

ابر حامی

آگاهی، بهبودی، رشد؛
برای همزیستان سرطان



آموزش‌های عمومی سامانه ابر حامی
www.abrhami.ir

عوارض هورمون درمانی



عوارض هورمون درمانی

هورمون درمانی، نوعی درمان سرطان است که هورمون‌های خاصی را حذف، مسدود یا اضافه می‌کند تا رشد سلول‌های سرطانی را متوقف یا کند، کند. مانند سایر درمان‌های سرطان، هورمون درمانی می‌تواند عوارض جانبی ایجاد کند. عوارض جانبی ممکن است برای هر فرد، متفاوت باشد. عوارض جانبی این درمان، به عوامل زیادی بستگی دارد، از جمله:

- نوع سرطان
- مرحله سرطان
- نوع هورمون درمانی
- مقدار داروی دریافتی

تیم درمانی، می‌تواند به شما در مدیریت عوارض جانبی کمک کند. این همراهی، **مراقبت تسکینی** یا مراقبت حمایتی نامیده می‌شود. مراقبت تسکینی، به افراد مبتلا به هر نوع یا هر مرحله‌ای از سرطان، کمک می‌کند تا احساس بهتری داشته باشند. قبل از شروع هورمون درمانی، با پزشک در مورد عوارض جانبی احتمالی برنامه درمانی خاص خود، صحبت کنید.

چرا هورمون درمانی عوارض جانبی ایجاد می‌کند؟

هورمون‌ها مواد شیمیایی ساخته شده توسط بدن هستند که در جریان خون شما حرکت می‌کنند. آنها فعالیت سلول‌ها یا اندام‌های خاصی را کنترل می‌کنند. تغییر در میزان هورمون‌ها، می‌تواند در فعالیت خاصی در بدن اختلال ایجاد کند و عوارض جانبی ایجاد کند. برخی از هورمون‌ها بر چندین عملکرد بدن تأثیر می‌گذارند، بنابراین هورمون درمانی می‌تواند عوارض جانبی مختلفی ایجاد کند.

کنترل عوارض هورمون درمانی

قبل از شروع هورمون درمانی، با پزشک خود در مورد عوارض جانبی و نحوه مدیریت آنها، صحبت کنید. در مورد هر چیزی که برای شما نامشخص است، سؤال بپرسید تا در صورت تجربه‌ی عوارض جانبی، آمادگی داشته باشید.

در اسرع وقت، تیم مراقبت از سرطان را، از مشکلات پزشکی جدید یا نشانه‌هایی که شدیدتر شده‌اند، مطلع کنید. حتی اگر فکر نمی‌کنید علائم شما جدی یا مرتبط با هورمون درمانی باشد، انجام این کار مهم است. **پیگیری عوارض جانبی**، می‌تواند تسکین مورد نیاز را آسان‌تر کند. شما می‌توانید به طور منظم،

زمان بروز عوارض جانبی و شدت آنها را، ثبت کنید و به راحتی می‌توانید این جزئیات را با تیم مراقبت از سرطان خود در میان بگذارید، تا به شما کمک کنند.

برخی از افراد ممکن است برای مدت طولانی، نیاز به هورمون‌درمانی داشته باشند. همکاری با تیم مراقبت از سرطان، برای مدیریت عوارض جانبی، می‌تواند به حفظ کیفیت زندگی در حین این نوع درمان طولانی سرطان کمک کند.

عوارض عمومی هورمون‌درمانی

بسیاری از عوارض جانبی به نوع درمان یا دارویی که دریافت می‌کنید، بستگی دارد. به عنوان مثال، درمان‌هایی که بدن را از ساخت یا استفاده از هورمون استروژن باز می‌دارند، ممکن است [علائمی را ایجاد کنند که معمولاً همراه با یائسگی دیده می‌شوند](#). اما، عوارض هورمون‌درمانی می‌تواند از فردی به فرد دیگر، حتی با یک داروی مشابه، متفاوت باشد.

در اینجا یک لیست کلی از عوارض جانبی احتمالی هورمون‌درمانی وجود دارد. مهم است توجه داشته باشید که باید با تیم مراقبت از سرطان خود در مورد آنچه که بر اساس داروی شما رایج است، صحبت کنید.

