

سرطان تخمدان



رهنمای شما برای دریافت بهترین مراقبت مربوط به سرطان

درباره این رهنما

با خبر شدن از اینکه به سرطان تخمدان مبتلا هستید یا ممکن است سرطان تخمدان 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 تخمدان، به کتابچه اطلاع از سرطان تخمدان شورای سرطان که در وبسایت شورای سرطان محلی شما موجود است، مراجعه نمایید.

سرطان تخمدان استرالیا (Ovarian Cancer Australia):

برای بدست آوردن معلومات بیشتر در مورد سرطان تخمدان و حمایت از مریضان، با یک نرس در بخش پشتیبانی از سرطان تخمدان به نمبر 1300 660 334 به تماس شوید یا به www.ovariacancer.net.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 مانند نفخ یا درد در ناحیه بطنی یا معده، عدم احساس گرسنگی یا بی‌اشتهایی، احساس سیری سریع، ناتوانی در نگه داشتن ادرار خود و ضرورت به دفع ادرار مکرر از شما می‌پرسند.

معاینات اولیه‌ای که ممکن است انجام دهید

معاینه حوصله. GP شما به بطن و مهبل شما نگاه می‌کند تا وجود بخش زائد یا توده را بررسی کند.

معاینه مقعد. GP یک انگشت پوشیده شده با دستکش را به بخش پایینی بدن شما وارد می‌کند تا مشکلات مقعد و ریکتوم را بررسی کند. اینها قسمت‌هایی هستند که فقط در قسمت سفلی بدن شما قرار دارند.

اولتراسوند 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 تخمدان شما استفاده می‌شود.

سی تی اسکن (CT). از کمپیوترها و اکسری برای تهیه تصویری دقیق از تخمدان شما استفاده می‌شود.

معاینات خون. یک نمونه خون برای ارزیابی صحت عمومی شما و معاینه تومور مارکرها در بدن شما جمع‌آوری می‌شود.

معایناتی که کمتر در مراقبت‌های اولیه صورت می‌گیرند

نمونه‌برداری تحت هدایت تصویری. از کمپیوترها و اکسری برای تهیه تصویری دقیق از تخمدان استفاده می‌شود تا امکان نمونه‌برداری فراهم شود. نمونه‌برداری یعنی نمونه کوچکی از تخمدان شما برای بررسی زیر میکروسکوپ برداشته می‌شود. نمونه‌برداری از تخمدان تنها باید بعد از بررسی متخصص صورت گیرد.

اندوسکوپی دستگاه هاضمه. یک تیوب قابل انعطاف با یک کمره روی آن (که اندوسکوپ نامیده می‌شود) در داخل بینی یا گلوئی شما قرار داده می‌شود. اندوسکوپ از مری و معده عکس می‌گیرد. متخصص یا GP به شما خواهد گفت که جهت آماده شدن برای این تست کدام کار را باید انجام دهید.

کولونوسکوپی. یک کمره کوچک از طریق یک تیوب به قسمت سفلی بدن شما داخل می‌شود تا کلون شما بررسی شود. متخصص یا GP به شما خواهد گفت که جهت آماده شدن برای این تست کدام کار را باید انجام دهید.

ارجاعات

اگر GP شما تشویش‌هایی داشته باشد، برای معاینات بیشتر به یک متخصص (متخصص انکولوژی زنان) در یک شفاخانه دولتی یا در معاینه‌خانه شخصی ارجاع داده می‌شوید. متخصصین انکولوژی زنان داکترانی هستند که در قسمت سرطان تخمدان بسیار تعلیماتی را فرا گرفته اند.

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



فاصله های زمانی



نوبت ملاقات شما با متخصص باید **ظرف دو هفته** بعد از ارجاع صورت گیرد.

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؟

فاصله های زمانی



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

سوالاتی که ممکن است بخواهید پرسید



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

تشخیص و مرحله‌بندی

متخصص معاینات بیشتری را برای بررسی اینکه آیا به سرطان تخمدان مبتلا هستید، انجام می‌دهد. پروسه تایید داشتن مشکل صحت، **تشخیص** شما می‌شود.

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

سونوگرافی حوصله. اگر قبلاً آن را انجام نداده‌اید.

معاینات خون. اگر قبلاً معاینه خون انجام نداده‌اید، یک نمونه از خون برای معاینه تومور مارکرهای بدن شما جمع‌آوری می‌شود.

چست اکسری. با استفاده از اکسری عکس گرفته می‌شود تا ببینند مشکلی در ریه شما وجود دارد یا خیر.

س تی اسکن (CT). اگر قبلاً آن را انجام نداده‌اید.

توموگرافی با گسیل پوزیترون - س تی اسکن (PET-CT). مقدار کمی ماده رادیواکتیو تزریق می‌شود و کل بدن شما اسکن می‌شود تا نشان دهد سرطان کجاست.

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

اسپایریشن مایع. دکتر شما از یک سوزن برای برداشتن آب یا مایع از شکم شما استفاده می‌کند. مایعات زیر میکروسکوپ بررسی می‌شوند. این کار تحت انستیزی موضعی صورت می‌گیرد تا دردی احساس نکنید.

نمونه‌برداری تحت هدایت تصویری. اگر قبلاً آن را انجام نداده‌اید.

این معاینات به متخصص معلومات بیشتری در مورد سرطان ارائه می‌دهد، 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 تداوی برای شما استفاده گردد.

تداوی

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

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

ممکن است یک تداوی یا ترکیبی از تداوی‌ها برای شما تجویز شود:

جراحی حالتی است که سرطان بریده می‌شود. این رایج‌ترین تداوی برای سرطان تخمدان است.

کیموتراپی از دواها برای از بین بردن حشرات سرطانی و توقف رشد سرطان استفاده می‌کند. این تداوی ممکن است قبل یا بعد از جراحی و یا به تنهایی استفاده شود.

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

رادیوتراپی از اکسری برای از بین بردن حشرات 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** (جراحی یا کیموتراپی) یا **ظرف چهار هفته** (رادیوتراپی) بعد از موافقت با پلان تداوی شما شروع شود.



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

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، 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

9

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

ریگوری

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 چیست
- 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
- چقدر 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.

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.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 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 سرطان ممکن است 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 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 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 سپتامبر 2021.

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