

ابر حامی

آگاهی، بهبودی، رشد؛
برای همزیستان سرطان



آموزش‌های عمومی سامانه ابر حامی
www.abrahami.ir

نوجوان و جوان مبتلا به سرطان



نوجوان و جوان مبتلا به سرطان

ابتلا به سرطان در بزرگسالی یا نوجوانی با ابتلا به سرطان در دوران کودکی یا بعد از آن بسیار متفاوت است. تشخیص و درمان به دلایل زیادی می‌تواند چالش برانگیز باشد. مثلاً:

- اگر در جوانی یا نوجوانی بیمار شوید، ممکن است شما یا پزشکتان سرطان را به عنوان یک علت احتمالی در نظر نگیرید. سرطان در نوجوانان و جوانان غیرمعمول است و علائم شما ممکن است؛ مانند علائم یک بیماری متفاوت به نظر برسد.
- ممکن است بیمه درمانی نداشته باشید. یا ممکن است در پرداخت هزینه درمان سرطان، حتی با بیمه درمانی، مشکل داشته باشید. درباره **مدیریت هزینه مراقبت از سرطان خود** بیشتر بیاموزید.
- احتمالاً تجربه کمی برای درمان بیماری پیچیده‌ای مانند سرطان دارید؛ بنابراین، ممکن است ترتیب‌دادن مراقبت‌های مورد نیازتان چالش برانگیز باشد. درباره **مراقبت از سرطان خود** بیشتر بیاموزید.

شایع‌ترین سرطان‌های نوجوانان و جوانان

یادگیری در مورد سرطان ممکن است به شما کمک کند که کنترل بیشتری داشته باشید و کمتر مضطرب شوید. سرطان‌های زیر در نوجوانان ۱۵ تا ۱۹ ساله شایع‌ترند:

- **لنفوم هوچکین و لنفوم غیرهوچکین**

- **تومورهای سلول زایا از جمله سرطان بیضه و سرطان تخمدان**

- **تومورهای سیستم عصبی مرکزی (CNS)**

- **سرطان تیروئید**

- **ملانوما**

- **(ALL) لوسمی لنفوبلاستیک حاد**

- **سارکوم بافت نرم**

- **استئوسارکوم**

- **(AML) لوسمی میلوئید حاد**

- **سارکوم یونینگ**

انواع سرطان زیر در میان بزرگسالان جوان شایع‌تر است که می‌تواند شامل افراد تا سن ۳۹ سالگی باشد:

- [تومورهای مغزی](#)
 - [سرطان پستان](#)
 - [سرطان دهانه رحم](#)
 - [سرطان روده بزرگ](#)
 - [لوسمی](#) که سرطان خون و مغز استخوان است
 - [لنفوم غیرهوچکین و لنفوم هوچکین](#) که سرطان‌های اندام‌های کوچک لوبیایی شکل به نام غدد لنفاوی هستند که به مبارزه با بیماری کمک می‌کنند.
 - [ملانوما](#) که نوعی سرطان پوست است
 - [سرطان تخمدان، سرطان بیضه و سایر تومورهای سلول زایا](#)
 - [سارکوم بافت نرم](#) سرطانی که در چربی، ماهیچه، اعصاب، تاندون‌ها، مفاصل، عروق خونی و غدد لنفاوی شروع می‌شود.
 - [سرطان تیروئید](#) که در غده تیروئید واقع در جلوی گردن شروع می‌شود
- در مورد [انواع سرطان](#) بیشتر بدانید.

نکاتی برای فهم سرطان

علاوه بر اطلاعات مربوط به سرطان خاص شما، در ادامه چند راه دیگر برای یافتن اطلاعات پیشنهاد شده است:

- در قرار ملاقات‌ها با پزشک سؤال بپرسید. در مورد سرطان، علائم و برنامه درمانی خود بپرسید. می‌توانید یکی از اعضای خانواده یا دوست خود را در قرار ملاقات خود بیاورید تا به یادداشت‌برداری و یادآوری اطلاعات به شما کمک کند.
- با استفاده از وبسایت‌های قابل اعتماد اطلاعات سرطان، تحقیقات آنلاین انجام دهید. می‌توانید از تیم مراقبت‌های سلامتی خود راجع به منابع آنلاین قابل اعتماد، سؤال کنید. راجع به [نحوه ارزیابی اطلاعات سرطان در اینترنت](#) بیاموزید.
- در مورد هر چیزی که می‌شنوید یا می‌خوانید و سؤالی دارید با پزشک خود صحبت کنید.

- به یک گروه حمایت از نوجوانان یا جوانان بپیوندید. گروه‌های حمایتی برای بسیاری از سرطان‌ها به‌صورت آنلاین یا حضوری در دسترس هستند.

