

ماذا تتوقع سرطان البروستات



ما يمكن توقعه خلال كل مرحلة من العلاج وما بعده

سرطان البروستات

ويعني العمل مع فريق العمل الخاص بأنه يمكنك التأكد من حصولك على العلاج والمعلومات والدعم الملائمة لك.

نشرة المعلومات هذه تخبرك عمّا يمكنك أن تسأل عنه قبل وأثناء وبعد علاج سرطان البروستات الخاصة بك. يمكنك أن تطلب من الفريق الخاص بك المزيد من المعلومات والدعم.

1. اختبار المستضد الخاص بالبروستات

حتى إذا كان لا يوجد أحد في العائلة قد أصيب بسرطان البروستاتا لا يزال بإمكانك أن تطلب من طبيبك أن تفعل اختبار في الفحص العام. وينبغي على الطبيب شرح المخاطر والفوائد من اختبار مستضد تحديد البروستات معك. يمكن أن تسأل طبيبك لمزيد من المعلومات.

يتم ايجاد بعض سرطانات البروستات خلال قيام الطبيب بإجراء اختبار أثناء اجراء فحص طبي يسمى اختبار المستضد الخاص بالبروستاتا (PSA). وهذا اختبار سهل حيث يختبر طبيبك الدم من أجل مستضد خاص بالبروستات. إذا كان لرجل آخر في العائلة سرطان البروستات فينبغي على الطبيب العمل معك والحديث عن القيام بهذا الاختبار كل عام.

2. زيارة الطبيب

ينبغي على الطبيب الخاص بك القيام بفحص ليرى إذا كان يمكنه أن يجد ما الذي يجعلك تشعر بتوعلك. قد يرسلك الطبيب لاختبارات الدم.

يجب أن يعمل الطبيب معك للتأكد من أن لديك المعلومات والدعم الذي تحتاجه. يمكنك أن تسأل الطبيب عن:

- ما الذي يحدث في جسمك، ولماذا يمكن أن يحدث
 - ما الذي قد يحدث أو يمكن أن يحدث
 - كيف تشعر وكيفية البقاء في صحة جيدة عاطفياً
 - من الذي يمكنك التحدث إليه حول الحصول على الدعم الذي تحتاجه
 - أين يمكنك الحصول على مزيد من المعلومات والدعم
- يمكن أن يقوم الطبيب باختبارات للتحقق من وجود سرطان البروستات:

نسبة قياس الـ PSA الحر إلى الإجمالي

هذا اختبار سوف يقوم به طبيبك لمعرفة لماذا البروستات الخاصة بك تقوم بتكوين الكثير من المستضد الخاص بالبروستات.

قد يرسلك الطبيب للحصول على المزيد من الاختبارات مع أخصائي. الأخصائي هو طبيب يُعرف كخبير الجهاز البولي. وأنه قد تدرّب بالعمل مع الرجال المصابين بسرطان البروستات. ينبغي أن يعطي الطبيب للأخصائي معلومات عن صحتك في الماضي، وإذا كان شخص آخر في عائلتك عنده سرطان، ونتائج الاختبار الخاص بك.

يمكنك إحضار أحد أفراد العائلة أو صديق للزيارات الخاصة بك. يمكنك أن تطلب من طبيبك المزيد من المعلومات والدعم للتأكد من أن لديك ما تحتاجه.

اختبار المستضد الخاص بالبروستات (PSA testing)

سوف يأخذ الطبيب عينة الدم ويختبرها لمعرفة مقدار المستضد

3. الاختبارات

ينبغي على الأخصائي القيام باختبارات لمعرفة ما إذا كان لديك سرطان البروستات. وهذا ما يسمى بالتشخيص. إذا كان لديك سرطان البروستات، سوف تُظهر الاختبارات كيف ينمو السرطان، أو إذا كان قد انتشر. وهذا يسمى التدرج.

يمكنك أن تطلب من الأخصائي:

- ما هي الاختبارات التي ستقوم بعملها
- ما الذي سيحدث في الاختبارات
- ما الذي ستشير الاختبارات إليه

قد يكون لديك اختبار واحد أو مزيج من الاختبارات:

فحص المستقيم الرقمي (DRE)

سوف يرتدي الطبيب القفازات ويضع أحد أصابعه في فتحة الشرج الخاص بك. وسوف يتحقق لمعرفة إذا كان بإمكانه أن يشعر بأي مشاكل في البروستاتا.

