

ما الذي يجب أن تعرفه عن

# السرطان النخاعي المتعدد (Multiple Myeloma)





ما الذي يجب أن تعرفه عن السرطان النخاعي المتعدد

إعداد  
مكتب الاتصالات وتوعية المجتمع  
مركز الحسين للسرطان  
عمان- الأردن

ترجمة  
العربية للإعلام (معاذ بشقير ومشاركوه)  
عمان- الأردن

تمت هذه الترجمة من الكتيبات الصادرة عن  
المركز الوطني للسرطان  
الولايات المتحدة الأمريكية

٥	..... ما الذي يجب أن تعرفه عن السرطان النخاعي المتعدد
٥	..... ما هو السرطان النخاعي المتعدد
٧	..... الأعراض
٨	..... التشخيص
٨	..... المعالجة
١٠	..... الآثار الجانبية للمعالجة
١٢	..... العناية الداعمة
١٣	..... الخدمات المتوفرة لمرضى السرطان
١٣	..... الأسباب المحتملة
١٤	..... الرعاية المستمرة
١٥	..... التعايش مع السرطان
١٦	..... مصادر المعلومات



## ما الذي يجب أن تعرفه عن السرطان النخاعي المتعدد

يحتوي هذا الكتيب الصادر عن مركز الحسين للسرطان على معلومات هامة عن هذا المرض. ويبحث أسبابه المحتملة وأعراضه، وتشخيصه وطرق معالجته. كما يحتوي على معلومات لمساعدتك على مواجهة هذا المرض إذا أصابك أو أصاب شخصا تعرفه.

ترد أسماء بعض الكتيبات الأخرى الصادرة عن مركز الحسين للسرطان في باب "مصادر المعلومات". ولكن منشوراتنا لا تكفي للإجابة على جميع الأسئلة التي قد تتبادر إلى ذهنك حول السرطان النخاعي المتعدد (Multiple Myeloma) ومعالجته. لهذا فهي لا تحل محل الحديث مع الأطباء أو الممرضين أو أحد أعضاء فريق الرعاية الصحية. ولكننا نرجو أن تساعد معلوماتنا في إثراء هذه الأحاديث.

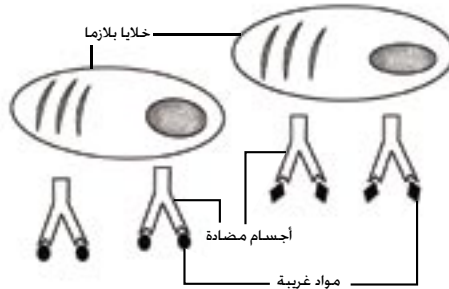
تواصل جهود الباحثين لإيجاد طرق أفضل لتشخيص السرطان النخاعي المتعدد ومعالجته. وتزداد معرفتنا بهذا المرض يوما بعد يوم. للحصول على أحدث المعلومات عن هذا المرض وغيره من أمراض السرطان يمكن الاتصال بمركز الحسين للسرطان (هاتف الخط المجاني للمعلومات عن السرطان 080022662) أو زيارة موقعه على شبكة الانترنت [www.khcc.com](http://www.khcc.com)

## ما هو السرطان النخاعي المتعدد؟

السرطان النخاعي المتعدد سرطان يصيب نوعا معينا من كريات الدم البيضاء وهي خلايا البلازما. ولفهم السرطان النخاعي المتعدد من المفيد أن نعرف ما هي الخلايا الطبيعية، خاصة خلايا البلازما. وماذا يحدث عندما تتحول إلى خلايا سرطان.

### الخلايا الطبيعية

يتكون الجسم من عدة أنواع من الخلايا لكل منها وظيفة محددة. ويتم إنتاج هذه الخلايا بطريقة منتظمة عندما يحتاج الجسم إليها. وهذه العملية تبقينا أصحاء.



تنتج خلايا البلازما بروتينات تسمى الأجسام المضادة التي تقيد المواد الغريبة لمقاومة العدوى والمرض

تعتبر خلايا البلازما وكريات الدم البيضاء الأخرى جزءا من جهاز المناعة الذي يحمي الجسم من العدوى والمرض. وتبدأ جميع كريات الدم البيضاء نموها في نخاع العظم، وهو نسيج طري شبه إسفنجي يوجد وسط العظام، لكن بعض كريات الدم البيضاء تنتقل من نخاع العظم إلى أماكن أخرى في الجسم حيث تنضج هناك، ويتطور بعضها إلى خلايا بلازما عندما يحتاج الجسم إليها لمقاومة المواد التي تسبب العدوى والمرض.

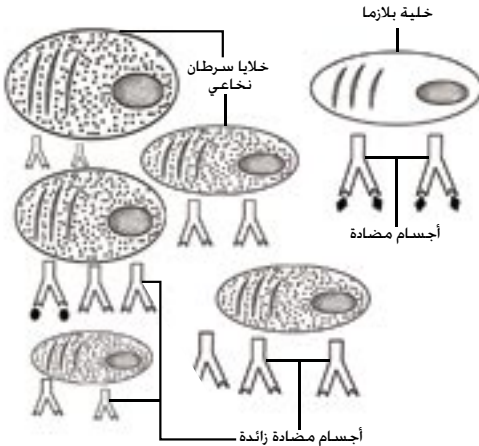
تقوم خلايا البلازما بإنتاج الأجسام المضادة، وهي عبارة عن بروتينات تنتقل من خلال مجرى الدم لمساعدة الجسم في التخلص من المواد الضارة. ويستجيب كل نوع من خلايا البلازما لنوع محدد من المواد بإنتاج كمية كبيرة من نوع واحد من الأجسام المضادة. وتعتبر هذه الأجسام المضادة على هذه المادة المحددة وتقضي عليها. ويستطيع الجسم مواجهة العديد من المواد لأنه يحتوي على عدة أنواع من خلايا البلازما.

