

لنفومای حجره B کلان منتشر و هوچکین (Hodgkin and diffuse large B-cell lymphomas)

رهنمای شما برای دریافت بهترین مراقبت مربوط به سرطان



معاینات اولیه که ممکن است انجام دهید

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

اولتراسوند. از امواج صوتی برای تهیه تصویری دقیق از داخل بدن شما استفاده می‌شود.

اکسری. اکسری از ناحیه‌ای از بدن شما عکس می‌گیرد تا ببیند آیا مشکلی وجود دارد یا خیر.

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

نمونه‌برداری شکافی. نمونه کوچکی از توده یا ضایعه شما با استفاده از یک سوزن برای بررسی زیر میکروسکوپ گرفته می‌شود.

ارجاعات

اگر GP شما تشویش‌هایی داشته باشد، برای معاینات بیشتر به یک متخصص (متخصص هماتولوژی) در یک شفاخانه دولتی یا در معاینه‌خانه شخصی ارجاع داده می‌شوید. متخصصین هماتولوژی داکترانی هستند که در قسمت لنفوما و غیره امراضی که به خون تأثیر می‌گذارند، تعلیماتی را فرا گرفته اند.

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



فاصله های زمانی

اگر احتمال لنفومای حجره B کلان منتشر یا هوچکین وجود دارد، GP شما باید **ظرف 72 ساعت** یا اگر نتایج معاینه شما بسیار قابل تشویش نباشد، **ظرف 4 هفته**، شما را به متخصص هماتولوژی ارجاع دهد.

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 هماتولوژی مورد نظر خود را انتخاب کنم؟
- هزینه نوبت‌های ملاقات برای من چقدر است؟



درباره این رهنما

با خبر شدن از اینکه به لنفومای حجره B کلان منتشر یا هوچکین مبتلا هستید یا ممکن است لنفومای حجره B کلان منتشر یا هوچکین داشته باشید، می‌تواند بسیار 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 لنفومای هوچکین به کتابچه اطلاع از لنفومای هوچکین شورای سرطان و برای بدست آوردن معلومات بیشتر در مورد لنفومای حجره B کلان منتشر به کتابچه لنفومای غیرهوچکین شورای سرطان مراجعه نمایید.

بنیاد لوکمیا (Leukaemia Foundation): برای بدست آوردن معلومات و پشتیبانی، با نمبر **1800 620 420** به تماس شوید و یا به www.leukaemia.org.au مراجعه نمایید.

لنفومای استرالیا (Lymphoma Australia): برای بدست آوردن معلومات و پشتیبانی، با نمبر **1800 953 081** به تماس شوید و یا به www.lymphoma.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 یک توده یا ضایعه داشته باشید.

GP شما ممکن است تصمیم بگیرد صبر کند و ببیند که توده یا ضایعه چه می‌شود. در **ظرف شش هفته** دوباره به GP خود مراجعه خواهید کرد.

تشخیص و مرحله‌بندی

متخصص معاینات بیشتری را برای بررسی اینکه آیا به لنفومای حجره B کلان منتشر و هوچکین کلان منتشر و هوچکین مبتلا هستید، انجام می‌دهد. پروسه تایید داشتن مشکل صحتی، **تشخیص طبی (diagnosis)** نامیده می‌شود.

اگر به لنفومای حجره B کلان منتشر و هوچکین مبتلا هستید، 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.

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

نمونه‌برداری شکافی. اگر قبلاً آن را انجام نداده‌اید.

نمونه‌برداری مغز استخوان. داکتر یک سوزن بلند و نازک را در استخوان حوصله شما قرار می‌دهد. نمونه‌ای از نسج مغز استخوان گرفته خواهد شد. این کار معمولاً با انستیزی موضعی صورت می‌گیرد تا دردی را احساس نکنید.

توموگرافی با گسیل پوزیترون - سی تی اسکن (PET-CT). از کمپیوترها و اکسری برای تهیه تصویری دقیق از بدن استفاده می‌شود. مقدار کمی ماده رادیواکتیو تزریق می‌شود و کل بدن شما اسکن می‌شود تا نشان دهد سرطان کجاست.

کشیدن آب نخاع یا بذل کردن مایع نخاع. داکتر یک سرنگ را به قسمت پایین کمر شما داخل می‌کند و مقدار کمی مایع را خارج می‌کند. این کار معمولاً با انستیزی موضعی صورت می‌گیرد تا دردی را احساس نکنید.

