



آموزش‌های عمومی سامانه ابر حامی
www.abrhami.ir

مدارا با درمان سرطان معده



سرطان معده: مدارا با درمان

هر درمان سرطان می‌تواند عوارض جانبی یا تغییراتی در بدن و احساس شما ایجاد کند. به دلایل بسیاری، افراد حتی زمانی که درمان یکسانی برای سرطانی مشابه دریافت می‌کنند، عوارض جانبی مشابهی را تجربه نمی‌کنند. این می‌تواند پیش‌بینی احساس شما در طول درمان را دشوار کند.

ترس از عوارض جانبی مربوط به درمان طبیعی است. شاید دانستن اینکه تیم مراقبت‌های سلامتی برای پیشگیری و تسکین عوارض جانبی همراه شما خواهد بود، کمک‌کننده باشد. این بخش از درمان سرطان، مراقبت تسکینی یا مراقبت حمایتی نامیده می‌شود. صرف نظر از سن یا مرحله بیماری، مراقبت تسکینی، بخش مهمی از برنامه درمانی شما است.

مدارا با عوارض جسمی

عوارض جانبی فیزیکی رایج برای هر طرح درمانی سرطان معده در بخش **انواع درمان توضیح داده شده است** تغییرات در سلامت جسمانی در حین درمان، به عوامل مختلفی از جمله مرحله سرطان، طول مدت و دوز درمان و سلامت عمومی شما بستگی دارد.

با تیم مراقبت‌های سلامتی به‌طور منظم در مورد احساس خود صحبت کنید. مهم است که آنها را در مورد هرگونه عوارض جانبی جدید یا تغییر در عوارض جانبی موجود، آگاه کنید. اگر آنها احساس شما را بدانند، می‌توانند راه‌هایی را برای تسکین یا مدیریت عوارض جانبی بیابند تا به شما کمک کنند احساس راحتی بیشتری داشته باشید و به‌طور بالقوه از شدیدتر شدن عوارض جانبی جلوگیری کنید.

ممکن است برای شما مفید باشد که عوارض جانبی خود را پیگیری کنید، بنابراین صحبت در مورد هرگونه تغییر با تیم مراقبت‌های سلامتی آسان‌تر است.

گاهی اوقات، عوارض جانبی ممکن است پس از پایان درمان ادامه یابد. پزشکان به این عوارض طولانی‌مدت می‌گویند. عوارض جانبی که ماه‌ها یا سال‌ها پس از درمان رخ می‌دهد، **عوارض دیررس نامیده می‌شود** درمان عوارض جانبی طولانی‌مدت و عوارض دیررس بخش مهمی از مراقبت‌های بهبودی است. با مطالعه بخش **مراقبت‌های پیگیرانه** این راهنما یا صحبت با پزشک خود بیشتر بیاموزید.

مدارا با اثرات عاطفی و اجتماعی

بعد از تشخیص سرطان ممکن است اثرات عاطفی و اجتماعی، تجربه کنید. این ممکن است شامل برخورد با انواع احساسات، مانند غم و اندوه، اضطراب، یا عصبانیت، یا مدیریت سطح استرس شما باشد. گاهی اوقات، افراد برای بیان احساس خود به عزیزان مشکل دارند. برخی دریافته‌اند که صحبت با یک مددکار اجتماعی سرطان‌شناسی، مشاور یا یک مشاور مذهبی، می‌تواند به آنها کمک کند تا راه‌های مؤثرتری برای مقابله و صحبت در مورد سرطان پیدا کنند.

همچنین می‌توانید **راهنمای مدارا** با اثرات عاطفی و اجتماعی را در بخش جداگانه‌ای از این وب‌سایت بیابید. این بخش شامل منابع بسیاری برای یافتن پشتیبانی و اطلاعاتی برای رفع نیازهای شما است.

