

# سرطان پروستات



رهنمای شما برای دریافت بهترین مراقبت مربوط به سرطان

## معاینات اولیه‌ای که ممکن است انجام دهید

**تست انتی‌جن اختصاصی پروستات (تست PSA).** داکتر نمونه خون شما را می‌گیرد و بررسی می‌کند که چه مقدار PSA در آن وجود دارد. PSA پروتئینی است که در غده پروستات ساخته می‌شود. وجود مقداری PSA در خون طبیعی است. PSA بیش از حد ممکن است به این معنی باشد که مشکلی وجود دارد.

**اندازه‌گیری نسبت PSA آزاد به کل.** این یک تست اضافی است که ممکن است GP شما آن را تجویز کند تا ببیند احتمال وجود PSA بالا به دلیل سرطان پروستات چقدر است.

## ارجاعات

اگر داکتر عمومی (GP) شما تشویش‌هایی داشته باشد، برای معاینات بیشتر به یک متخصص (یورولوژی) در یک شفاخانه دولتی یا در معاینه‌خانه شخصی ارجاع داده می‌شود. متخصصین یورولوژی داکترانی هستند که در قسمت سرطان پروستات بسیار تعلیماتی را فرا گرفته‌اند.

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



## فاصله‌های زمانی

در صورت داشتن علائم و نتایج غیرطبیعی تست PSA، معاینه توسط متخصص شما باید **عاجل** صورت گیرد.

اگر علائمی ندارید اما GP شما به تشویش نتایج تکرار تست PSA شما است، معاینه یا متخصص باید در **ظرف چهار هفته** بعد از ارجاع GP شما 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؟



## درباره این رهنما

با خبر شدن از اینکه به سرطان پروستات مبتلا هستید یا ممکن است سرطان پروستات 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 باتجربه صحبت کنید یا به [www.cancer.org.au](http://www.cancer.org.au) مراجعه نمایید.

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

**بنیاد سرطان پروستات استرالیا (Prostate Cancer Foundation of Australia):** برای بدست آوردن معلومات بیشتر در مورد سرطان پروستات و حمایت از مریضان به [www.prostate.org.au](http://www.prostate.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](http://www.tisnational.gov.au) مراجعه نمایید.

## معاینات اولیه و ارجاع

### علایم

اکثر اوقات اشخاص مبتلا به سرطان پروستات هیچ علائمی ندارند.

ابتلا به سرطان پروستات ممکن است در مردانی که معاینه خون انجام می‌دهند (به معاینه PSA مراجعه نمایید) و نتیجه آن غیرطبیعی است، مشکوک تشخیص داده شود.

بطور معمول، سرطان پروستات ممکن است به دلیل علائمی مانند درد استخوان، عسرت تبول یا ضعف پاها احتمال داده شود.

روش‌های مختلفی برای تداوی سرطان پروستات 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.

بسیاری از سرطان‌های پروستات به بطاعت رشد می‌کنند، بنابراین بعضی اوقات متخصص شما توصیه می‌کند که عاجل تداوی نشود:

**نظارت فعال** حالتی است که متخصص معتقد است خطر رشد و گسترش کمی وجود دارد اما سرطان را به دقت تحت نظر دارد تا ببیند آیا با گذشت زمان تغییر می‌کند یا خیر. هیچ تداوی بلافاصله انجام نمی‌شود، اما معاینات منظم برای بررسی تغییرات یا رشد سرطان صورت می‌گیرد. در صورت تغییر یا رشد سرطان ممکن است تداوی توصیه شود.

**انتظار تحت مراقبت** نیز حالتی است که هیچ تداوی انجام نمی‌شود یا تداوی بلافاصله انجام نمی‌شود. تیم شما سرطان را مانند حالت نظارت فعال بررسی می‌کند، اما دفعات آن کمتر است. اگر مسن‌تر هستید یا اگر مشکلات صحت دیگری دارید از این روش استفاده می‌شود.

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

**پروستاتکتومی** یک عمل جراحی برای برداشتن پروستات است. اگر به سرطان پروستات در مراحل اولیه مبتلا باشید یا سرطان گسترش نیافته باشد از این روش استفاده می‌شود.

**رادیوتراپی** از اکسری برای از بین بردن حرات سرطانی و توقف رشد سرطان استفاده می‌کند. با تداوی محرومیت از اندروژن یا بدون آن استفاده می‌شود. اگر به سرطان پروستات در مراحل اولیه مبتلا باشید یا سرطان گسترش نیافته باشد از این روش استفاده می‌شود. برای بعضی از مردان ممکن است بعد از جراحی از رادیوتراپی استفاده شود.

**براکی‌تراپی** حالتی است که یک ایمپلنت رادیواکتیو در داخل بدن شما در مجاورت یا نزدیکی سرطان قرار می‌گیرد. ایمپلنت با هدف از بین بردن حرات سرطانی، تشعشعات را به سرطان مجاور می‌فرستد.

اگر سرطان به خارج از غده پروستات گسترش یافته باشد، ممکن است از دواهای مختلفی برای کاهش رشد آن استفاده شود:

**تداوی محرومیت از اندروژن (ADT)** نوعی تداوی هورمونی است. هورمون‌تراپی 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. تیم باید با شما در مورد آنچه رخ می‌دهد و آنچه ممکن است در طول ADT شما رخ دهد صحبت کند.