فحص التصوير بالرنين المغناطيسي (MRI)

المسح الضوئي حيث تستخدم مجالات مغناطيسية وموجات الراديو لعمل صورة مفصلة للجسم.

المسح الضوئي المقطعي المحسوب (CT scan)

تستخدم أجهزة الكمبيوتر والأشعة السينية لعمل صورة مفصلة للجسم.

اختزاع

تؤخذ عينات صغيرة من البروستات الخاصة بك لفحصها تحت المجهر.

ينبغي على الأخصائي التحدث معك حول مخاطر وفوائد القيام باختزاع البروستاتا. يمكنك أن تأخذ وقتاً طويلاً وتطلب المزيد من المعلومات والدعم قبل أن تقوم بالاختيار.

يمكنك أن تسأل طبيبك عن إيجاد مجموعة دعم الأقران لسرطان البروستاتا. يمكن أن تساعد معرفتك أن هناك أشخاص آخرين الذين يفهمون ما الذي تمر به.

يمكن لأصدقائك وعائلتك التحدث إلى فريق دعم لمقدمي الرعاية.

4. العلاج

ينبغي على الأخصائي العمل مع فريق العمل الخاص بك من أشخاص يفهمون سرطان البروستات.

وسيتعرض الفريق الخاص بك نتائج الاختبار الخاصة بك. ينبغي أن يسألوك ما الذي تريده وتحتاجه. يجب أن تعملوا معاً لعمل أفضل خطة لعلاجك.

يمكنك أن تسأل الفريق الخاص بك:

- ما هو العلاج الذي تتلقاه
- لماذا تتلقى ذلك العلاج
- ما الذي سيحدث في ذلك العلاج
- ما الذي سيفعله العلاج
- كم سيستغرق العلاج
- مخاطر وفوائد العلاج
- كيف يمكن أن تشعر أثناء العلاج، والآثار الجانبية، وماذا يمكنك أن تفعله لكي تشعر على أفضل ما يمكن
- ماذا يمكن أن تتوقعه بعد العلاج

وقد يوصي الفريق الخاص بك بالمشاركة في تجارب سريرية. يتم استخدام تجربة سريرية لاختبار علاج جديد، أو لمعرفة إذا كان علاج ما يعمل بشكل أفضل من الآخر. يمكنك أن تطلب المزيد من الوقت، أو رأي ثانٍ قبل اتخاذ قرار بشأن العلاج الخاص بك.

المعالجات التكميلية تشمل أشياء مثل التدليك والوخز بالإبر والتأمل، فضلا عن الأدوية الأخرى قد تأخذها في نفس الوقت كالعلاج الخاص بك.

قد لا تعمل بعض المعالجات جيدا مع العلاج الخاص بك. من المهم جداً التحدث إلى فريق العمل الخاص بك عن أي من المعالجات التكميلية التي تستخدمها، أو ترغب في استخدامها.

يمكنك أن تطلب بعض الوقت قبل أن تقوم باختيار.

يمكنك أن تطلب أيضا التحدث مع أخصائي الأورام الإشعاعية أو خبير مسالك بوليه آخر للحصول على مزيد من المعلومات. أخصائي الأورام الإشعاعية أيضا متخصص في علاج السرطان. التحدث إلى خبير مسالك بوليه آخر أو أخصائي الأورام الإشعاعية يعني أن لديك رأي آخر قبل إجراء اختيار حول أي علاج مناسب لك. يمكنك أن تطلب المزيد من الوقت والمعلومات والدعم الذي تحتاجه لأخذ خيار حول العلاج الخاص بك.

العلاج الذي تتلقاه يعتمد على إذا كان السرطان فقط في البروستات، أو إذا كان قد انتشر إلى أجزاء أخرى من جسمك.

قد يكون لديك علاج واحد أو مزيجاً من العلاجات:

علاج حرمان الاندروجين (ADT) نوع من العلاج الهرموني. سوف تحصل على الهرمونات من قرص طبي أو الحقن. هذه الهرمونات سوف تغير الطريقة التي ينمو فيها السرطان وتمنعه من الانتشار أكثر. ينبغي على فريق العمل الخاص بك التحدث معك حول ما قد يحدث وما يمكن أن يحدث خلال علاج حرمان الاندروجين الخاص بك.

يستخدم علاج حرمان الاندروجين إذا كان سرطان البروستات قد انتشر إلى أجزاء أخرى من جسمك.

عملية استئصال غدة البروستات عملية جراحية لقطع البروستاتا.

