بعد تشخيص سرطان عنق الرحم

إذا تم إخبارك بأن لديكِ سرطان عنق الرحم، فمن المحتمل أنكِ قد خضعتِ لتنظير المهبل (اختبار للنظر عن كثب في عنق الرحم) وإجراء خزعة عنق الرحم (اختبار يتطلب استئصال بعض الأنسجة للتحقق من السرطان). ربما تم إجراء اختبارات أخرى على الخلايا السرطانية للتحقق من وجود تغييرات معينة في البروتين والجينات. كما قد يكون لديكِ المزيد من الفحوصات أو الإجراءات لمعرفة ما إذا كان السرطان قد انتشر. وتساعد هذه الاختبارات طبيبكِ على معرفة نوع سرطان عنق الرحم الذي تعانين منه ومرحلة الإصابة والعلاج الذي قد يساعد.

هناك العديد من الطرق لعلاج سرطان عنق الرحم، بما في ذلك الجراحة والإشعاع والأدوية التي تشمل العلاج الكيميائي أو العلاج بالعقاقير المُوَجَّهة أو العلاج المناعي. في كثير من الأحيان، هناك حاجة إلى أكثر من نوع واحد من العلاج. ويعتمد العلاج في الغالب على نوع ومرحلة سرطان عنق الرحم. تعتمد خيارات العلاج الخاصة بكِ أيضاً على نتائج الاختبارات على الخلايا السرطانية والمشاكل الصحية التي قد تواجهيها وعمركِ وما إذا كنت ترغبين في إنجاب أطفال وخياراتكِ الشخصية أيضاً.

من المهم أن تعرفي أن بعض العلاجات يمكن أن تجعل من الصعب عليكِ إنجاب الأطفال. ومن خلال التحدث عن هذا الأمر في وقت مبكر قبل بدء علاجكِ، يمكن لطبيبكِ مساعدتكِ في تحديد العلاجات الأفضل لكِ وما يمكن القيام به للحفاظ على قدرتكِ الإنجابية.

تأكدي من سؤال الآتي:

- ما نوع سرطان عنق الرحم الذي أعاني منه؟
- ما هي مرحلة سرطان عنق الرحم الذي أعاني منه، وماذا يعني ذلك؟
- ما الذي تعرفت عليه أيضاً عن سرطان العنق الذي أعاني منه من نتائج فحوصاتي؟
- هل سأحتاج إلى المزيد من الفحوصات؟
- ما هي العلاجات التي تعتقد أنها الأفضل لسرطان عنق الرحم الذي أعاني منه؟
- ما هي الآثار الجانبية المحتملة للعلاج؟
- هل سيؤثر العلاج على فرصي في الإنجاب؟ هل هناك أي شيء يمكن أن يساعد في هذا؟

ما يمكن توقعه أثناء العلاج

سيشرح لكِ فريق رعاية مرضى السرطان الخاص بكِ خطَّتكِ العلاجية. قد يشمل هذا الفريق أطباء وممرضات وعمال رعاية صحية مختلفين بناءً على نوع العلاج الذي تحتاجينه. على سبيل المثال، إذا كنتِ بحاجة إلى إجراء للمساعدة في الحفاظ على قدرتك على الإنجاب، فسيساعدك بعض المتخصصون على فهم ما يجب توقعه. أو إذا كنتِ بحاجة إلى علاج إشعاعي، فسيعمل معك أخصائي علاج الأورام بالإشعاع لمعرفة ما يمكن توقعه قبل الإشعاع وأثناءه وبعده. أما إذا كنتِ بحاجة إلى أنواع علاج أخرى، فسوف يشرح طبيبكِ أو فريق رعاية السرطان كيفية تقديمها ويساعدونكِ على الاستعداد لها وتتبع حالتك وكذلك سيساعدونكِ بشأن أي آثار جانبية. قد تخضعين أيضاً إلى اختبارات الدم أو الأشعة السينية أو الفحوصات الأخرى في أوقاتٍ معينة أثناء العلاج لمعرفة مدى نجاح علاجك.

