

ابر حامی

آگاهی، بهبودی، رشد؛
برای همزیستان سرطان



آموزش‌های عمومی سامانه ابر حامی

www.abrhami.ir

مراقبت‌های پیگیرانه از روده



سرطان روده بزرگ: مراقبت‌های پیگیرانه

در این صفحه: در مورد مراقبت‌های پزشکی خود پس از تکمیل درمان سرطان و چرایی اهمیت این مراقبت‌های پیگیرانه خواهید خواند. برای مشاهده سایر صفحات از منو استفاده کنید.

مراقبت از افراد مبتلا به سرطان پس از پایان درمان فعال پایان نمی‌یابد. تیم مراقبت‌های سلامتی شما به بررسی ادامه می‌دهد تا مطمئن شود سرطان عود نکرده است، عوارض جانبی را مدیریت کرده و سلامت کلی شما را زیر نظر دارد. به این روند، مراقبت‌های 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. مراقبت‌های پیگیرانه به‌ویژه در ۵ سال اول پس از درمان سرطان روده بزرگ مهم است زیرا در این زمان خطر عود بالایی وجود دارد.

توانبخشی سرطان ممکن است توصیه شود، و این 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 توانبخشی کمک به افراد برای بازیابی کنترل بر بسیاری از جنبه‌های زندگی و حفظ استقلال تا حد امکان است. درباره توانبخشی سرطان بیشتر بدانید

درباره اهمیت مراقبت‌های پیگیرانه بیشتر بدانید.

عود بیماری

یکی از اهداف مراقبت‌های پیگیرانه بررسی عود است، به این معنی که سرطان برگشته است. سرطان عود می‌کند؛ زیرا مناطق کوچکی از سلول‌های سرطانی ممکن است در بدن شناسایی نشده باقی بمانند. باگذشت 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، پزشکی آشنا با سابقه پزشکی شما می‌تواند اطلاعات شخصی در مورد خطر عود بیماری به شما بدهد. پزشک سؤالات خاصی در مورد سلامتی شما خواهد پرسید. برخی از افراد ممکن است آزمایش‌های خون یا آزمایش‌های تصویربرداری را به‌عنوان 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.

پیش‌بینی قبل از انجام آزمایش پیگیرانه یا انتظار برای نتایج آزمایش ممکن است به شما یا یکی از اعضای خانواده استرس اضافه کند. گاهی اوقات به این احساس «اضطراب نتایج» می‌گویند. در مورد چگونگی مقابله با این نوع استرس بیشتر بدانید

مراقبت‌های پیگیرانه توصیه شده

آزمایش‌هایی که پزشک توصیه می‌کند و تعداد دفعات نیاز به انجام آن‌ها براساس خطر عود و سلامت کلی شما است. به‌طور کلی، مراجعه بیمار به پزشک و انجام غربالگری پیگیرانه هر ۳ تا ۶ ماه به مدت

۵ سال پس از تشخیص، رایج است. مهم است به یاد داشته باشید افراد مختلف، خطرات متفاوتی برای عود دارند، بنابراین مهم است که با پزشک خود در مورد احتمال عود سرطان صحبت کنید.

انجمن انکولوژی بالینی آمریکا توصیه‌هایی برای مراقبت‌های پیگیرانه در افرادی که سرطان روده بزرگ مرحله II یا III داشتند، دارد. اطلاعات کمی راجع به آزمایش‌ها برای افرادی که سرطان روده بزرگ مرحله یک داشتند، انجام شود زیرا احتمال بازگشت این مرحله کمتر است. اگر شما درمان سرطان روده بزرگ متاستاتیک داشته اید، مهم است با پزشک خود در مورد ایجاد یک **برنامه مراقبت پیگیرانه** به‌طور خاص برای شما صحبت کنید، زیرا در حال حاضر هیچ برنامه مراقبت پیگیری استاندارد برای این مرحله از سرطان روده بزرگ وجود ندارد. همچنین مهم است به یاد داشته باشید این توصیه‌های مراقبتی پیگیرانه برای افرادی است که سرطان روده بزرگ داشته‌اند و ارثی نبوده است (به **عوامل خطر مراجعه کنید**).

