

ما هو السرطان؟ دليل للمرضى و عائلاتهم

What is cancer? A guide for patients and families

ما هو السرطان؟

يمكن أن يبدأ السرطان في أي مكان في الجسم. يبدأ عندما تنمو الخلايا بصورة خارجة عن السيطرة و تزامخ الخلايا الطبيعية. و يجعل ذلك من الصعب على الجسم العمل كما يجب.

و يمكن علاج السرطان بفعالية جيدة للكثير من المصابين. و في الحقيقة، اليوم يعيش المصابين الذين قد تم علاجهم أكثر من أي وقت سابق حياة حافلة بعد (الانتهاء من) علاج السرطان.

و هنا سنقوم بشرح ما هو السرطان و كيف يتم علاجه.

و ستجد قائمة بالكلمات المتعلقة بالسرطان و ما بعض معاني هذه الكلمات في آخر هذا الدليل.

أساسيات مرض السرطان

إن داء السرطان ليس مرضاً واحداً.

هناك عدة أنواع من السرطان، فمرض السرطان ليس مرضاً واحداً. و قد يبدأ السرطان في الرئتين أو الثدي أو القولون أو حتى الدم. و تتشابه الأنواع المختلفة من السرطانات في بعض الصفات، و لكنها تختلف بالنسبة لطرق نموها و انتشارها.

كيف تتشابه الأنواع المختلفة من السرطان؟

إن لكل الخلايا في أجسادنا وظائف محددة عليها القيام بها. و تقوم الخلايا الطبيعية بالتكاثر بطريقة منتظمة. و تموت هذه الخلايا عندما تُجهد أو تتلف، و تحل محلها خلايا جديدة. و يتكون داء السرطان عندما تبدأ الخلايا بالنمو بطريقة خارجة عن السيطرة. و تستمر خلايا السرطان بالنمو و انتاج خلايا جديدة. و تقوم هذه الخلايا الجديدة بمزاحمة الخلايا الطبيعية. و يسبب ذلك في مشاكل للجزء من الجسم الذي بدأ فيه السرطان بالنمو.

و قد تنتشر الخلايا السرطانية في أجزاء أخرى في الجسم. و كمثال على ذلك فإن خلايا السرطان في الرئة تستطيع أن تنتشر إلى العظام و تنمو هناك. و عندما تنتشر خلايا السرطان تسمى هذه العملية نقيلية (أو إنبثاث). و عندما تنتشر خلايا سرطان الرئة إلى العظام فنستمر في تسمية هذا السرطان بسرطان الرئة. و بالنسبة لما يراه الأطباء في هذه الحالة، فإن خلايا السرطان في العظام تشبه تماماً الخلايا السرطانية في الرئة. و لا يسمى السرطان بسرطان العظام إلا أن كان قد بدأ في العظام.

كيف تختلف الأنواع المختلفة من السرطان؟

تقوم بعض أنواع السرطان بالنمو و الانتشار بسرعة. و بعضها الآخر ينمو بصورة بطيئة. و تستجيب ايضاً للعلاج بطرق مختلفة. و يفضل علاج بعض أنواع السرطان عن طريق الجراحة، و بالنسبة للأنواع الأخرى فإن الأدوية و التي تسمى العلاج الكيميائي هي العلاج المفضل. و في الكثير من الأحيان تستخدمك طريقتين للعلاج معاً للحصول على أفضل النتائج.

و عندما يصاب أحدهم بالسرطان، فإن الطبيب سيريد أن يكتشف نوعية السرطان التي أصابت هذا المريض. و يحتاج الأشخاص المصابين بالسرطان علاجاً فعالاً لنوعية السرطان التي أصابتهم.

ما هي الأورام؟

تتسبب أغلب أنواع السرطان بظهور كتلة تسمى ورم أو نمو. و لكن كل الكتل ليست سرطناً. وقد يأخذ الطبيب قطعة من الكتلة و يفحصها ليستكشف إن كانت سرطناً أم لا. و الأورام التي لا تتكون من السرطان تسمى بالأورام الحميدة. و الأورام التي تتكون من السرطان تسمى بالأورام الخبيثة.