فاصله های زمانی



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

سوالاتی که ممکن است بخواهید پرسید



- لنفومای حجره B منتشر کلان یا هوچکین 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؟

تداوی

طرق مختلفی برای تدای لنفومای حجره B کلان منتشر و هوچکین 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:

کیموتراپی از دواها برای از بین بردن حجرات سرطانی و توقف رشد سرطان استفاده می‌کند.

پیوند حجرات بنیادی اتولوگ (ASTC). اگر این اولین دوره لنفومای شما نیست، ممکن است برای تدای لنفومای حجره B کلان منتشر یا هوچکین به کیموتراپی یا رادیوتراپی ضرورت داشته باشید. این کار تدای با دوز بالا نامیده می‌شود. تدای با دوز بالا ممکن است بخشی از مغز استخوان و حجرات بنیادی شما را از بین ببرد. این موضوع به عنوان یک عارضه جانبی تدای شناخته می‌شود. برای ساختن خون به این حجرات ضرورت دارید. در ASTC مقداری از خون شما قبل از انجام کیموتراپی گرفته می‌شود. حجراتی به نام حجرات بنیادی از این خون خارج می‌شوند. حجرات بنیادی حجراتی هستند که به بدن در رشد حجرات جدید سالم کمک می‌کنند. زمانی که کیموتراپی شما تمام شد، حجرات بنیادی جمع‌آوری شده از طریق سرم به داخل جریان خون ورید شما تزریق می‌شوند. ممکن است برای بازگرداندن مغز استخوان و حجرات بنیادی خود تحت ASTC قرار بگیرید.

پیوند حجرات بنیادی الوجنیک (allo-SCT). در allo-SCT حجرات بنیادی از خون اهداکننده مناسب جمع‌آوری می‌شوند و از طریق سرم در رگ وارد جریان خون شما می‌شوند. این روش به مراتب کمتر رایج است.

رادیوتراپی از اکسری برای از بین بردن حجرات سرطانی و توقف رشد سرطان استفاده می‌کند. ممکن است همراه با کیموتراپی یا قبل از پیوند حجرات بنیادی استفاده شود.

ایمونوتراپی نوعی تدای سرطان است که به سیستم معافیت بدن در مبارزه با سرطان کمک می‌کند.

تداوی هدفمند از دواها برای حمله به ویژگی‌های خاص حجرات سرطانی و توقف رشد سرطان استفاده می‌کند.

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 در **ظرف دو هفته** بعد از تشخیص و مرحله‌بندی یا در **عرض 24 ساعت** بعد از تشخیص در مواردی که اعضای بدن شما در معرض خطر جدی از کار افتادن هستند یا سرطان در حال گسترش سریع است، شروع شود.



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

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 تداوی‌های 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.

تداوی‌های 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 درباره مصرف تداوی

ممکن است مجبور باشید برای بعضی از نوبت‌های ملاقات، معاینات، دواها، تطابقات، 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 تشویش 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.

ریکاری

تداوی سرطان می‌تواند باعث تغییرات جسمی و روحی شود.

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.

بسیاری از مردم به تشویش 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.



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؟

معلومات دیگری که ممکن است به دست آورید عبارتند از:

- علایم 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
- چاقی می‌تواند سبب 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.

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

زبست‌خواست 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.advancicareplanning.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 علایم می‌شود. این مراقبت ممکن است در خانه، شفاخانه یا مکان دیگری که شما انتخاب می‌کنید ارائه شود.

با داکتر 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 علایم 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؟

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؟

زندگی با سرطان پیشرفته

در صورت بازگشت سرطان

بعضی اوقات لنفومای حجره B کلان منتشر یا هوچکین می‌تواند بعد از تداوی در همان مکان عود کند یا سرطان در جایی متفاوت 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 لنفوما، سرعت رشد آن و علایمی که تجربه می‌کنید بستگی دارد.

سلب مسئولیت: همیشه در مورد مسائلی که بالای صحت شما تأثیر می‌گذارد با داکتر خود مشوره کنید. این رهنما 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 دربره جوامع طبی و تحقیقاتی آپدیت 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 برنیاد معلوماتی از مسیر مراقبت مطلوب برای اشخاص مبتلا به لنفومای حجره B کلان منتشر و هوچکین (ویرایش دوم) است که در www.cancer.org.au/OCP موجود است.