سال اول بعد از درمان

- معاینه فیزیکی و آزمایش آنتی‌ژن کارسینومبریونیک (CEA) هر ۳ تا ۶ ماه یک‌بار
- سی‌تی‌اسکن شکم و قفسه سینه (سی‌تی‌اسکن) هر سال (هر ۶ تا ۱۲ ماه برای افراد با خطر بالای عود)
- برای افراد مبتلا به سرطان رکتوم، سی‌تی‌اسکن لگن هر ۶ تا ۱۲ ماه یک‌بار
- کولونوسکوپی ۱ سال پس از جراحی
- رکتوسیگموئیدوسکوپی هر ۶ ماه برای افراد مبتلا به سرطان رکتوم که پرتودرمانی لگن را انجام نداده‌اند.

سال دوم بعد از درمان

- معاینه فیزیکی و آزمایش CEA هر ۳ تا ۶ ماه یک‌بار
- سی‌تی‌اسکن هر سال (هر ۶ تا ۱۲ ماه برای افراد با خطر بالای عود)
- برای افراد مبتلا به سرطان رکتوم، سی‌تی‌اسکن لگن هر ۶ تا ۱۲ ماه یک‌بار
- رکتوسیگموئیدوسکوپی هر ۶ ماه برای افراد مبتلا به سرطان رکتوم که پرتودرمانی لگن انجام نداده‌اند.

سال سوم پس از درمان

- معاینه فیزیکی و آزمایش CEA هر ۳ تا ۶ ماه یک‌بار
- سی‌تی‌اسکن هر سال (هر ۶ تا ۱۲ ماه برای افراد با خطر بالای عود)

- برای افراد مبتلا به سرطان رکتوم، سی‌تی‌اسکن لگن هر 6 تا 12 ماه یک‌بار
- رکتوسیگموئیدوسکوپی هر 6 ماه برای افراد مبتلا به سرطان رکتوم که پرتودرمانی لگن انجام نداده‌اند.

سال چهارم پس از درمان

- معاینه فیزیکی و آزمایش CEA هر 3 تا 6 ماه یک‌بار
- برای افراد مبتلا به سرطان رکتوم، هر سال سی‌تی‌اسکن لگن انجام شود
- رکتوسیگموئیدوسکوپی هر 6 ماه برای افراد مبتلا به سرطان رکتوم که پرتودرمانی لگن انجام نداده‌اند.

سال پنجم پس از درمان

- معاینه فیزیکی و آزمایش CEA هر 3 تا 6 ماه یک‌بار
- برای افراد مبتلا به سرطان رکتوم، هر سال سی‌تی‌اسکن لگن انجام شود
- رکتوسیگموئیدوسکوپی هر 6 ماه برای افراد مبتلا به سرطان رکتوم که پرتودرمانی لگن انجام نداده‌اند.

مدیریت عوارض جانبی طولانی‌مدت و دیررس

اکثر مردم انتظار دارند هنگام دریافت درمان، عوارض جانبی داشته باشند. با این حال، اغلب برای بهبودیافتگان تعجب‌آور است که برخی از عوارض جانبی ممکن است فراتر از دوره درمان باقی بمانند. به این عوارض جانبی 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 شناخته شده‌ای برای ایجاد اثرات دیررس خاص داشته‌اید، ممکن است معاینات فیزیکی، اسکن یا آزمایش خون برای کمک به یافتن و مدیریت آنها انجام دهید.

نگهداری سوابق سلامت شخصی

شما و پزشکتان باید با هم، کار کنید تا یک برنامه مراقبت پیگیری شخصی ایجاد کنید. مطمئن شوید که در مورد هرگونه نگرانی در مورد سلامت جسمی یا عاطفی آینده خود با پزشک صحبت کنید. همچنین این زمان خوبی است تا با پزشک خود در مورد اینکه چه کسی مراقبت‌های پیگیرانه شما را هدایت می‌کند، صحبت کنید. برخی از بهبودیافتگان، 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 برنامه مراقبت پیگیرانه خود را با آنها و با همه ارائه‌دهندگان مراقبت‌های سلامتی در 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.