## السرطان

السرطان عبارة عن مجموعة من الأمراض تجمع بينها صفة مشتركة وهي تكوّن خلايا شاذة بكميات كبيرة تعيق نمو الخلايا الطبيعية ووظائفها، ويمكن لهذه الخلايا الانتقال من جزء إلى آخر في الجسم.

## خلايا السرطان النخاعي

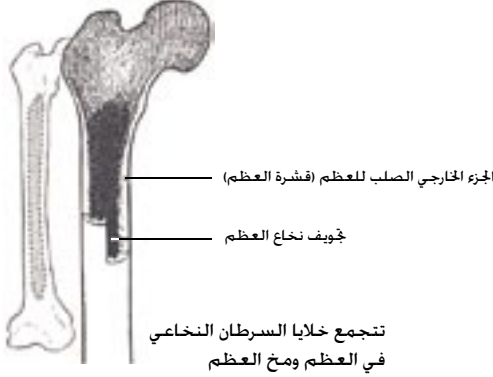
عندما يصيب السرطان خلايا البلازما يستمر الجسم بإنتاج المزيد من هذه الخلايا، وتسمى خلايا البلازما الزائدة، وكلها شاذة ومتشابهة تماما، بخلايا السرطان النخاعي.



تتجمع خلايا السرطان النخاعي في نخاع العظم وفي الجزء الخارجي الصلب للعظام (قشرة العظم)، وقد تتجمع هذه الخلايا في بعض الأحيان في عظم واحد وتكون كتلة واحدة أو ورما يسمى (ورم البلازمية). لكن خلايا السرطان النخاعي تتجمع في معظم الأحيان في عدة عظام مكونة عدة أورام غالبا ومسببة لمشاكل أخرى. وعندما يحدث هذا يسمى المرض بالسرطان النخاعي المتعدد الذي يتناوله هذا الكتاب بشكل رئيسي.

عند إصابة الجسم بالسرطان النخاعي المتعدد يقوم الجسم بإنتاج عدد كبير من خلايا البلازما خلايا السرطان النخاعي التي تنتج أجساما مضادة لا يحتاجها الجسم

(من المهم أن نعرف أن السرطان يصنف على أساس نوع الخلية أو جزء الجسم الذي يبدأ فيه. فرغم أن ورم البلازمية والسرطان النخاعي المتعدد يؤثران على العظام. إلا أنهما يبدآن في خلايا جهاز المناعة. لهذا يختلفان عن سرطان العظام الذي يبدأ فعليا في الخلايا التي تشكل الجزء الخارجي الصلب للعظم (قشرة العظم). وتنبع أهمية هذه الحقيقة من اختلاف طريقة تشخيص ورم البلازمية والسرطان النخاعي المتعدد ومعالجتهما عن طريقة تشخيص سرطان العظام ومعالجته.)



نظرا لاحتواء جسم المصاب بالسرطان النخاعي المتعدد على عدد هائل من خلايا البلازما المتشابهة. فإنه يحتوي أيضا على عدد كبير من أجسام مضادة من نوع واحد. ويمكن لهذه الخلايا والأجسام المضادة أن تسبب مشاكل صحية خطيرة:

- تؤدي زيادة خلايا البلازما إلى تلف العظام وضعفها. مما يسبب آلاما. وكسورا في بعض الأحيان. وقد يسبب ألم العظام صعوبة في الحركة.
- يؤدي تلف العظام إلى انطلاق الكالسيوم في الدم مما يسبب فرط الكالسيوم (ارتفاع نسبة الكالسيوم في الدم). الذي يسبب فقدان الشهية والغثيان والقيء والإجهاد وضعف العضلات والقلق والارتباك.
- تعيق خلايا السرطان النخاعي نخاع العظم عن إنتاج خلايا البلازما الطبيعية وكريات الدم البيضاء الأخرى التي يحتاجها جهاز المناعة. وبالتالي تضعف قدرة الجسم على مقاومة العدوى والمرض.
- قد تمنع خلايا السرطان أيضا نمو كريات دم حمراء جديدة مما يسبب فقر الدم وبالتالي شعور المريض بإعياء وضعف شديدين.
- قد يواجه مريض السرطان النخاعي المتعدد مشكلات خطيرة في الكليتين. حيث قد تؤدي زيادة بروتينات الأجسام المضادة والكالسيوم في الدم إلى إعاقة الكليتين عن تنقية الدم وتنظيفه بالشكل الملائم.