زمانی که به کمک نیاز دارید

به‌عنوان یک جوان یا نوجوان، یا در حال مستقل شدن هستید یا در حال حاضر مستقل هستید. بسته به سن خود، ممکن است به‌تنهایی زندگی کنید یا حتی خانواده خود را داشته باشید. اما احتمالاً برای مقابله با سرطان به حمایت نیاز خواهید داشت. در ادامه چند راه برای یافتن کمک عاطفی، معنوی و عملی آورده شده است:

- با یک دوست، عضو خانواده، معلم یا مشاور مذهبی در مورد افکار، احساسات و ترس‌های خود صحبت کنید.
- کمک حرفه‌ای پیدا کنید **صحبت با یک مشاور، مددکار اجتماعی** یا درمانگر می‌تواند بسیار ارزشمند باشد. از تیم مراقبت‌های سلامتی خود بخواهید فردی که با افراد هم سن و سال شما مبتلا به سرطان کار می‌کند را توصیه کنند.
- یک مددکار اجتماعی می‌تواند به شما کمک کند تا کمک عملی، مانند بیمه درمانی یا سواری برای درمان پیدا کنید. آنها همچنین می‌توانند به شما در یافتن گروه‌های پشتیبانی کمک کنند. صحبت با سایر نوجوانان یا جوانان مبتلا به سرطان می‌تواند بسیار مفید باشد. درباره **گروه‌های حمایتی** برای بزرگسالان جوان مبتلا به سرطان بیشتر بدانید.
- در شبکه‌های اجتماعی با افراد دیگر در تماس باشید. می‌توانید از اینستاگرام، اسنپ چت و سایر برنامه‌ها برای ارتباط با دوستانتان استفاده کنید، حتی اگر دلتان برای کار یا مدرسه تنگ شده باشد. شما همچنین می‌توانید جوانان دیگر مبتلا به سرطان را پیدا کنید. درباره **انجمن‌های آنلاین برای پشتیبانی پیام‌رسان**
- در مورد آنچه از سر می‌گذرانید بنویسید. **نوشتن** می‌تواند به شما در مقابله با استرس کمک کند.

یافتن درمان مناسب

سرطان بسته به نوع و مرحله، سن و سلامت عمومی فرد و عوامل دیگر به روش‌های مختلفی درمان می‌شود. مهم است پزشکی را پیدا کنید که تجربه درمان نوع سرطان شما در نوجوانان یا بزرگسالان را داشته باشد. انکولوژیست با شما و عزیزانتان برای ارائه یک برنامه درمانی همکاری خواهد کرد. این طرح شامل انواع و مدت‌زمان درمان است.

درمان در یک کارآزمایی بالینی نیز برای بسیاری از نوجوانان و بزرگسالان جوان گزینه‌ای مناسب است. کارآزمایی بالینی یک مطالعه تحقیقاتی است که درمانی جدید را آزمایش می‌کند تا بی‌خطر بودن، مؤثر بودن آن مورد بررسی قرار گیرد. نوجوانان و جوانان مبتلا به سرطان در کارآزمایی‌های بالینی کمتر حضور دارند. از هر ۱۰۰ بزرگسال جوان مبتلا به سرطان فقط ۲ نفر به آزمایشات بالینی می‌پیوندند. این یک مشکل است، زیرا پزشکان و محققان باید در مورد بهترین درمان‌های سرطان برای افراد در این گروه سنی بیشتر بدانند. کارآزمایی‌های بالینی همچنین به شما این شانس را می‌دهند که یک درمان جدید را امتحان کنید که ممکن است برای شما مفید باشد. اگر در حال حاضر تحت درمان سرطان هستید، نمی‌توانید در کارآزمایی بالینی شرکت کنید، بنابراین قبل از شروع درمان با تیم مراقبت‌های سلامتی خود صحبت کنید. در مورد **آزمایشات بالینی** بیشتر بدانید.

درمان توسط متخصص سرطان کودکان

اگر سرطان شما در کودکان شایع است، ممکن است بخواهید با یک متخصص سرطان کودکان یا انکولوژیست کودکان صحبت کنید. این سرطان‌ها شامل تومورهای مغزی، لوسمی، استئوسارکوم و سارکوم یوینگ است. شما ممکن است از درمان‌هایی بهره‌مند شوید که در ابتدا برای کمک به کودکان طراحی شده بودند.

برای سرطان‌هایی که در بزرگسالان شایع‌تر هستند، ممکن است از درمانی که بزرگسالان دیگر دریافت می‌کنند استفاده کنید. نمونه‌هایی از سرطان‌هایی که در بزرگسالان شایع‌تر هستند عبارت‌اند از سرطان سینه، سرطان روده بزرگ و ملانوما. اگر مطمئن نیستید که به کدام نوع انکولوژیست نیاز دارید، با پزشک خود صحبت کنید.

در مورد [انتخاب پزشک برای مراقبت از سرطان خود](#) بیشتر بیاموزید. همچنین می‌توانید در مورد [انتخاب مرکز درمانی اطلاعات کسب کنید](#).

منابع مرتبط

[راهنمای سرطان دوران کودکی](#)

["وقتی دکتر می‌گوید "سرطان"](#)