و هناك بعض أنواع السرطان، مثل سرطان الدم (اللوكيميا) ، و التي لا تكوّن أورام. حيث إنها تنمو في خلايا الدم أو خلايا أخرى في الجسم.

"هناك شعور بالخوف الذي يجتازك عندما تُخبر أنك مصاب بالسرطان. و يصعب في البداية أن تفكر في أي شيء سوى هذا التشخيص. و يكون التشخيص بالسرطان هو ما تفكر فيه كل صباح. إريد من المصابين بالسرطان أن يعلموا أن الأمور ستتحسن. و الحديث عن الإصابة بالسرطان تساعدك في التعامل مع العواطف الجديدة التي تشعر بها. تذكر، إنه من الطبيعي أن تكون مستاءً."

دولورس، امرأة تم شفاءها (نجت) من السرطان.

إلى أي مرحلة وصل السرطان؟

يجب أن يكشف الطبيب انتشار السرطان و ما مدى انتشار هذا السرطان من موقع تكوّنه. و يُسمى هذا بمرحلة السرطان. وقد تكون سمعت أشخاصاً يقولون أن السرطان الذي أصابهم في كان في المرحلة 1 أو المرحلة 2 و معرفة مرحلة السرطان تساعد الطبيب في تقرير أي نوع من العلاج هو الأفضل.

و هناك فحوصات لكل أنواع السرطان و التي يمكن اجرائها لمعرفة مرحلة السرطان. و كقاعدة، فكلما انخفض رقم مرحلة السرطان (كالمرحلة 1 أو 2) فإن هذا يعني إن السرطان لم ينتشر كثيراً بعد. كلما ارتفع رقم مرحلة السرطان (كالمرحلة 3 أو 4) فهذا يعني أن السرطان قد انتشر بصورة أكبر. و تعتبر المرحلة 4 هي أعلى مرحلة.

أسأل طبيبك أن يشرح لك المرحلة التي وصل إليها انتشار السرطان الذي أصابك و ماذا يعني ذلك بالنسبة لك.

كيف تتم معالجة السرطان؟

إن طرق علاج السرطان الأكثر شيوعاً هي: العمليات الجراحية و العلاج الكيميائي و العلاج بالاشعاع.

وقد تستعمل الجراحة لإزالة أورام السرطان. و قد يزيل الطبيب جزء من أو كل العضو المصاب بالسرطان. فبالنسبة لسرطان الثدي، فيتم إزالة جزء (أو كل) من الثدي المصاب. و بالنسبة لسرطان البروستات، فقد تتم إزالة غدة البروستات كاملة. و لا يتم إجراء الجراحة في كل أنواع السرطان. و مثال على ذلك، أفضل طرق علاج سرطان الدم (اللوكيميا) هي بالأدوية.

و الكيمو (تقشير لمصطلح العلاج الكيميائي) هو استخدام الأدوية لقتل خلايا السرطان أو إبطاء معدل نموها. و يمكن اعطاء بعض أنواع العلاج الكيميائي على شكل مغذي وريدي (من خلال إبره يتم ادخالها في الوريد)، و بعضها الآخر على شكل حبوب يتم بلعها. و لأن أدوية العلاج الكيميائي تنتشر في كل أجزاء الجسم تقريباً، فهي تساعد في مكافحة حتى السرطان الذي يمكن أن ينتشر.

و يستخدم الاشعاع أيضا في قتل أو إبطاء نمو خلايا السرطان. و يمكن أن يتم استخدامها وحيدة أو مع الجراحة أو العلاج الكيميائي. و تلقي العلاج الكيميائي مشابه لعملية أخذ الأشعة السينية. و أحيانا يتم إعطائه بعملية غرس "طعم(مشع)" داخل منطقة السرطان لنشر الاشعاع داخل ورم السرطان.

"ما ساعدني هو أن أخذ وقتاً وخطوات إلى الوراء و رؤية الصورة الأكبر. وقد ساعدني الحصول على أجابات لأسئلتني الوصول إلى قرارات جيدة. فعلت ما أردت فعله و ما كنت احتاج إليه. فعلت ما جعلني اشعر بالراحة، و ليس ما ظن الآخرين أن عليّ أن افعله لارتاح."