## الأعراض

تعتمد أعراض السرطان النخاعي المتعدد على مرحلة المرض. فقد لا تظهر للمريض أي أعراض في مراحله المبكرة. وعندما تبدأ الأعراض بالظهور يشعر المريض بألم في العظام. خاصة في الظهر والأضلاع. وقد يتعرض المريض أيضا إلى تكسر العظام ويشعر بضعف أو إجهاد أو نقص وزنه أو قد يعاني من تكرار العدوى. أما في مراحل المرض المتقدمة فقد تشمل الأعراض الغثيان والتقيؤ والإمساك ومشاكل في التبول والشعور بخدر وضعف في الساقين. لكن هذه الأعراض ليست مؤشرات أكيدة على

الإصابة بالسرطان النخاعي المتعدد. فقد تكون أعراض لمشاكل صحية أخرى. لذا يجب على من تظهر لديه هذه الأعراض مراجعة الطبيب لأنه الوحيد الذي يستطيع أن يبين سببها.

## التشخيص

قد يكتشف السرطان النخاعي المتعدد خلال الفحص الدوري قبل شعور المريض بأعراضه. وعندما تظهر الأعراض يستفسر الطبيب عن التاريخ الطبي الشخصي والعائلي ويجري للمريض فحصا جسمانيا كاملا لفحص مؤشرات الصحة العامة. وقد يطلب المريض إضافة إلى ذلك إجراء عدد من الفحوص لمعرفة سبب هذه الأعراض. إذا كان المريض يشعر بالألم في العظم فإن التصوير بالأشعة السينية يمكن أن يبين إذا كانت هناك كسور أو تلف في العظام أم لا. كما يتم فحص عينات من دم المريض وبوله للتحقق من وجود نسب عالية من بروتينات الأجسام المضادة التي تدعى بروتينات "أم"

وقد يقوم الطبيب أيضا بشفط نخاع العظم و/أو خزعة نخاع العظم للتحقق من وجود خلايا السرطان النخاعي. في فحص الشفط يقوم الطبيب بإدخال إبرة في عظم الورك أو عظم الصدر لسحب عينة من سائل نخاع العظم وخلاياه. أما في فحص الخزعة فتستخدم إبرة أكثر سماكة لاستئصال عينة نسيج صلب من نخاع العظم. ويقوم اختصاصي الأنسجة بفحص هذه العينات تحت المجهر لتقصي خلايا السرطان النخاعي.



يحتاج الطبيب إلى معرفة مرحلة المرض ومدى انتشاره لوضع خطة معالجة للمريض. ويعتبر تتبع تطور المرض محاولة دقيقة لمعرفة أجزاء الجسم التي تأثرت بالسرطان. حيث تعتمد قرارات المعالجة على هذه النتائج. تساعد نتائج الفحوص الطبية وفحوص الدم وفحوص نخاع العظم الطبيب على تحديد مرحلة المرض. كما تحتاج عملية تتبع تطور المرض عادة إلى مجموعة من صور الأشعة السينية لتحديد عدد الأورام في العظام وأحجامها. وفي بعض الحالات قد يستلزم الأمر استخدام التصوير بالرنين المغناطيسي عند الحاجة إلى لمقطات مقربة للعظام.

## المعالجة

تعتمد طريقة المعالجة على مرحلة السرطان وأعراضه. كما يضع الطبيب في اعتباره عمر المريض ووضعه الصحي العام. وقد يرغب العديد من المرضى بمعرفة كل ما يمكنهم عن مرضهم وخيارات المعالجة الممكنة بحيث يكون لهم دور فعال في اتخاذ القرارات المتعلقة برعايتهم الطبية. كما يرغبون بطرح العديد من الأسئلة المهمة المتعلقة بصحتهم. والطبيب هو أفضل من يجيب عليها. إذ يرغب معظم المرضى في معرفة مرحلة السرطان وكيف يمكن معالجته ومدى فعالية المعالجة وما هي تكاليفها المتوقعة.

وهذه بعض الأسئلة التي قد يرغب المريض بطرحها على الطبيب:

- ما هي خيارات معالجتني؟
- ما هي الفوائد المتوقعة للمعالجة؟
- ما هي المخاطر والآثار الجانبية المتوقعة للمعالجة؟
- كيف ستساعدني إذا شعرت بألم؟
- هل ستؤثر المعالجة على نشاطاتي الاعتيادية؟
- ما مدى حاجتي للفحوص الدورية؟

يجد العديد من المرضى أنه من المفيد إعداد قائمة بالأسئلة قبل موعد زيارة الطبيب. وللمساعدة على تذكر ما يقوله الطبيب. قد يرغب المريض بتدوين بعض الملاحظات. وقد يرغب البعض بصطحاب أحد الأصدقاء أو الأصدقاء أثناء الحديث مع الطبيب. للمشاركة في النقاش أو لمجرد الاستماع.

هناك الكثير مما يمكن معرفته عن السرطان ومعالجته. ولكن المريض لا يحتاج إلى طرح جميع أسئلته مرة واحدة. حيث ستتاح له فرص أخرى ليطلب من الطبيب شرح بعض الأمور الغامضة والحصول على مزيد من المعلومات.

## طرق المعالجة

يعتبر ورم البلزمية والسرطان النخاعي المتعدد من الأمراض التي يصعب شفاؤها. ورغم انه قد لا تظهر أي أعراض لدى مرضى ورم البلزمية لفترة طويلة بعد المعالجة. إلا أن العديد منهم يصابون بسرطان نخاعي متعدد في آخر الأمر. وتساعد المعالجة مرضى السرطان النخاعي المتعدد على تحسين نوعية حياتهم بالسيطرة على أعراض المرض ومضاعفاته.