مدارا با هزینه‌های مراقبت از سرطان

درمان سرطان می‌تواند پرهزینه باشد و این هزینه ممکن است منبع استرس و اضطراب برای افراد مبتلا به سرطان و خانواده‌هایشان باشد. علاوه بر هزینه‌های درمان، بسیاری از مردم متوجه می‌شوند که هزینه‌های اضافی و برنامه‌ریزی نشده مربوط به مراقبت از خود را نیز دارند. برای برخی افراد، هزینه بالای مراقبت‌های پزشکی آنها را از پیروی یا تکمیل برنامه درمان سرطان باز می‌دارد. این شرایط می‌تواند سلامت آنها را به خطر بیندازد و ممکن است در آینده منجر به هزینه‌های بالاتر شود. بیماران و خانواده‌های آنها تشویق می‌شوند تا در مورد نگرانی‌های مالی با یکی از اعضای تیم مراقبت‌های سلامتی خود صحبت کنند. در بخش جداگانه‌ای از این وب‌سایت درباره **مدیریت ملاحظات مالی بیشتر بدانید**

مدارا با موانع مراقبت

برخی از افراد سطوح متفاوتی از موارد جدید سرطان را تجربه می‌کنند و نتایج متفاوتی را از تشخیص سرطان خود تجربه می‌کنند. به این تفاوت‌ها «اختلافات سرطانی» می‌گویند. نابرابری‌ها تا حدی ناشی از موانع موجود در دنیای واقعی برای مراقبت‌های پزشکی باکیفیت و **عوامل اجتماعی تعیین‌کننده سلامتی**، مانند محل زندگی یک فرد و دسترسی به غذا و مراقبت‌های بهداشتی است.

اگر در دریافت مراقبت‌های مورد نیاز خود مشکل دارید، با یکی از اعضای تیم مراقبت‌های سلامتی خود صحبت کنید یا **منابع دیگری را جستجو کنید که به حمایت از افراد محروم از نظر پزشکی کمک می‌کند**.

با تیم مراقبت‌های بهداشتی خود در مورد عوارض جانبی صحبت کنید

قبل از شروع درمان، با پزشک خود در مورد عوارض جانبی احتمالی صحبت کنید. می‌توانید از سؤالات زیر استفاده کنید:

- کدام عوارض بیشتر محتمل است؟
- چه زمانی احتمال وقوع آنها وجود دارد؟
- برای پیشگیری یا تسکین آنها چه کنیم؟
- در مورد عوارض جانبی چه زمانی و با چه کسی تماس بگیریم؟

حتماً در مورد هرگونه عوارض جانبی که در طول درمان و پس از آن رخ می‌دهد، به تیم مراقبت‌های سلامتی خود اطلاع دهید. پیشنهاد می‌شود حتی اگر فکر نمی‌کنید عوارض جانبی جدی باشند، هرگونه تغییر را با تیم مراقبتی خود، در میان بگذارید. این بحث باید شامل اثرات فیزیکی، عاطفی، اجتماعی و مالی سرطان باشد.

مراقبت از یک عزیز مبتلا به سرطان

اعضای خانواده و دوستان اغلب نقش مهمی در مراقبت از فرد مبتلا به سرطان معده دارند. مراقبین می‌توانند به بیمار حمایت فیزیکی، عملی و عاطفی ارائه دهند، حتی اگر در مکان متفاوتی زندگی کنند. مراقب بودن نیز می‌تواند استرس‌زا و از نظر عاطفی چالش‌برانگیز باشد. یکی از مهمترین وظایف مراقبین [مراقبت از خود است](#)

مراقبین ممکن است طیف وسیعی از مسئولیت‌ها را به صورت روزانه یا برحسب نیاز داشته باشند، از جمله:

- ارائه حمایت و امید دادن به بیمار
- صحبت با تیم مراقبت‌های سلامتی
- دادن داروها
- کمک به مدیریت علائم و عوارض جانبی
- هماهنگی نوبت‌های پزشکی
- همراهی در حین ملاقات با پزشکان و خدمات درمانی
- کمک در وعده‌های غذایی
- کمک به کارهای خانه
- رسیدگی به مسائل بیمه و صورت حساب

یک طرح مراقبتی می‌تواند به مراقبین کمک کند تا سازماندهی شده و به شناسایی فرصت‌هایی برای واگذاری وظایف به دیگران کمک کند. ممکن است مفید باشد که از تیم مراقبت‌های سلامتی بپرسید که در طول درمان و بعد از درمان چه مقدار مراقبت در خانه و با انجام وظایف روزانه موردنیاز است.