نگرانی‌های مربوط به سلامت جنسی. هورمون‌درمانی می‌تواند باعث کاهش میل جنسی و مشکلات ارگاسم شود. همچنین می‌تواند باعث اختلال نعوظ (ناتوانی در ایجاد یا حفظ نعوظ آلت تناسلی) شود. در مورد مدیریت [سلامت جنسی در طول درمان بیشتر بیاموزید](#)

تغییرات واژن و قاعدگی. عوارض جانبی هورمون‌درمانی، می‌تواند شامل خشکی واژن، ترشح، خارش یا سوزش باشد. همچنین می‌تواند باعث تغییراتی در چرخه قاعدگی شود و باعث خونریزی واژینال شود که مربوط به پرئود نیست.

گرگرفتگی و تعریق شبانه. گرگرفتگی، در افرادی که هورمون‌درمانی می‌کنند، بسیار رایج است. به عنوان مثال، تا 75 درصد از بیمارانی که برای سرطان پروستات، هورمون‌درمانی دریافت می‌کنند، گرگرفتگی دارند. تعریق شبانه نیز رایج است. درباره [مدیریت گرگرفتگی در زنان و مدیریت گرگرفتگی در مردان بیشتر بدانید](#)

تغییرات وزن. کاهش سطح هورمون، می‌تواند باعث افزایش چربی، کاهش ماهیچه‌ها و کاهش سوخت و ساز شود. همچنین می‌تواند منجر به رشد بافت سینه در مردان شود. به این حالت ژنیکوماستی می‌گویند. در مورد [افزایش وزن در طول درمان بیشتر بدانید](#). همچنین، مقادیر بیشتر برخی از هورمون‌ها مانند هورمون تیروئید، می‌تواند باعث [کاهش وزن شود](#)

کاهش سلامت استخوان. انواع خاصی از هورمون‌درمانی، می‌توانند باعث پوکی‌استخوان (نازک شدن استخوان‌ها) شوند. پوکی‌استخوان، باعث می‌شود استخوان‌ها شکننده‌تر و در برخی موارد احتمال شکستگی در آنها، بیشتر شود. درباره مدیریت **پوکی استخوان** بیشتر بدانید.

تغییرات خلق و خو. این تغییرات می‌تواند شامل افسردگی، یا نوسانات خلقی باشد. درباره مدیریت **افسردگی**، در طول درمان، بیشتر بدانید.

خستگی. هورمون‌درمانی، ممکن است باعث خستگی شود. اصطلاح پزشکی این عارضه، "خستگی مرتبط با سرطان" است و شامل احساس خستگی جسمی، عاطفی و ذهنی است، حتی اگر به اندازه کافی استراحت و خواب داشته باشید. درباره **مدیریت خستگی** بیشتر بیاموزید.

علائم گوارشی. دستگاه گوارش شما، نقش اصلی را در هضم غذا و مایعات و جدا سازی مواد زائد، ایفا می‌کند. هورمون‌درمانی می‌تواند باعث علائم گوارشی مانند **یبوست شود**. علائم دیگر عبارتند از **تهوع و استفراغ و اسهال**

تغییر در تفکر و حافظه. برخی از افراد ممکن است در طول هورمون‌درمانی، در فکرکردن یا به‌خاطر سپردن برخی موارد، مشکل داشته باشند. پزشکان این موارد را «مشکلات شناختی» می‌نامند. درباره **مدیریت مشکلات تفکر و حافظه** در طول درمان سرطان بیشتر بدانید.

ناباروری. هورمون‌درمانی با جراحی، می‌تواند باروری را برای همیشه تحت‌تأثیر قرار دهد. باروری، توانایی بیولوژیکی برای داشتن فرزند است. اگر نگرانی در مورد باروری دارید، قبل از شروع درمان، با پزشک خود صحبت کنید. درباره **نگرانی‌های باروری و حفظ آن در طول سرطان** بیشتر بدانید.