تُستخدم إذا كان لديك سرطان البروستاتا المبكر، أو لم ينتشر السرطان. ينبغي أن يتم هذا من قِبَل جراح ذو خبرة كبيرة في جراحة البروستات.

لمزيد من المعلومات حول العلاج والآثار الجانبية يمكنك أن تسأل طبيبك أو قُم بزيارة www.cancer.org.au/about-cancer/treatment

فريق العمل الخاص بك يجب أن يتحدثوا إليك عن الاحتياجات الخاصة بك قبل وأثناء وبعد العلاج. يمكنك طلب المعلومات والدعم في أي وقت للتأكد من أن لديك كل ما تحتاجه.

يمكن لفريقك أن يوصلوك مع الخدمات الأخرى والعاملين في مجال الصحة للتأكد من امكانك البقاء في صحة جيدة جسدياً وعاطفياً.

المراقبة النشطة هي عندما لا يتم إعطاء أي علاج أو عدم إعطاء العلاج على الفور. وسوف يتحقق فريقك من السرطان غالباً لمعرفة إذا كان يتغير أو ينمو. يتم استخدام هذا إذا كان لديك سرطان البروستات المبكر، ولم ينتشر السرطان.

الانتظار اليقظ حيث لا يتم إعطاء أي علاج أو عدم إعطاء العلاج على الفور. سوف يختبر فريق العمل الخاص بك السرطان مثلما يقوموا بذلك في المراقبة النشطة، ولكن ليس بنفس عدد المرات.

يتم استخدام هذا إذا كنت من كبار السن، أو إذا كان لديك مشاكل صحية أخرى.

العلاج الكيميائي أو المعالجة بالعقاقير حيث تستخدم العقاقير لإيقاف نمو السرطان.

قد يُستخدم في نفس الوقت كعلاج حرمان الاندروجين. وهو يستخدم إذا كان سرطان البروستات قد انتشر إلى أجزاء أخرى من جسمك.

العلاج الإشعاعي أو الاستشعاع حيث يتم استخدام الإشعاع لوقف نمو السرطان.

يتم استخدامه مع أو بدون عملية جراحية. وهو يستخدم إذا كان لديك سرطان البروستاتا المبكر، أو لم ينتشر السرطان.

المعالجة الكثبية نوع من العلاج بالإشعاع حيث يتم وضع زرع داخل جسمك قرب الورم. سوف يعطي الزرع العلاج بالإشعاع.

5. بعد العلاج الخاص بك

- يمكنك التحدث إلى فريق العمل الخاص بك عن أي تغييرات لديك بعد العلاج الخاص بك. بعض العلاجات يمكن أن تلحق الضرر بالأعصاب والعضلات القريبة من البروستات والأمعاء. وهذا قد يعني أن لديك آثار جانبية:
- سلس البول أو عدم التمكن من كبح البول أو الفراز، أو الريح في الداخل
- ضعف الانتصاب أو عدم التمكن من الحصول أو الحفاظ على الانتصاب
- العقم أو عدم التمكن من إنجاب طفل

- عدم الاهتمام بالجنس
- وهناك الكثير من الطرق للتأكد من أنك تشعر بصحة جيدة وتدير الآثار الجانبية الخاصة بك بعد العلاج. يمكنك العمل مع الفريق الخاص بك للتأكد من أنه يمكنك العودة إلى القيام بما تريده بمجرد أن تكون جاهزاً.
- بعد الانتهاء من العلاج الخاص بك، يجب أن يعطيك فريقك موجزاً للعلاج. موجز العلاج الخاص بك يشمل كل المعلومات المتعلقة بالعلاج الذي تلقته:
- الاختبارات التي تلقيتها لتشخيص سرطان البروستات الخاص

بك، ونتائج هذه الاختبارات

- ينبغي أن يعمل معك الطبيب ويتحدث عن:
 - العثور على مزيد من المعلومات والدعم للحفاظ على صحة جيدة جسدياً وعاطفياً، والحصول على ما تحتاج إليه
 - العلامات والأعراض التي ينبغي النظر فيها والتي قد تعني أن السرطان عائد
 - الوقاية والحياة الصحية

في بعض الأحيان يمكن أن يعود سرطان البروستات بعد العلاج. ويتم كشفه عادة في زيارة المتابعة، أو إذا لاحظت عودة أي أعراض. من المهم القيام بالفحوص المنتظمة. إذا لاحظت وجود أي شيء مختلف فاذهب إلى الطبيب. يمكنك أن تطلب من طبيبك إجراء فحص طبي والمعلومات والدعم.