لا يتلقى المصابون بالسرطان النخاعي المتعدد معالجة عادة إذا لم تظهر لديهم أعراض المرض. فبالنسبة لهؤلاء تفوق مخاطر المعالجة وآثارها الجانبية الفوائد المرجوة منها. لكنهم يبقون تحت المراقبة وتبدأ معالجتهم فور ظهور أي أعراض. يعالج مرضى السرطان النخاعي المتعدد بالمعالجة الكيماوية عادة و بالمعالجة بالأشعة أحيانا.

## • المعالجة الكيماوية

هي استخدام الأدوية لمعالجة السرطان. وهي الطريقة الرئيسية لمعالجة مرضى السرطان النخاعي المتعدد. وقد يصف الأطباء نوعين أو ثلاثة من الأدوية التي تعمل معا للقضاء على خلايا السرطان النخاعي المتعدد. ويتم تناول العديد من هذه الأدوية عن طريق الفم عادة. إلا أن بعض الأدوية الأخرى تحقن في أحد الأوعية الدموية. وفي كلتا الطريقتين تنتقل هذه الأدوية عبر مجرى الدم وتصل إلى خلايا السرطان النخاعي في جميع أجزاء الجسم. ولهذا تدعى المعالجة الكيماوية بالمعالجة الجهازية.



تعطى مضادات السرطان للمرضى على فترات، أي فترة معالجة تليها فترة راحة، ثم فترة معالجة أخرى تليها فترة راحة وهكذا. ويتلقى معظم المرضى المعالجة الكيماوية في منازلهم أو في قسم المرضى الخارجيين في المستشفى أو في عيادة الطبيب. لكن المريض قد يحتاج إلى المكوث في المستشفى أثناء المعالجة. ويتقرر هذا اعتماداً على وضعه الصحي ونوع الدواء.

### • المعالجة بالأشعة

تستخدم المعالجة بالأشعة أشعة عالية الطاقة للقضاء على خلايا السرطان ووقف نموها. حيث يستخدم جهاز خاص لتسليط الأشعة على الورم والمنطقة المجاورة له. وتعتبر المعالجة بالأشعة معالجة موضعية لأنها تؤثر على خلايا السرطان في منطقة المعالجة فقط.

تعتبر المعالجة بالأشعة المعالجة الرئيسية للمصابين بورم البليزية الأحادي. حيث يتم تلقي المعالجة يوميا لمدة 4-5 أسابيع في قسم المرضى الخارجيين في المستشفى.

أما مرضى السرطان النخاعي المتعدد فتتم معالجتهم بالأشعة إلى جانب المعالجة الكيماوية في بعض الأحيان. وذلك للسيطرة على نمو الورم في العظام ولتخفيف الألم الذي ينجم عن هذه الأورام. وتستمر المعالجة لأسبوع أو أسبوعين عادة.

### الآثار الجانبية للمعالجة

تعتبر الأساليب المستخدمة في معالجة السرطان النخاعي المتعدد قوية جدا. ويمكن للمعالجة أن تساعد على تحسين وضع المريض بتسكين أعراض كألم العظام. ومع ذلك فإن معالجة السرطان قد تسبب بعض الآثار الجانبية غير المرغوبة غالباً لأنها قد تؤدي إلى تلف بعض الخلايا والأنسجة السليمة إضافة إلى خلايا السرطان.

تختلف الآثار الجانبية للمعالجة من شخص لآخر. حتى أنها يمكن أن تختلف ما بين جلسة معالجة وأخرى. ويحاول الأطباء وضع خطة معالجة تحد من الآثار الجانبية قدر المستطاع. كما يراقبون المريض بعناية شديدة ليستطيعوا المساعدة فور ظهور أي مشكلة.

تعتمد الآثار الجانبية للمعالجة الكيماوية على نوع الدواء المستخدم. وتؤثر الأدوية المضادة للسرطان بشكل عام على خلايا الجسم سريعة النمو. مثل كريات الدم التي تقاوم العدوى والخلايا المبطنة للجهاز الهضمي وخلايا منابت الشعر. ونتيجة ذلك تقل مقاومة الجسم للعدوى كما أن المريض قد يشعر بفقدان الشهية أو الغثيان أو التقيؤ أو تظهر تقرحات في فمه ويتساقط شعره. وقد يشعر أيضا بانخفاض طاقته. أن "بريدنيسون" هو أحد الأدوية التي تستخدم لمعالجة السرطان النخاعي المتعدد. ومن الآثار الجانبية لهذا الدواء انتفاخ الوجه والقدمين وحرقة المعدة وتقلبات المزاج والتلملل وحب الشباب. وتختفي الآثار الجانبية للمعالجة الكيماوية عادة بمرور الوقت بعد انتهاء المعالجة.