كيفن، رجل تم شفاؤه (نجا) من السرطان.

ما هو العلاج الأفضل بالنسبة لي؟

سيعتمد علاج السرطان الذي أصابك على ما هو أفضل لحالتك. فإن بعض أنواع السرطان تستجيب بصورة أفضل للجراحة و أخرى تستجيب بصورة أفضل للعلاج الكيميائي أو الإشعاع. إن معرفة نوع السرطان الذي أصابك هي الخطوة الأولى في معرفة ما هو العلاج الذي يفضل استخدامه لك.

و معرفة مرحلة السرطان سيساعد الطبيب في اختيار أفضل علاج لك. و في المرحلتين 3 أو 4 فإن السرطان يستجيب بصورة أفضل لأنواع العلاج التي تعالج الجسد كاملا، مثل العلاج الكيميائي.

وستلعب صحتك و نوع العلاج الذي تفضله أيضاً دوراً في قرار نوعية علاج السرطان الذي ستلقاه. و كل أنواع العلاج ليست بالضرورة فعالة لنوع السرطان الذي قد اصبت به، فإسأل عن ما هي الخيارات المتوفرة لك. و لكل أنواع العلاج أعراض جانبية، فإسأل عما عليك توقعه عند تلقي كل نوع من العلاج.

لا تخاف أن تطرح الأسئلة فإنه من حقك أن تعلم أية أنواع من العلاج لها أكبر نسبة من الفعالية و ما هي الأعراض الجانبية التي قد تظهر مع كل نوع من العلاج.

لماذا حدث هذا لي؟

يسأل الكثير من المصابين بالسرطان "ما هو الخطأ الذي فعلته؟" أو "لماذا أصابني هذا؟" إن الأطباء لا يعلموا بالتأكيد ما سبب السرطان. و عندما لا يستطيع الطبيب أن يعطي السبب، فيقوم الأشخاص عادة باختلاق أسباب لما أصابهم.

و يظن البعض أنه تتم معاقبتهم لعمل قاموا به أو لم يقوموا به في السابق. و يتسائل البعض إن كانوا قد فعلوا شيئاً سبب لهم السرطان.

إن كنت تشعر بالمذكور أعلاه، فلست وحيداً. إن ظهور أفكار و اعتقادات مثل المذكورة أعلاه طبيعية لدى المصابين بالسرطان. يجب معرفة أن الإصابة بالسرطان لا تعتبر عقوبة لافعالك الماضية. و حاول إن لا تلوم نفسك أو أن تركز على الطرق التي كان يمكن لها أن تمنع الإصابة بالسرطان. إن إصابتك بالسرطان ليست ذنبك، و عادة لا توجد طريقة لمعرفة ما هو الذي تسبب في الإصابة به. فبدلاً من ذلك، ركز على العناية بنفسك جيداً في الوقت الحاضر.

ويمكن للجمعية الأمريكية للسرطان ان تخبرك المزيد عن السرطان و علاج السرطان. اتصل بنا على الرقم

1-800-227-2345 في أي وقت ليلاً أو نهاراً.

كيف تتحدث مع أحببتك بخصوص الإصابة بالسرطان

يمكن أن يصعب الحديث عن أصابتك بالسرطان حتى مع أحببتك. و ادراك أنك مصاب بالسرطان قد تنثير الكثير من المشاعر، مثل الحزن و الغضب و الخوف. و في بعض الاحيان يصعب معرفة ما هو شعورك، فما بالك التحدث للآخرين عنه.

و قد يصعب على أحببتك الحديث عن السرطان أيضاً. و ليس من السهل لهم أن يعرفوا ما هو الحديث المناسب و الذي سيحسن شعورك.