- العلاج الذي تلقته، ومتى كان ذلك
 - خدمات الدعم وغيرها من خطط العلاج التي تلقيتها
- يجب أن يعمل الفريق الخاص بك معك لعمل خطة الآن بعد أن تم الانتهاء من العلاج. سوف يُقرر الأخصائي أي نوع من الأخصائيين أو الأطباء سيكون أفضل لإدارة الرعاية الخاصة بك. يجب أن تكون لك خطة متابعة تتضمن:
- المتابعة التي هي الأفضل بالنسبة لك
 - خطط لإدارة أي آثار جانبية للعلاج
 - كيفية الحصول على التعليمات بسرعة إذا كنت تعتقد أن السرطان قد عاد مرة أخرى أو أصبح أسوأ

6. العيش مع مرض السرطان

الآثار الجانبية

تحصل عند بعض الناس تأثيرات جانبية أثناء وبعد العلاج. الآثار الجانبية هي ردود فعل جسمك على العلاج الذي تتلقاه. أنها طبيعية، ولكن يمكن أن تجعلك تشعر بتوعك. قد تحصل لديك الآثار الجانبية على الفور، أو ليس على الإطلاق، أو بعد أشهر بعد العلاج.

يمكنك التحدث مع طبيبك حول الآثار الجانبية الخاصة بك أو قم **بزيارة** الموقع الإلكتروني

www.cancervic.org.au/about-cancer/survivors/long-term-side-effects

خطة الرعاية المتقدمة

قد يعمل الفريق الخاص بك معك لعمل خطة رعاية متقدمة. خطة الرعاية المتقدمة هي طريقة تحدد رغباتك الخاصة والتأكد من أن الجميع يعرف ما تريده في المستقبل من الرعاية الطبية.

يمكنك التحدث مع طبيبك حول عمل خطة رعاية متقدمة معاً أو **بزيارة** الموقع الإلكتروني

www.advancecareplanning.org.au

الرعاية التيسيرية

يتم استخدام الرعاية التيسيرية في مراحل مختلفة من العلاج الخاص بك لمساعدتك على الشعور جيداً. يمكن أن تساعد الرعاية التيسيرية لتخفيف الآلام، للحد من الأعراض الخاصة بك، وتحسين نوعية الحياة الخاصة بك.

يمكنك التحدث مع طبيبك حول نوع الرعاية التيسيرية التي

تكون أفضل بالنسبة لك أو قم **بزيارة**

www.palliativecare.org.au

التكلفة

هناك تكاليف لكل مرحلة من مراحل السرطان الخاص بك بما في ذلك العلاج والإقامة والسفر. قد يكون لديك تكاليف إذا كنت تتلقى العلاج في خدمة صحية خاصة حتى إذا كان لديك التأمين الصحي الخاص.

يمكنك التحدث إلى فريق العمل الخاص بك والتأمين الصحي الخاص بك إذا كان لديك أسئلة حول التكلفة لكل علاج قد تتلقاه. يمكن أيضاً التحدث مع الأخصائي الاجتماعي في المستشفى الخاص بك.

يمكنك التحدث مع طبيبك حول تكلفة العلاج الخاص بك أو قم **بزيارة** الموقع الإلكتروني

www.canceraustralia.gov.au/affected-cancer/living-cancer/dealing-practical-aspects-cancer/costs-treatment

يمكنك التحدث مع طبيبك حول تكاليف الإقامة والسفر أو قم **بزيارة**

www.cancercouncil.com.au/get-support/practical-support-services

هناك الكثير من الأشياء للتفكير فيها عندما يكون لديك سرطان البروستات. وهناك أيضاً الكثير من المعلومات والدعم. من المهم أن تفعل ما هو صحيح بالنسبة لك. يمكنك العمل مع الفريق الخاص بك للتأكد من أنك تملك أفضل رعاية.

المعلومات والدعم


Carers Australia

- المعلومات والدعم لمقدمي الرعاية:
1800 242 636

Continence Foundation of Australia

- www.continence.org.au

Cancer Council

- يمكنك التحدث مع ممرضة السرطان: **13 11 20**
- إذا كنت بحاجة إلى مترجم فوري: **13 14 50** 

Prostate Cancer Foundation of Australia

- المعلومات والدعم: **1800 22 00 99**
- www.prostate.org.au



Australian Government
Cancer Australia

للمزيد من المعلومات قم بزيارة الموقع
www.cancerpathways.org.au