اگرچه ADT در صورتی که سرطان پروستات شما به دیگر قسمت‌های بدن گسترش یافته باشد، استفاده می‌شود، اما در بعضی از اشخاصی که هیچ گسترشی ندارند، همراه با رادیوتراپی نیز تجویز می‌شود.

متخصص معاینات بیشتری را برای بررسی اینکه آیا به سرطان پروستات مبتلا هستید، انجام می‌دهد. پروسه تایید داشتن مشکل صحتی، **تشخیص** نامیده می‌شود. ممکن است یک تست یا ترکیبی از معاینات برای شما تجویز شود:

**معاینه جسمی.** داکتر برای بررسی مشکلات پروستات، انگشت پوشیده شده با دستکش را در قسمت سفلی (مقعد) قرار می‌دهد. مقعد بخشی است که در قسمت سفلی بدن شما قرار دارد.

**تصویربرداری با تشدید مغناطیسی (MRI).** اسکنی که در آن از یک آهنربای قدرتمند و امواج رادیویی برای تهیه تصویری از غده پروستات استفاده می‌شود. برای مشاهده اینکه آیا چیز غیرعادی وجود دارد که نشان‌دهنده سرطان پروستات باشد، از این روش استفاده می‌شود.

**نمونه‌برداری.** نمونه‌های کوچکی از پروستات شما برای بررسی زیر میکروسکوپ گرفته می‌شود. متخصص شما باید در مورد مزایا و خطرات نمونه‌برداری پروستات با شما صحبت کند.

اگر سرطان تشخیص داده شود، متخصص ممکن است معاینات بیشتری انجام دهد تا ببیند آیا سرطان در حال رشد است، آیا گسترش یافته و در کدام مرحله قرار دارد. این کار **مرحله‌بندی** نام دارد. **مرحله‌بندی** کمک می‌کند تا از بهترین تداوی برای شما استفاده گردد. معاینات مورد استفاده ممکن است بر بنیاد نوع سرطان مورد تشخیص باشد:

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

**اسکن طبی هسته‌ای / اسکن استخوان.** مقدار کمی از مواد رادیواکتیو در نواحی استخوانی شامل سرطان تزریق و جذب می‌شود.

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

### فاصله های زمانی



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

### سوالاتی که ممکن است بخواهید پرسید



- سرطان پروستات 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؟

## 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 تدایوی در سیستم عمومی
- کمک به تطابق در طول تدایوی
- تأثیر مالی احتمالی تدایوی شما.

می‌توانید از طریق نمبر 13 11 20 با شورای سرطان (Cancer Council) به تماس شوید تا در مورد حمایت مالی یا 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](http://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](http://www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance/what-will-i-have-to-pay-for-treatment) مراجعه نمایید.

## ریگوری

تدایوی 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 تدایوی کیست
  - هر چند وقت یکبار باید چک‌آپ انجام دهید و این کار بشمول کدام معاینات است
  - عوارض جانبی تدایوی 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.

**کیموتراپی یا تدایوی با دوا** حالتی است که از دواها برای از بین بردن حجات سرطانی و توقف رشد سرطان استفاده می‌شود. ممکن است همزمان با ADT استفاده شود. اگر سرطان پروستات شما به دیگر نواحی بدن شما گسترش یافته باشد، استفاده می‌شود.

برای بدست آوردن معلومات بیشتر به [www.cancer.org.au/cancer-information/treatment](http://www.cancer.org.au/cancer-information/treatment) مراجعه نمایید.

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

### فاصله های زمانی



اگر تدایوی توصیه می‌شود، باید **ظرف سه ماه** بعد از تشخیص یا در **ظرف چهار هفته** در صورت داشتن علایم قابل توجه 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 تدایوی‌های جدید بی‌خطر هستند و بهتر از تدایوی‌های 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](http://www.australiancancertrials.gov.au) یا [www.anzup.org.au](http://www.anzup.org.au) مراجعه نمایید.

### تدایوی های مکمل

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

### سوالاتی که ممکن است بخواهید پرسید



- کدام تدایوی را توصیه می‌کنید؟
- برای تدایوی باید به کجا مراجعه کنم؟
- مصرف تدایوی چقدر خواهد بود و چه مقدار از مصرف را باید خودم بپردازم؟
- کدام فعالیت‌ها/ورزش‌ها به من در طول تدایوی و بعد از آن کمک می‌کند؟
- آیا می‌توانم به کار کردن ادامه بدهم؟
- تدایوی به زندگی روزمره من چی‌قسم تأثیر می‌گذارد؟
- اشخاص تیم من چه کسانی هستند و مخاطب اصلی من کیست؟
- عوارض جانبی احتمالی تدایوی چیست؟
- اگر احساس مریضی یا سوالی داشته باشم با کی به تماس شوم؟
- آیا تدایوی 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](http://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.advancecareplanning.org.au](http://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 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](http://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](http://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 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 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 سپتمبر 2021.

این منبع برینباد معلوماتی از مسیر مراقبت مطلوب برای مردان مبتلا به سرطان پروستات (ورایش دوم) است که در [www.cancer.org.au/OCP](http://www.cancer.org.au/OCP) موجود است.