و هنا بعض النصائح التي قد تساعدك و تساعد أحببتك في التعامل مع إصابتك بالسرطان:

- تحدث إلى عائلتك و أصدقائك عن إصابتك بالسرطان في أسرع وقت تشعر فيه أنك تملك القوة الكافية لذلك. فإنهم سيعلمون أنك مصاب بالسرطان عاجلاً أم آجلاً. و قد يشعرون بالألم أو بأنه قد تمت نسيانهم إن لم يسمعوا عن الإصابة منك.
- و عندما تخبرهم، أشرح لهم نوع السرطان الذي قد أصبت به و ما هو العلاج الذي ستلقاه. و أخبرهم أنه لا يمكن لهم الإصابة به كعدوى منك.
- و اسمح للعائلة و الأصدقاء بأن يقوموا بمساعدتك و أخبرهم ما هو نوع المساعدة التي تحتاجها. إن تحتاج إلى من يوصلك إلى عيادة الطبيب أو المستشفى، أخبرهم بذلك. و إن كنت في حاجة إلى المساعدة في أعمال المنزل، أخبرهم بذلك أيضاً. و قد تكون هناك أوقاتا لا تعلم فيها ما تحتاجه في بعض الأحيان. و لا مانع في ذلك. أعلمهم أنك غير متأكد، و لكن بأنك ستخبرهم ما تحتاجه عندما تعلم ذلك.
- أخبر المقربين منك عن مشاعرك. و قد لا يكون ذلك سهلاً، و لكن قد يكون مهماً جداً أن تحصل على الدعم الذي تحتاجه عندما تكون في أمس الحاجة إليه. و إن كان يصعب عليك الحديث عن شعورك، فقد تستطيع إيجاد مجموعة داعمة أو استشاري نفسي لمساعدك.
- إن كان لديك أقرباء أو أصدقاء يقولوا لك أن "تبتهج" عندما لا تكون مسرورا (لرفع معنوياتك)، فلا مانع من أن تخبرهم أن عليهم فقط الاستماع، و بأن لا يخبروك بما عليك فعله (أو الشعور به). و في بعض الأحيان قد تحتاج أن تتحدث عن ما يحدث بدون أن تحصل على النصائح في المقابل.
- و إن كان لا يشعر البعض بعدم الراحة عند الحديث عن مشاعرك، فلا تستاء. حاول أن تتحدث مع آخرين قادرين على الاستماع إلى حديثك.
- و قد لا تستطيع القيام بالأشياء التي كنت تقوم بها قبل إصابتك بالسرطان. إن كان هذا هو الوضع، فأخبر عائلتك و أصدقائك بذلك.
- و يفضل ان يستمر أقربائك و أصدقائك في القيام بالأشياء التي كانوا يقومون بها قبل إصابتك بالسرطان. و يجب أن لا يشعروا بالذنب عن فعل ذلك.
- و إن كنت تشعر بالحزن أو الإكتئاب، تحدث إلى الطبيب أو الممرضة أو مرشد ديني. و تستطيع أيضا الاتصال بالجمعية الأمريكية للسرطان على الرقم 1-800-227-2345

"إن أول مرة تقول فيها 'أصبت بالسرطان' بصوت عالي هي أصعب مرة تقولها. و كلما قلنتها، تسهل فيها قول هذه الكلمات. و بالنسبة لي فكلما تحدثت أكثر عن سرطان الثدي الذي أصابني، أصبح من الأسهل لي أن أتقبل ما كان يمر بي. و وجدت أنه من الغريب أنه كان علي أن أحاول أن أرفع من معنويات أولئك الذين كنت أخبرهم بأنني مصابة بالسرطان."

هلين، امرأة تم شفاءها (نجت) من السرطان.

الكلمات التي قد تسمعها الخاصة بالسرطان

هنا بعض الكلمات التي قد تسمع فريق العناية الصحية يستخدمها.

حميد: ورم لا يوجد فيه سرطان

خزعة: أخذ عينة من النسيج لفحص خلاياه إن كانت تحتوي على السرطان أم لا.

www.cancer.org

1-800-227-2345

Language Arabic

Last Medical Review: 12/8/2015

Last Revised: 12/8/2015

2015 Copyright American Cancer Society

For additional assistance please contact your American Cancer Society
1-800-227-2345 or www.cancer.org