قد تؤدي المعالجة بالأشعة إلى شعور المريض بإرهاق شديد. خاصة خلال أسابيع المعالجة الأخيرة. ورغم أهمية الراحة في هذه الحالة. إلا أن الأطباء ينصحون المرضى عادة بمحاولة الحفاظ على نشاطهم قدر المستطاع. كما يمكن أن يصبح جلد منطقة المعالجة احمر اللون. لذا يجب تجنب تعرض الجلد للهواء مع وقايته من أشعة الشمس. كما يجب على المرضى عدم ارتداء ملابس يمكن أن تحتك بجلد منطقة المعالجة. ويجب عدم استخدام أي غسول مرطب أو كريم دون استشارة الطبيب. وقد تنتج عن المعالجة آثار جانبية أخرى اعتمادا على منطقة المعالجة. على سبيل المثال تسبب معالجة منطقة أسفل الظهر الغثيان والتقيؤ أو الإسهال بسبب تعرض الجزء الأسفل من الجهاز الهضمي للأشعة. ويستطيع الطبيب غالبا أن يصف دواء أو يوصي بتغييرات على النظام الغذائي للمريض لتخفيف هذه المشكلات. وتختفي الآثار الجانبية تدريجيا عادة بعد انتهاء المعالجة.

قد يكون فقدان الشهية مشكلة لمرضى السرطان النخاعي المتعدد. فالإنسان لا يشعر برغبة في تناول الطعام عندما يكون منزعجا أو متعبا. كما أن بعض الآثار الجانبية لمعالجة السرطان. كالغثيان والتقيؤ. قد تجعل تناول الطعام صعبا. إلا أن المرضى الذين يأكلون جيدا يشعرون بتحسّن وزيادة طاقتهم. لهذا تعتبر التغذية مهمة في مثل هذه الحالات. فالتغذية الجيدة تعني الحصول على ما يكفي من السرعات الحرارية والبروتين لمنع نقصان الوزن واستعادة القوة وإعادة بناء الأنسجة الطبيعية. ويوجد العديد من المرضى أن تناول عدة وجبات صغيرة وخفيفة أثناء اليوم أفضل من تناول ثلاث وجبات منتظمة.

بمقدور الطبيب أو الممرضة أو اختصاصي التغذية شرح الآثار الجانبية المحتملة للمعالجة. واقتراح طرق لمواجهتها. كما يوفر مركز الحسين للسرطان كتيبات مفيدة عن معالجة السرطان وكيفية مواجهة آثاره الجانبية مثل كتيب "أنت والمعالجة الكيماوية" وكتيب "أنت والمعالجة بالأشعة" وكتيب "السرطان والتغذية".

## العناية الداعمة

قد تؤثر مضاعفات السرطان النخاعي المتعدد على العديد من أجزاء الجسم. وتساعد المعالجة الكيميائية والمعالجة بالأشعة غالبا على السيطرة على مضاعفات كالألم وتضرر العظام ومشكلات الكليتين. ومع ذلك يحتاج معظم المرضى إلى معالجة إضافية من وقت لآخر للسيطرة على هذه المشكلات والمشكلات الأخرى التي يسببها المرض. ويسمى هذا النوع من المعالجة والذي يهدف إلى توفير الراحة للمرضى وتحسين نوعية حياتهم بالمعالجة الداعمة.

كثيرا ما يشعر مرضى السرطان النخاعي المتعدد بالألم بسبب تضرر العظام أو ضغط الأورام على الأعصاب. لذا ينصح الأطباء المرضى في أغلب الأحيان بتناول مسكنات ألم و/أو استخدام حمالة أو مسند للظهر أو العنق لتخفيف الألم. كما يجد بعض المرضى أن الاسترخاء أو التأمل من الوسائل التي قد تساعد في تخفيف الألم. يتناول كتيب "السيطرة على الألم" هذه الطرق وغيرها من الطرق المستخدمة لتسكين الألم.

تعتبر الوقاية من كسور العظام أو معالجتها جزءا مهما آخر من العناية الداعمة. ويشجع الأطباء والممرضون المرضى على النشاط إذا أمكن ذلك. لأن التمارين يمكن أن تقلل فقدان الكالسيوم من العظام. وقد يقوم الطبيب باقتراح مجموعة من التمارين المناسبة. وإذا أصيب المريض بكسر في عظم معين. خاصة في العمود الفقري. فقد يضطر الجراح إلى إجراء عملية لاستئصال أكبر قدر ممكن من السرطان ولتقوية العظم.

قد يوصف لمن يعانون من فرط الكالسيوم دواءً لتخفيض نسبة الكالسيوم في الدم. وينصح هؤلاء بتناول كمية كافية من السوائل يوميا. وقد يحتاج البعض إلى تناول السوائل عن طريق الوريد. حيث تساعد الكميات الوفيرة من السوائل الكليتين على التخلص من الكالسيوم الزائد كما تساعد على الحد من المشكلات الأخرى التي قد تنجم عن تجمع الكالسيوم في الكليتين.

قد يحتاج المريض لإجراء تنقية للدم (غسيل كلوي) أو تنقية البلازما إذا لم تقم الكليتين بعملهما جيدا. يمر دم المريض أثناء تنقية الدم من خلال جهاز يقوم بإزالة المواد الضارة (الفضلات). ثم يعاد الدم إلى جسم المريض بعد تنقيته. أما في تنقية البلازما فيتم التخلص من الأجسام المضادة الزائدة التي تنتجها خلايا السرطان النخاعي. وتؤدي هذه العملية إلى تخفيف كثافة الدم مما يسهل عمل الكليتين والقلب.

