

ابر حامی

آگاهی، بهبودی، رشد؛  
برای همزیستان سرطان



آموزش‌های عمومی سامانه ابر حامی

[www.abrhami.ir](http://www.abrhami.ir)

## سرطان ریه - مراقبت پیگیرانه



## سرطان ریه - سلول غیرکوچک: مراقبت‌های پیگیرانه

در این صفحه: در مورد مراقبت‌های پزشکی پس از تکمیل درمان سرطان و چرایی اهمیت این مراقبت‌های پیگیرانه خواهید خواند.

مراقبت از افراد مبتلا به سرطان پس از پایان درمان فعال پایان نمی‌یابد. تیم مراقبت‌های سلامتی شما به بررسی عدم بازگشت سرطان، مدیریت عوارض جانبی و نظارت بر سلامت کلی شما ادامه خواهد داد. به این روند، مراقبت پیگیرانه می‌گویند.

مراقبت‌های پیگیرانه ممکن است شامل معاینات فیزیکی منظم، آزمایش‌های پزشکی یا هر دو باشد. پزشکان می‌خواهند روند بهبودی شما را در ماه‌ها و سال‌های آینده پیگیری کنند.

توان بخشی سرطان ممکن است توصیه شود، و می‌تواند به معنای هر یک از طیف گسترده‌ای از خدمات مانند فیزیوتراپی، کاردرمانی، مشاوره شغلی، مدیریت درد، برنامه‌ریزی تغذیه، و/یا مشاوره عاطفی باشد. هدف از توان بخشی، کمک به افراد برای بازیابی کنترل بر بسیاری از جنبه‌های زندگی و حفظ استقلال فرد تاحدامکان است. [در باره توان بخشی سرطان](#) بیشتر بدانید.

در مورد اهمیت [مراقبت‌های پیگیرانه](#) بیشتر بدانید.

### مراقب عود یا سرطان دوم باشید

یکی از اهداف مراقبت‌های پیگیرانه بررسی عود سرطان است. سرطان عود می‌کند؛ زیرا مناطق کوچکی از سلول‌های سرطانی ممکن است در بدن شناسایی نشده باقی بمانند. با گذشت زمان، تعداد این سلول‌ها ممکن است افزایش یابد تا زمانی که در نتایج آزمایش ظاهر شوند یا علائم یا نشانه‌هایی ایجاد کنند. در طول مراقبت‌های پیگیرانه، یک پزشک آشنا با سابقه پزشکی شما می‌تواند اطلاعات شخصی در مورد خطر عود بیماری به شما بدهد. برخی از افراد ممکن است آزمایش‌های خون یا آزمایش‌های تصویربرداری را به عنوان بخشی از مراقبت‌های پیگیری منظم انجام دهند، اما توصیه‌های آزمایش به عوامل مختلفی از جمله نوع و مرحله سرطانی که برای اولین بار تشخیص داده شده و انواع درمان انجام شده بستگی دارد.

افرادی که به سرطان ریه سلول غیر کوچک (NSCLC) مبتلا می‌شوند نیز در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به سرطان ریه دوم هستند. پزشک شما انجام اسکن‌های آینده را برای مشاهده عود و هرگونه سرطان ریه جدید توصیه می‌کند.

انجمن انکولوژی بالینی آمریکا توصیه می‌کند اکثر افرادی که با موفقیت از مرحله I تا مرحله III NSCLC درمان شده‌اند، هر ۶ ماه یکبار در ۲ سال اول پس از درمان، اسکن تصویربرداری دریافت کنند تا عود بیماری را پیگیری کنند. آزمایش ترجیحی سی تی اسکن قفسه سینه است (به تشخیص مراجعه کنید). پس از ۲ سال اول، افراد باید سالی یکبار سی تی اسکن قفسه سینه با دوز پایین دریافت کنند. انجمن انکولوژی بالینی آمریکا استفاده از اسکن PET-CT با فلورودوکسی گلوکز (FDG) آزمایش خون، یا MRI مغز را به عنوان آزمایش‌های معمول برای مشاهده عود سرطان توصیه نمی‌کند.

