

سرطان اندومتر



رهنمای شما برای دریافت بهترین مراقبت مربوط به سرطان

معاینات اولیه‌ای که ممکن است انجام دهید

معاینه حوصله (از جمله معاینه اسکرینینگ دهانه رحم). GP شما به مهبل، حوصله و بطن شما نگاه می‌کند تا بخش زائد یا توده را بررسی کند.

اولتراسوند ترانس مهبل حوصله. یک متخصص سونوگرافی زنان (متخصص صحت و تداوی باتجربه در این نوع اولتراسوند) یک ابزار سونوگرافی کوچک را داخل مهبل شما می‌کند. از امواج صوتی برای تهیه تصویری دقیق از بدن استفاده می‌شود.

ارجاعات

اگر GP شما تشویش‌هایی داشته باشد، برای معاینات بیشتر به یک متخصص (متخصص نسایی و ولادی یا متخصص انکولوژی زنان) در یک شفاخانه دولتی یا در معاینه‌خانه شخصی ارجاع داده می‌شوید.

متخصصین نسایی و ولادی داکترانی هستند که در عرصه خاصی از صحت زنان تعلیماتی را فرا گرفته اند و متخصصین انکولوژی زنان داکترانی هستند که در تداوی سرطان اندومتر تعلیماتی را فرا گرفته اند.

شما می‌توانید یکی از اعضای فامیل یا دوستان خود را در نوبت ملاقات خود همراهتان ببرید.



فاصله های زمانی

شما باید **ظرف 4 هفته** بعد از اولین ملاقات با GP خود به یک متخصص مراجعه نمایید.

اگر نمی‌توانید در این مدت نوبت ملاقات بگیرید، با GP خود هماهنگ کنید.

سوالاتی که ممکن است بخواهید پرسید

- آیا می‌توانم انتخاب کنم که به شفاخانه دولتی یا معاینه‌خانه شخصی بروم؟
- آیا می‌توانم متخصص مورد نظر خود را انتخاب کنم؟
- هزینه نوبت‌های ملاقات برای من چقدر است؟



درباره این رهنما

با خبر شدن از اینکه به سرطان اندومتر (یا سرطان رحم) مبتلا هستید یا ممکن است سرطان اندومتر داشته باشید، ممکن است طاقت‌فرسا باشد. بسیار چیزها می‌توانند به سرعت رخ دهند و ممکن است سوالات زیادی در ذهن شما ایجاد شود. این منبع می‌تواند به شما، فامیل و دوستانتان در طول این تجربیات کمک کند.

معلومات و پشتیبانی

شورای سرطان (Cancer Council): برای بدست آوردن معلومات و پشتیبانی، با شورای سرطان به نمبر **13 11 20** به تماس شوید تا با یک متخصص مراقبت‌های صحتی با تجربه صحبت کنید یا به www.cancer.org.au مراجعه نمایید.

برای بدست آوردن معلومات بیشتر در مورد سرطان اندومتر، به کتابچه اطلاع از سرطان اندومتر شورای سرطان محلی خود که در وبسایت شورای محلی شما موجود است، مراجعه نمایید.

Counterpart: برای پشتیبانی از مریضان از جانب یک زن که با سرطان زندگی کرده، با Counterpart به نمبر **1300 781 500** به تماس شوید یا به www.counterpart.org.au مراجعه نمایید.

خدمات ترجمانی کتبی و شفاهی (TIS): اگر به ترجمان ضرورت دارید، با TIS به نمبر **13 14 50** به تماس شوید یا به www.tisnational.gov.au مراجعه نمایید.

معاینات اولیه و ارجاع

علایم

داکتر عمومی (GP) شما باید یک معاینه انجام دهد تا ببیند آیا می‌تواند علت مریضی شما را پیدا کند. آنها از شما در مورد علایمی که ممکن است داشته باشید، می‌پرسند. بطورمثال، ممکن است خونریزی غیرمنتظره از مهبل (بعد از پریود یا بین قاعدگی) یا درد یا ناراحتی در قسمت پایین شکم (حوصله) داشته باشید.