يؤدي السرطان النخاعي المتعدد إلى إضعاف جهاز المناعة. لذا يجب على المرضى أن يقوا أنفسهم من العدوى. كما عليهم الابتعاد عن الأماكن المزدحمة وعن المصابين بالزكام أو الأمراض المعدية الأخرى. ويجب إبلاغ الطبيب عن أي مؤشرات للعدوى (الحمى أو التهاب الحلق أو السعال) فورا. وتتم معالجة الأشخاص الذين تنتقل إليهم العدوى بالمضادات الحيوية أو الأدوية الأخرى.

قد يحتاج المصابين بفقر الدم إلى نقل كريات دم حمراء. حيث أن نقل الدم يمكن أن يساعد على تخفيف ضيق التنفس والإجهاد الذين يمكن أن يسببهما فقر الدم.

## الخدمات المتوفرة لمرضى السرطان

يعتبر العيش مع مرض خطير أمرا صعبا جدا. لذا يواجه مرضى السرطان ومن يهتمون بهم العديد من المشكلات والتحديات. ويمنحهم توفير المعلومات المفيدة وخدمات الدعم القوة لمواجهة هذه الصعوبات.

يستطيع الطبيب أن يشرح كل ما يتعلق بالمرض ويقدم نصائح بخصوص المعالجة والعمل ونشاطات أخرى. وقد يرغب المريض أيضا ببحث مخاوفه حول المستقبل والعلاقات العائلية والأمور المالية. وقد يساعد التحدث مع الممرض أو المرشد الاجتماعي بخصوص ذلك.

يمكن للأصدقاء والأقارب أن يقدموا دعما كبيرا في هذا المجال. ومن المفيد للعديد من المرضى أن يتدارسوا مخاوفهم مع غيرهم من مرضى السرطان. حيث يلتقي مرضى السرطان عادة من خلال مجموعات الدعم. ويستطيعون تبادل خبراتهم حول كيفية مواجهتهم للمرض وتأثير المعالجة عليهم. رغم ذلك فإن من المهم أن نضع في اعتبارنا أن كل مريض يختلف عن الآخر. وأن المعالجات وطرق التعامل مع السرطان التي تنجح مع مريض معين قد لا تناسب مريضا آخر. حتى لو كانا مصابين بنوع السرطان نفسه. ويستحسن دائما بحث نصائح الأصدقاء وأفراد العائلة مع الطبيب.

## الأسباب المحتملة

يواصل العلماء في المستشفيات وكليات الطب ومختبرات الأبحاث دراسة السرطان النخاعي المتعدد. وحاليا لا يعرف أحد أسباب هذا المرض أو كيفية الوقاية منه. لكن من المعروف انه غير معد أي لا يمكن أن ينتقل من شخص لآخر.

بالرغم من انه لا يمكن تفسير إصابة شخص ما بالسرطان النخاعي المتعدد وعدم إصابة آخر. إلا أنه من المعروف أن معظم المصابين بالسرطان النخاعي المتعدد تتراوح أعمارهم ما بين ٥٠-٧٠ عاما. وأن ذوي البشرة الداكنة أكثر عرضة للإصابة به من ذوي البشرة البيضاء. كما يصيب هذا المرض الرجال أكثر من النساء.

لقد توصلت بعض الدراسات إلى أن هناك عوامل خطورة محددة تزيد فرص الإصابة بالسرطان النخاعي المتعدد. فعلى سبيل المثال. تؤثر خلفية عائلة الشخص على فرصة إصابته بالسرطان النخاعي المتعدد. فاحتمال إصابة أبناء المريض أو اخوته أو أخواته أكثر قليلا من الآخرين. كما أن المزارعين والعاملين في حقول البترول الذين يتعرضون لمواد كيميائية معينة أكثر عرضة من المعدل للإصابة بالسرطان النخاعي المتعدد. إضافة إلى أن من يتعرضون لكميات كبيرة من الأشعة (كالنارجين من انفجارات القنبلة الذرية في اليابان) أكثر عرضة للإصابة بالسرطان النخاعي المتعدد.

ويخشى العلماء من أن من يتعرضون لكميات اقل من الأشعة ( كاختصاصيي الأشعة والعاملين في المفاعلات النووية) قد يكونون اكثر عرضة أيضا للإصابة بالسرطان النخاعي المتعدد. وحتى الآن. لم يتوصل العلماء إلى دليل علمي واضح على أن التصوير بالأشعة مرات عديدة يزيد فرص الإصابة بهذا المرض. والحقيقة أن معظم الأشخاص يخضعون للتصوير بالأشعة السينية مرات قليلة نسبيا. ويعتقد العلماء أن فوائد التصوير بالأشعة السينية تفوق مخاطر الإصابة بالسرطان النخاعي المتعدد.



في معظم الحالات لا تنجم الإصابة بالسرطان النخاعي المتعدد عن عوامل خطيرة واضحة. فقد يكون المرض نتيجة عدة عوامل معا (معروفة و/أو غير المعروفة).

## الرعاية المستمرة

تعتبر متابعة الرعاية المنتظمة مهمة لمرضى السرطان النخاعي المتعدد. وبشكل عام تشمل الفحوص الدورية الفحص الجسماني والتصوير بالأشعة السينية وفحوص الدم والبول. حيث تساعد الفحوص المنتظمة الطبيب على كشف أي مشكلة تحدث ومعالجتها فورا. ومن المهم أيضا أن يقوم المريض بإبلاغ الطبيب عن أي أعراض أو مشكلات تظهر بين الفحص والآخر.