لن يعاني كل شخص يخضع للعلاج من سرطان عنق الرحم من نفس الآثار الجانبية. على سبيل المثال، تختلف الآثار الجانبية للجراحة عن الآثار الجانبية للعلاج الكيميائي أو العلاج بالعقاقير المُوجَّهة أو العلاج المناعي أو العلاجات الإشعاعية. كما أنَّ الأشخاص الذين يحصلون على نفس العلاج قد يتعرضون لآثار جانبية مختلفة. من المهم أيضاً معرفة ما إذا كنتِ بحاجة إلى استخدام وسائل منع الحمل أثناء العلاج.

تأكدي من سؤال الآتي:

- ما هي خياراتي العلاجية؟ ما هو برأيك الأفضل بالنسبة لي ولماذا؟
- ما هو الهدف من العلاج؟
- ما هي الآثار الجانبية التي قد أعاني منها، وماذا يمكنني أن أفعل حيالها؟
- كيف سنعرف ما إذا كان العلاج يعمل؟
- ما هي وتيرة حصولي على العلاج، وكم من الوقت سيستمر؟
- أين سأذهب للحصول على العلاج؟ هل يمكنني القيادة بنفسي؟
- هل سأكون قادرةً على الاستمرار في القيام بأنشطتي المعتادة مثل العمل وممارسة الرياضة وممارسة الجنس؟
- هل أحتاج إلى استخدام وسائل منع الحمل أثناء العلاج؟

ما يمكن توقعه بعد العلاج

سيساعدكِ فريق رعاية السرطان في التعامل مع أي آثار جانبية قد تكونين ما زلت تعانين منها بعد العلاج. ستخضعين أيضاً لفحوصات منتظمة للتحقق مما إذا كان السرطان قد عاد أو للتحقق مما إذا كان قد بدأ سرطان جديد في النمو في جزء مختلف من جسمك.

قد لا يختفي السرطان تماماً بالنسبة لبعض الأشخاص. وقد يستمرون في الحصول على العلاج، لذا ستظل هناك حاجة إلى الاختبارات لمعرفة مدى نجاحه.

تأكدي من إخبار طبيبكِ أو أي شخص في فريق رعاية السرطان إذا كان لديكِ آثار جانبية لا تختفي بعد العلاج أو أي أعراض جديدة.

قد تواجهين صعوبةً أيضاً في التعامل مع التغييرات التي تطرأ على جسمك بعد العلاج. على سبيل المثال، قد تواجهين مشكلة في الأمعاء أو المثانة أو مشاكل صحة جنسية أو تغيرات في الجلد من الإشعاع. إذا كان هذا مصدر قلق لكِ، فتحدثي إلى فريق رعاية مرضى السرطان حول الخيارات المتاحة لمساعدتك على التأقلم.

قد يكون لديكِ أيضاً تغييرات في الدورة الشهرية، أو عدم القدرة على الحمل، أو يصبح لديكِ ندوب من الجراحة. تحدثي مع فريق رعاية مرضى السرطان حول الوقت الذي قد تستطيعين فيه تجربة محاولة الحمل. إذا كنت قد خضعتِ لإجراء للمساعدة في الحفاظ على خصوبتك، فتحدثي مع فريق رعاية السرطان الخاص بك حول الحاجة إلى استخدام وسائل منع الحمل والحصول على المساعدة في التخطيط الأسري.

حتى إذا كنتِ قد انتهيت من العلاج وتشعرين أنك بخير، فمن المهم أن تسألي فريق رعاية السرطان الخاص بك ليضعوا جدولاً زمنياً منتظماً لك لاختبارات المتابعة للتحقق مما إذا كان سرطان عنق الرحم قد عاد.

