB ACCREDITED CHARITY bbb.org/charity