## التعايش مع السرطان

قد يغير تشخيص السرطان النخاعي المتعدد حياة المريض ومن يهتمون به. وقد يصعب التعامل مع مثل هذه التغييرات. فمن الشائع أن يشعر المريض وأسرته وأصدقائه بالعديد من المشاعر الغريبة والمشوشة أحيانا.

كما قد يشعر المريض ومحبيه بالخوف والغضب والإحباط. وتعتبر هذه المشاعر طبيعية بالنسبة لمن يواجهون مشكلة صحية خطيرة. يواجه معظم الناس مشاكلهم بشكل افضل إذا استطاعوا ان يشاركوا القريبين منهم بأفكارهم ومشاعرهم. حيث أن هذه المشاركة يمكن أن تساعد على ارتياح الجميع وتتيح الفرصة للآخرين لإظهار اهتمامهم وتقديم دعمهم.

من الشائع أيضا أن يشعر المريض بقلق بالنسبة للفحوص والمعالجة والمكوث في المستشفى ونفقات المعالجة. ويستطيع الطبيب أو الممرض أو المرشد الاجتماعي وغيرهم من أعضاء فريق الرعاية الصحية مساعدته على تهدئة هذه المخاوف وتخفيف الارتباك. كما يمكنهم تقديم معلومات واقتراح مصادر دعم.

من الطبيعي أيضا أن يقلق المرضى وأسرهم بالنسبة لما يخبؤه المستقبل لهم. لهذا قد يلجا البعض إلى استخدام الإحصائيات أحيانا لمعرفة فرص الشفاء أو كم يمكن أن يعيش المريض. إلا أن من المهم أن نتذكر أن الأرقام الإحصائية عبارة عن معدلات مستخلصة من حالات عدد كبير من المرضى. لهذا لا يمكن استخدامها للتنبؤ بما يمكن أن يحدث لشخص معين لعدم تشابه حالات مرضى السرطان. والطبيب المشرف على حالة المريض ويعرف تاريخه الطبي هو افضل من يستطيع بحث فرص الشفاء (التكهن) مع المريض. على المريض أن لا يشعر بحرج من سؤال الطبيب عن تكهناته. رغم أن الطبيب قد لا يعرف ماذا يمكن أن يحدث. وقد يتحدث الأطباء عن فرص هدأة المرض أو سكونه. كما قد يتحدثون عن السيطرة على السرطان النخاعي المتعدد وليس عن الشفاء منه. حتى لو كانت استجابة المرضى للمعالجة جيدة. وهم يستخدمون هذه المصطلحات لان المرض يمكن أن يتفاقم في وقت لاحق.

## مصادر المعلومات

في حال رغب القارئ الكريم في الحصول على مزيد من المعلومات ذات صلة بالسرطان. في هذه الحالة ستجد المساعدة المطلوبة لدى مكتب الاتصالات وتوعية المجتمع في مركز الحسين للسرطان على النحو التالي:

· عن طريق الهاتف: حيث يقدم مكتب توعية المجتمع للمرضى وعائلاتهم وللجمهور عموماً معلومات دقيقة عن مرض السرطان على الهاتف المجاني رقم (080022662).

· عن طريق الإنترنت: [www.khcc.jo](http://www.khcc.jo) الموقع الرئيسي لمركز الحسين للسرطان ويحتوي معلومات عن المركز والبرامج التي يقدمها.

· عن طريق الفاكس +962-6-5300 465

· عن طريق المنشورات والكتيبات: حيث يتوفر لدى مكتب الاتصالات وتوعية المجتمع التابع لمركز الحسين للسرطان القائمة التالية من هذه الكتيبات:

١ سرطان عنق الرحم	٢١ الأورام القتامينية
٢ سرطان الحنجرة	٢٢ سرطان الدم
٣ سرطان المعدة	٢٣ السرطان المتقدم
٤ سرطان الكلية	٢٤ السيطرة على الألم
٥ سرطان البروستاتة	٢٥ المواجهة
٦ سرطان الرئة	٢٦ عندما يعود السرطان
٧ سرطان المثانة	٢٧ أنت والمعالجة بالأشعة
٨ سرطان الغدة الدرقية	٢٨ سرطان الرحم
٩ سرطان الفم	٢٩ أنت والمعالجة الكيماوية
١٠ سرطان الجلد	٣٠ لنجعل السرطان أقل ألماً
١١ سرطان المبيضين	٣١ التغذية والسرطان
١٢ سرطان الكبد	٣٢ سرطان الثدي. الفحص الذاتي وصورة الثدي الشعاعية
١٣ سرطان الثدي	٣٣ مسحة عنق الرحم فحص بسيط فلا تقلقي
١٤ سرطان البنكرياس	٣٤ الحياة بعد العلاج من السرطان
١٥ سرطان المريء	٣٥ سرطان القولون
١٦ سرطان الشامة والوحمة	٣٦ سرطان الخصية
١٧ أورام الدماغ	٣٧ سرطان العظام
١٨ الأورام الليمفاوية عدا "هودجكين"	
١٩ مرض "هودجكين"	
٢٠ السرطان النخاعي المتعدد	

لقد تم إصدار هذه الكتيبات لتثقيف وتوعية المرضى وذوهم وكذلك المراجعين. حول مرض السرطان ليستسنى لهم مواجهته. فأعدناها لتشمل جميع النواحي المتعلقة بهذا المرض من حيث الأعراض والتشخيص والعلاج وكيفية التعامل مع الأعراض الجانبية للعلاج بالإضافة إلى كتيبات تتعلق بكل مرض من امراض السرطان على حده.