تشخیص و مرحله‌بندی

متخصص معاینات بیشتری را برای بررسی اینکه آیا به سرطان اندومتر مبتلا هستید، انجام می‌دهد. پروسه تایید داشتن مشکل صحتی، **تشخیص طبی (diagnosis)** نامیده می‌شود.

ممکن است یک تست یا ترکیبی از معاینات برای شما تجویز شود:

اولتراسوند ترانس مهبل حوصله. اگر قبلاً آن را انجام ن داده‌اید.

معاینات خون. یک نمونه از خون شما جمع‌آوری می‌شود تا وضعیت صحت عمومی شما ارزیابی شود.

نمونه‌برداری. نمونه کوچکی از اندومتر (پوشش داخلی رحم) شما برای بررسی زیر میکروسکوپ جمع‌آوری می‌شود. این کار در کلینیک قابل انجام است. اکثراً می‌توان این کار را با حداقل میزان ناراحتی انجام داد، اگرچه بعضی اوقات داکتر ممکن است بی‌حس‌کننده موضعی را به دهانه رحم تزریق کند تا احساس ناراحتی نکند.

س تی اسکن (CT). کمپیوترها و اکسری برای تهیه تصویری دقیق از بدن استفاده می‌شود.

تصویربرداری با تشدید مغناطیسی (MRI). اسکنی که در آن از یک آهنربای قدرتمند و امواج رادیویی برای تهیه تصویری دقیق از بدن استفاده می‌شود.

این معاینات ممکن است به متخصص معلومات بیشتری در مورد سرطان ارائه دهد، مانند اینکه دقیقاً در کجای بدن شما قرار دارد، آیا در حال رشد است یا گسترش یافته است و در کدام مرحله قرار دارد. این کار **مرحله‌بندی** نام دارد. **مرحله‌بندی** کمک می‌کند تا از بهترین تدای برای شما استفاده گردد.

تداوی

روش‌های مختلفی برای تدای سرطان اندومتر وجود دارد. متخصص شما در مورد انتخاب‌های تدای تان با شما صحبت خواهد کرد.

شما ذریعه تیمی از متخصصین تدای خواهید شد و ممکن است برای دریافت بهترین نتایج به بیش از یک نوع تدای ضرورت داشته باشید. تیم با شما، فامیل یا پایواز شما جهت پلان‌گذاری تدای شما همکاری خواهد کرد.

ممکن است یک تدای یا ترکیبی از تدای‌ها برای شما تجویز شود:

جراحی حالتی است که سرطان بریده می‌شود. این رایج‌ترین تدای برای سرطان اندومتر است.

رادیوتراپی از اکسری برای از بین بردن حجرات سرطانی و توقف رشد سرطان استفاده می‌کند. ممکن است این انتخاب به تنهایی به کار رود اما بیشتر بعد از جراحی و گاهی همراه با کیموتراپی استفاده می‌شود.

کیموتراپی یا تدای با دوا از دواها برای از بین بردن حجرات سرطانی و توقف رشد سرطان استفاده می‌کند. ممکن است این انتخاب به تنهایی به کار رود اما اکثراً بعد از جراحی و یا همراه با رادیوتراپی استفاده می‌شود.

هورمون تراپی از تولید هورمون‌های خاص در بدن شما جلوگیری می‌کند یا راه عمل کردن هورمون‌ها را در بدن شما مسدود می‌سازد. این کار به کاهش اندازه و کاهش سرعت گسترش سرطان کمک می‌کند. اگر شما یک زن جوان هستید و می‌خواهید در آینده صاحب طفل شوید، ممکن است از این روش استفاده شود. همچنان می‌تواند در رابطه با علایم شما نیز کمک کند.

برای بدست آوردن معلومات بیشتر به www.cancer.org.au/cancer-information/treatment مراجعه نمایید.