این اطلاعات براساس دستورالعمل انجمن انکولوژی بالینی آمریکا، "نظارت بر سرطان ریه پس از درمان قطعی باهدف درمانی" است.

پیش‌بینی قبل از انجام آزمایش بعدی یا انتظار برای نتایج آزمایش ممکن است به شما یا یکی از اعضای خانواده استرس دهد. گاهی اوقات به این حالت "اضطراب" می‌گویند. در مورد چگونگی **مقابله با این نوع استرس** بیشتر بدانید.

## مدیریت عوارض جانبی طولانی‌مدت و دیررس

اکثر مردم انتظار دارند هنگام دریافت درمان، عوارض جانبی داشته باشند. بااین‌حال، اغلب برای بهبودیافتگان تعجب‌آور است که برخی از عوارض جانبی ممکن است فراتر از دوره درمان باقی بمانند. به این عوارض جانبی، عوارض طولانی‌مدت می‌گویند. سایر عوارض جانبی به نام اثرات دیررس ممکن است ماه‌ها یا حتی سال‌ها پس از پایان درمان ایجاد شوند. اثرات طولانی‌مدت و دیررس می‌تواند شامل تغییرات فیزیکی و احساسی باشد.

با پزشک خود در مورد خطر ابتلا به چنین عوارض جانبی براساس تشخیص، برنامه درمانی فردی و سلامت کلی خود صحبت کنید. اگر درمان شناخته‌شده‌ای دارای اثرات دیررس خاص داشته‌اید، ممکن است معاینات فیزیکی، اسکن یا آزمایش خون برای کمک به یافتن و مدیریت آنها انجام دهید.

مشکلات رایج پس از درمان شامل درد، خستگی و تنگی نفس است. پزشک، پرستار و مددکار اجتماعی می‌توانند به شما کمک کنند تا برنامه‌ای برای مدیریت مشکلات پس از درمان، تهیه کنید.

افراد با سابقه‌ی مصرف سیگار، در معرض خطر بالای بیماری قلبی، سکته مغزی، آمفیزم و برونشیت مزمن هستند. برخی از درمان‌های سرطان می‌توانند این خطرات را بیشتر کنند. حتی برای کسانی که سیگار نمی‌کشند، انتخاب سبک زندگی سالم بعد از سرطان، برای بهزیستی کلی مهم است.

## نگهداری سوابق سلامت شخصی

شما و پزشکتان باید با همکاری، یک برنامه مراقبت پیگیری شخصی ایجاد کنید. مطمئن شوید که در مورد هرگونه نگرانی در مورد سلامت جسمی یا عاطفی آینده خود صحبت کنید همچنین، زمان خوبی است تا با پزشک خود در مورد اینکه چه کسی مراقبت‌های پیگیرانه شما را هدایت می‌کند، صحبت کنید. برخی از بازماندگان همچنان به انکولوژیست خود مراجعه می‌کنند، درحالی‌که برخی دیگر به مراقبت از پزشک مراقبت‌های اولیه خود یا سایر متخصصان مراقبت‌های سلامتی برمی‌گردند. این تصمیم به عوامل مختلفی از جمله نوع و مرحله سرطان، عوارض جانبی، قوانین بیمه درمانی و ترجیحات شخصی شما بستگی دارد.

اگر پزشکی که مستقیماً در مراقبت از سرطان شما نقش نداشته مراقبت‌های پیگیرانه شما را هدایت می‌کند، مطمئن شوید که خلاصه درمان سرطان و فرم‌های برنامه مراقبت خود را با آنها و با همه ارائه‌دهندگان مراقبت‌های سلامتی آینده به اشتراک بگذارید. جزئیات مربوط به درمان سرطان شما برای متخصصان مراقبت‌های سلامتی که در طول زندگی از شما مراقبت می‌کنند، بسیار ارزشمند است.