تأكدي من سؤال الآتي:

- كم مرة أحتاج إلى رؤية فريق رعاية السرطان الخاص بي؟
- هل أحتاج إلى خطة متابعة بعد العلاج؟
- هل سأحتاج إلى فحوصات لمعرفة ما إذا كان السرطان قد عاد أو للتحقق من وجود مشاكل بسبب علاجي؟
- هل أحتاج إلى استخدام وسائل منع الحمل بعد العلاج؟
- كيف ومتى سأعرف ما إذا كان لا يزال بإمكاني إنجاب الأطفال بعد الانتهاء من علاجي؟
- هل أحتاج إلى أي اختبارات فحص، مثل تصوير الصدر بالأشعة أو تنظير القولون، للعثور المبكر على سرطانات شائعة أخرى؟
- هل هناك آثار جانبية متأخرة أو طويلة الأمد من العلاج يجب أن أراقبها؟
- متى وكيف يمكن أن أتصل بفريق رعاية السرطان الخاص بي؟
- أين يمكنني العثور على سجلاتي الطبية بعد العلاج؟

البقاء بصحة جيدة

هناك أشياء يمكنكِ القيام بها للحفاظ على صحتكِ أثناء وبعد علاج سرطان عنق الرحم. يمكن أن يساعدكِ تناول الطعام الجيد والحركة والوصول إلى وزن صحي والبقاء فيه وعدم التدخين وتجنب الكحول في تقليل خطر الإصابة بسرطان عنق الرحم الجديد أو غيره من أنواع السرطان.

تذكري أن تجري الفحوصات بحثاً عن أنواع أخرى من السرطان وأن تستمري في إجراء الفحوصات بحثاً عن مشاكل صحية أخرى. تحدثي إلى طبيبكِ حول خطة الفحوصات والاختبارات المناسبة لك.

التعامل مع المشاعر

قد تشعرين بالخوف أو الحزن أو التوتر نتيجة الإصابة بسرطان عنق الرحم. كما قد تواجهين صعوبةً في التعامل مع التغييرات التي تطرأ على قدرتك على إنجاب الأطفال والتغييرات في جسمك بعد العلاج. من الطبيعي أن يكون لديك هذه المشاعر، وهناك طرق لمساعدتك على التعامل معها.

- لا تحاولي التعامل مع مشاعرك بنفسك، وتحدثي عن مشاعرك بغض النظر عن ماهيتها
- لا بأس أن تشعري بالحزن أو الإحباط بين الحين والآخر، ولكن أبلغي فريق رعاية السرطان الخاص بك إذا استمرت لديكِ هذه المشاعر لأكثر من بضعة أيام.
- قومي بأشياء تستمتعين بها، مثل الذهاب إلى السينما أو الخروج لتناول العشاء أو قضاء بعض الوقت في الهواء الطلق إذا قال طبيبك إنه لا بأس بذلك.
- احصلي على المساعدة في المهام كالطهي والتنظيف.

قد ترغبين في التواصل مع الأصدقاء والعائلة أو مع المرشدين الدينيين أو المجموعات الدينية. كما يجد بعض الأشخاص أنَّ من المفيد التحدث مع من مروا بنفس التجربة، ويمكن إيجاد مثل هكذا أشخاص في مجموعات الدعم. وقد يكون الحصول على المشورة مفيداً أيضاً لبعض الأشخاص. أخبري فريق رعاية مرضى السرطان بما تشعرين به، حيث إنَّ بإمكانهم مساعدتكِ في الحصول على الدعم المناسب.

للحصول على معلومات حول السرطان والمساعدة اليومية والدعم ، الرجاء الاتصال بالجمعية الأمريكية للسرطان على الرقم **18002272345** أو التفضل بزيارتنا عبر الإنترنت على **cancer.org/cervicalcancer**.

نحن هنا عند الحاجة.

ARABIC
©2022, American Cancer Society, Inc.
No. 080817-Rev. 8/22
BBB ACCREDITED CHARITY
bbb.org/charity