مراقبت‌های حمایتی (تداوی یا خدماتی که در طول مدت ابتلای شما به سرطان از شما حمایت می‌کند) نیز در دسترس است.

فاصله های زمانی

تداوی باید **چهار هفته** (جراحی) یا **شش هفته** بعد از موافقت با پلان تدای شما شروع شود.



می‌توانید از **GP خود بخواهید که برای دریافت نظر ثانویه شما را به متخصص دیگری ارجاع دهد.**



فاصله های زمانی

نتایج باید **ظرف دو هفته** از زمان انجام معاینات در دسترس باشند.



سوالاتی که ممکن است بخواهید پرسید

- سرطان اندومتر چیست؟
- کدام معاینات را خواهم داشت؟
- مصرف معاینات/نوبت‌های ملاقات برای من چقدر است؟
- کجا باید تدای شوم؟ آیا من حق انتخاب خواهم داشت؟
- سرطان من در کدام مرحله است؟
- کدام خدمات برای پشتیبانی در دسترس من است؟



خطر ابتلا به اذیمای لنفاوی

بعضی از تداوی های سرطان، معمولاً جراحی، که بشمول نواحی غدد لنفاوی مانند زیر بغل و کشاله ران می‌شوند، ممکن است خطر ابتلا به اذیمای لنفاوی (ورم یک ناحیه بدن) را افزایش دهند. متخصص شما باید این خطر را با شما در میان بگذارد و کاری کند که بطور مناسب مدیریت شود.

معاینات کلینیکی

ممکن است به شما پیشنهاد شود در معاینات کلینیکی اشتراک نمایید. از معاینات کلینیکی برای بررسی این که آیا تداوی‌های جدید بی‌خطر هستند و بهتر از تداوی های فعلی عمل می‌کنند یا خیر استفاده می‌شود. بسیاری از اشخاص مبتلا به سرطان به دلیل معاینات کلینیکی، در حال حاضر زندگی طولانی‌تر و باکیفیت‌تری دارند.

برای بدست آوردن معلومات بیشتر به www.australiancancertrials.gov.au مراجعه نمایید.

تداوی های مکمل

با تیم مراقبت‌های صحتی خود در مورد تداوی‌های مکمل (از جمله مکمل‌های غذایی مانند ویتامین‌ها) که استفاده می‌کنید یا می‌خواهید استفاده نمایید، صحبت کنید. موارد رایجی مانند ویتامین‌ها ممکن است همراه با تداوی شما عملکرد خوبی نداشته باشند.

تصمیم‌گیری در مورد مصرف



ممکن است مجبور باشید برای بعضی از نوبت‌های ملاقات، معاینات، دواها، تطبیقات، رفت و آمد یا پارکینگ پول پرداخت کنید.

با GP خود، متخصص یا بیمه‌گر خصوصی صحتی خود (در صورت وجود) صحبت کنید تا بدانید کدام چیزها تحت پوشش قرار می‌گیرد و مصارف پرداختی شما چقدر است.

اگر در مورد مصارف تشویب دارید با تیم مراقبت‌های صحتی یا یک کمک‌رسان اجتماعی درباره موارد ذیل صحبت کنید:

- قرار گرفتن تحت بالک بیلینگ یا تداوی در سیستم عمومی
- کمک به تطابق در طول تداوی
- تاثیر مالی احتمالی تداوی شما.

می‌توانید از طریق نمبر 13 11 20 با شورای سرطان (Cancer Council) به تماس شوید تا در مورد حمایت مالی با یک متخصص مراقبت‌های صحتی صحبت کنید.

برای بدست آوردن معلومات بیشتر در مورد مصارف به www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance

و

www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance/what-will-i-have-to-pay-for-treatment مراجعه نمایید.

ریکاوری

تداوی سرطان می‌تواند باعث تغییرات جسمی و روحی شود.