خطر بیشتر برای سایر بیماری‌ها. برخی از هورمون‌درمانی‌ها خطر ابتلا به برخی بیماری‌ها را افزایش می‌دهند. آنها می‌توانند شامل لخته‌شدن خون، سکنه مغزی، آب‌مروراید، حملات قلبی و سکنه مغزی باشند. آنها همچنین می‌توانند، خطر ابتلا به سرطان رحم را، افزایش دهند.

توجه به این نکته مهم است که ممکن است عوارض جانبی دیگری نیز رخ دهد که در این مقاله، ذکر نشده است. با تیم مراقبت از سرطان خود، در مورد اینکه چه عوارض جانبی می‌توانید انتظار داشته باشید، چگونه می‌توان آنها را مدیریت کرد، با چه کسی در تیم مراقبتی خود تماس بگیرید و اگر عوارض جانبی غیرمنتظره‌ای داشتید به چه کسی اطلاع دهید، صحبت کنید. برای مثال، صحبت با یک متخصص تغذیه، در مورد عوارض جانبی مربوط به دستگاه گوارش، ممکن است مفید باشد. درباره **مدیریت عوارض جانبی فیزیکی** ناشی از درمان سرطان، بیشتر بدانید.

مراقبت‌های پیگیرانه بعد از هورمون‌درمانی

برخی از عوارض جانبی، پس از پایان درمان از بین می‌روند، اما برخی از آنها می‌توانند بیش از مدت دوره درمان، ادامه داشته باشند. سایر اثرات ممکن است ماه‌ها یا سال‌ها بعد، ظاهر شوند. تیم مراقبت از سرطان می‌تواند به شما کمک کند تا **عوارض جانبی طولانی‌مدت را مشاهده کرده و مدیریت کنید**. به این فرایند، مراقبت پیگیرانه، گفته می‌شود. دریافت مراقبت‌های پیگیرانه، پس از هورمون‌درمانی مهم است. مراقبت‌های بعدی شما ممکن است شامل، معاینات فیزیکی منظم، آزمایش‌های پزشکی یا هر دو باشد. از پزشک خود بپرسید که به چه آزمایش‌ها و معایناتی نیاز دارید و هر چند وقت یک‌بار این معاینات باید تکرار شوند. به این فرایند، **برنامه مراقبت بهبودی** گفته می‌شود.

سؤالاتی که باید از تیم مراقبت از سرطان بپرسید

- چه عوارض جانبی در اثر هورمون‌درمانی خاص من، رایج است؟
- چه زمانی احتمال بروز عوارض جانبی وجود دارد؟ چه مدت؟
- عوارض جانبی چقدر طول می‌کشد؟ آیا برخی از آنها می‌توانند دائمی باشد؟
- آیا کاری وجود دارد که بتوانم انجام دهم تا برای این عوارض جانبی آماده شوم؟
- تیم درمانی، برای پیشگیری یا تسکین عوارض جانبی چه کاری می‌توانند انجام دهند؟
- در صورت شروع تجربه عوارض جانبی هورمون‌درمانی، به چه کسی باید اطلاع دهم؟ چه زمانی پس از شروع علائم باید اطلاع دهم؟
- چه عوارضی اورژانسی محسوب می‌شوند؟ در صورت بروز یک عارضه جانبی اورژانسی، چه باید بکنم؟
- اگر راجع به عوارض جانبی خاص سؤالی دارم با چه کسی تماس بگیرم؟
- چگونه می‌توانم در ساعات کاری عادی، به آنها دسترسی داشته باشم؟ پس از ساعت‌های اداری چطور؟
- آیا گروه حمایتی خاصی وجود دارد که بتوانید برای کمک به مقابله با ترس از عوارض جانبی، به من توصیه کنید؟

- آیا راه‌های دیگری وجود دارد که بتوانم با ترس‌هایم در مورد عوارض درمان، مقابله کنم؟
- آیا می‌توانید یک مددکار اجتماعی، مشاور یا متخصص مراقبت‌های حمایتی یا تسکینی را به من توصیه کنید تا با او صحبت کنم؟

منابع مرتبط

هورمون درمانی چیست؟

مدیریت ترس از عوارض جانبی ناشی از درمان سرطان

درمان گسترده و نیازهای بازماندگان سرطان

مدیریت عوارض جانبی فیزیکی