ولكي يتسنى لنا تحقيق التواصل معكم في تحديث نشراتنا وموادنا التثقيفية وتوزيعها. فيرجى منكم الإجابة على الأسئلة التالية لتقييم أعمالنا. ووضع هذه الورقة في الصندوق الخاص بقسم الاتصالات وتوعية المجتمع.

مع الشكر

اسم الكتيب الذي قرأته:

هل قمت بقراءة هذا الكتيب:  نعم  لا

إذا كانت الإجابة بنعم الرجاء الإجابة عن الأسئلة التالية:

١. من في رأيك المستفيد من هذه الكتيبات:  المريض  أهل المريض  الأشخاص غير المصابين

٢. كيف تجد هذا الكتيب من حيث؟

- الحجم
  - الشكل
  - اللغة
  - المحتوى
  - الفهم
  - الوضوح
  - البساطة
- |                                 |                               |                                 |                                |
|---------------------------------|-------------------------------|---------------------------------|--------------------------------|
| ممتازة <input type="checkbox"/> | جيدة <input type="checkbox"/> | متوسطة <input type="checkbox"/> | ضعيفة <input type="checkbox"/> |
| ممتازة <input type="checkbox"/> | جيدة <input type="checkbox"/> | متوسطة <input type="checkbox"/> | ضعيفة <input type="checkbox"/> |
| ممتازة <input type="checkbox"/> | جيدة <input type="checkbox"/> | متوسطة <input type="checkbox"/> | ضعيفة <input type="checkbox"/> |
| ممتازة <input type="checkbox"/> | جيدة <input type="checkbox"/> | متوسطة <input type="checkbox"/> | ضعيفة <input type="checkbox"/> |
| ممتازة <input type="checkbox"/> | جيدة <input type="checkbox"/> | متوسطة <input type="checkbox"/> | ضعيفة <input type="checkbox"/> |
| ممتازة <input type="checkbox"/> | جيدة <input type="checkbox"/> | متوسطة <input type="checkbox"/> | ضعيفة <input type="checkbox"/> |

٣. إلى أي مدى ترى بأن المعلومات التي يتناولها هذا الكتيب ذات صلة بأولويات وحاجات المريض؟  ممتازة  جيدة  متوسطة  ضعيفة

٤. هل تشعر بأن هذا الكتيب قد ساهم في زيادة معرفتك بالموضوع الذي يطرحه؟  إلى حد كبير  إلى حد ما  قليلا  أبدا

٥. إلى أي مدى كانت المعلومات المطروحة في هذه الكتيبات ذات فائدة لكم؟  إلى حد كبير  إلى حد ما  قليلا  أبدا

٦. هل تعتقد بأن هذا الكتيب شمل كافة النواحي التي تتعلق بموضوعه؟  إلى حد كبير  إلى حد ما  قليلا  أبدا

٧. هل أجاب هذا الكتيب على جميع استفساراتك حول الموضوع الذي يتناوله؟  إلى حد كبير  إلى حد ما  قليلا  أبدا

ملاحظات أخرى:

---



---



---



---



## ما يعجز عنه السرطان؟

إن السرطان محدود القدرة

لا يمكنه أن يشل الحب

لا يمكنه أن يحطم الأمل

لا يمكنه أن يفسد الإيمان

لا يمكنه أن يدمر السلام

لا يمكنه أن يقتل الصداقة

لا يمكنه أن يقمع الذكريات

لا يمكنه أن يسكت الشجاعة

لا يمكنه أن يغزو الروح

لا يمكنه أن يسلب الحياة الآخرة

لا يمكنه أن يتغلب على العزيمة



## لأن حياتنا تستحق فلنتغلب على السرطان

مؤسسة الحسين للسرطان  
King Hussein Cancer Foundation



مركز الحسين للسرطان  
King Hussein Cancer Center

3rd circle - Sharif Hussein Bin Ali St.  
P.O.Box 35102, Amman 11180, Jordan  
Tel: ( 9626 ) 4617555 Fax: ( 9626 ) 4618999  
E-mail: info@khcf.jo

الدوار الثالث - شارع الشريف حسين بن علي  
ص.ب. ٣٥١٠٢، عمان، ١١١٨٠، الأردن  
تلفون: ٤٦١٧٥٥٥ (٩٦٢٦)  
فاكس: ٤٦١٨٩٩٩ (٩٦٢٦)

Queen Rania Al-Abdullah St.  
P.O.Box 1269, Amman 11941, Jordan  
Tel: ( 9626 ) 5300460 Fax: ( 9626 ) 5342567  
E-mail: info@khcc.jo

شارع الملكة رانيا العبدالله  
ص.ب. ١٢٦٩، عمان ١١٩٤١، الأردن  
تلفون: ٥٣٠٠٤٦٠ (٩٦٢٦)  
فاكس: ٥٣٤٢٥٦٧ (٩٦٢٦)