تداوی سرطان اندومتر گاهی باعث تغییرات هورمونی و در بعضی موارد پیروید زودرس می‌شود. این کار می‌تواند باعث ایجاد عوارض جانبی مانند تعریق شبانه، گرگرفتگی و کاهش میل جنسی شود. خوشبختانه راه‌های زیادی برای کاهش یا مدیریت عوارض جانبی تداوی وجود دارد.

طرح مراقبتی جهت پیگیری

تیم مراقبت‌های صحتی شما با شما همکاری خواهد کرد تا برای شما و داکتر GP شما طرحی را پلان‌گذاری کند. این طرح موارد ذیل را توضیح خواهد داد:

- مخاطب اصلی شما بعد از تداوی کیست
- هر چند وقت یکبار باید چک‌آپ انجام دهید و این کار بشمول کدام معاینات است
- عوارض جانبی تداوی را درک و با آنها مقابله کنید
- اگر فکر می‌کنید سرطان عود کرده یا بدتر شده است، چی‌قسم می‌توانید به سرعت کمک دریافت کنید.

سوالاتی که ممکن است بخواهید پرسید



- کدام تداوی را توصیه می‌کنید؟
- برای تداوی باید به کجا مراجعه کنم؟
- مصرف تداوی چقدر خواهد بود و چه مقدار از مصرف را باید خودم بپردازم؟
- کدام فعالیت‌ها/ورزش‌ها به من در طول تداوی و بعد از آن کمک می‌کند؟
- آیا می‌توانم به کار کردن ادامه بدهم؟
- تداوی به زندگی روزمره من چی‌قسم تأثیر می‌گذارد؟
- اشخاص تیم من چه کسانی هستند و مخاطب اصلی من کیست؟
- عوارض جانبی احتمالی تداوی چیست؟
- اگر احساس مریضی یا سوالی داشته باشم با کی به تماس شوم؟
- آیا تداوی بالایی توانایی من برای داشتن اولاد تأثیر می‌گذارد؟

پلان‌گذاری مراقبت از قبل تعیین شده

GP یا تیم مراقبت‌های صحتی شما ممکن است با شما، فامیل و مراقب تان در مورد تداوی و ضروریات طبی آینده شما صحبت کند.

رهنمود صحتی از قبل تعیین شده

زیست‌خواست صحتی از قبل تعیین شده، گاهی با نام وصیت‌نامه زندگی نیز شناخته می‌شود، یک سند الزام‌آور قانونی است که به موجب آن شما سندی را برای فامیل خود و تیم مراقبت صحتی تان تهیه می‌کنید تا در صورت مریضی بیش از حدی که طی آن نمی‌توانید خودتان تصمیم بگیرید، آنها را از تداوی و مراقبتی که ممکن است بخواهید مطلع سازید. برای بدست آوردن معلومات بیشتر به www.advancecareplanning.org.au مراجعه نمایید.

مراقبت تسکینی

متخصص شما ممکن است شما را به خدمات مراقبت تسکینی ارجاع دهد، اما این همیشه به معنای مراقبت پایان عمر نیست. امروزه اگر اشخاص با ابتلا به سرطان زندگی می‌کنند یا سرطانشان عود می‌کند، می‌توانند بسیار زودتر به این خدمات مراجعه کنند. مراقبت تسکینی می‌تواند به شما کمک کند تا جای ممکن خوب زندگی کنید و بشمول مدیریت درد و علائم می‌شود. این مراقبت ممکن است در خانه، شفاخانه یا مکان دیگری که شما انتخاب می‌کنید ارائه شود.

با GP خود یا داکتر متخصص صحبت کنید و یا به www.palliativecare.org.au مراجعه نمایید.

تصمیم‌گیری در مورد تداوی

ممکن است تصمیم بگیرید که اصلاً تداوی نشوید، یا فقط برای کاهش درد و ناراحتی، تحت تداوی قرار بگیرید. ممکن است بخواهید تصمیم خود را با تیم مراقبت‌های صحتی، GP، فامیل و مراقب خود در میان بگذارید. برای بدست آوردن معلومات بیشتر به www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment مراجعه نمایید.

سوالاتی که ممکن است بخواهید پرسید

- برای کاهش علائم من چه کاری می‌توانید انجام دهید؟
- اگر فامیل و دوستانم در خانه از من مراقبت کنند، چه پشتیبانی اضافی می‌توانم دریافت کنم؟
- آیا می‌توانید به من کمک کنید تا با فامیلم در مورد آنچه رخ می‌دهد صحبت کنم؟
- کدام نوع حمایت برای فامیل یا مراقب من در دسترس است؟
- آیا ممکن است به خدمات پشتیبانی اجتماعی ارجاع داده شوم؟



بسیاری از مردم به تشویب بازگشت سرطان هستند. متخصص و تیم مراقبت‌های صحتی با شما در مورد ضروریات شما صحبت خواهند کرد و می‌توانند شما را به دیگر متخصصین مراقبت‌های صحتی و خدمات پشتیبانی جامعه راجع سازند.

معلومات دیگری که ممکن است به دست آورید عبارتند از:

- علائم و نشانه‌هایی که در صورت بازگشت سرطان باید به آنها توجه نمود
- اثرات دیرنگام تداوی و متخصصینی که ممکن است ضرورت باشد به آنها مراجعه نمایید
- چ‌قسم می‌توان سبک زندگی سالمی را انتخاب نمود تا بهترین فرصت را برای بهبودی و صحتمند ماندن برای شما فراهم کند.

برای بدست آوردن معلومات بیشتر به www.cancer.org.au/cancer-information/after-a-diagnosis/after-cancer-treatment مراجعه نمایید.

سوالاتی که ممکن است بخواهید پرسید

- اگر مریض باشم باید با کی به تماس شوم؟
- چه کنم که تا حد امکان صحتمند باشم؟
- از کجا می‌توانم کمک بیشتری دریافت کنم؟



زندگی با سرطان پیشرفته

در صورت بازگشت سرطان

بعضی اوقات سرطان می‌تواند بعد از تداوی عود کند. ممکن است در همان مکان مجدداً عود کند یا در جای دیگری در بدن شما ظاهر شود.

اگر سرطان عود کند، ممکن است به متخصص یا شفاخانه ای که برای اولین بار تحت تداوی قرار گرفته‌اید، یا به یک متخصص دیگر ارجاع داده شوید.

تداوی به میزان گسترش سرطان، سرعت رشد آن و علائمی که تجربه می‌کنید بستگی دارد.

سوالاتی که ممکن است بخواهید پرسید

- سرطان کجاست و آیا گسترش یافته است؟
- گزینه‌های تداوی من کدام هستند؟
- چانس اینکه تداوی این بار موثر باشد چقدر است؟
- آیا معاینه کلینیکی در دسترس است؟
- از کجا می‌توانم پشتیبانی بگیرم؟



سلب مسئولیت: همیشه در مورد مسائلی که بالای صحت شما تأثیر می‌گذارد با داکتر خود مشوره کنید. این رهنا به عنوان یک مقدمه کلی در نظر گرفته شده است و جایگزینی برای مشاوره مسلکی طبی، حقوقی یا مالی نیست. معلومات مربوط به سرطان بطور دوامدار ذریعه جوامع طبی و تحقیقاتی اپدیت و بازنگری می‌شود. در حالی که برای اطمینان از صحت در زمان انتشار نهایت کوشش صورت می‌گیرد، شورای سرطان استرالیا و اعضای آن مسئولیت هر نوع صدمه، ضرر یا زیان ناشی از استفاده یا اتکا به معلومات ارائه شده در فوق را نمی‌پذیرند.

منتشر شده در سپتمبر 2021.

این منبع برینیاد معلوماتی از مسیر مراقبت مطلوب برای اشخاص مبتلا به سرطان اندومتر (ویرایش دوم) است که در www.cancer.org.au/OCP موجود است.