

### الجدول الزمني للعلاج (يقرأ الجدول من اليسار إلى اليمين)

22 قد يرجع موي

يوم	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
Doxorubicin	X	X																			
Vinkristin	X							X							X						
Ifosfamid	X	X																			
Mesna	X	X																			
Pegfilgrastim			X																		

### فيما يتعلق بعلاجي

دوكسوروبيسين سررين، و إيفوسفاميد ifosfamid vinkristin من الأدوية المثبتة لتكاثر الخلايا السرطانية. يعطى دواء ميسنا Mesna لحماية الجهاز البولي. يحتوى أيضاً على بيجفيليجراستيم pegfilgrastim الذي يحفز نقي العظام على إنتاج كريات الدم البيضاء وتقوية جهازك المناعي.

فترة دورة العلاج 21 يوماً. في اليوم 1 و 2 و 8 و 15 تعطى الدواء عن طريق الحقن الوريدي، يعطى ميسنا على شكل حقنة في اليوم 1 و 2. يتم إعطاء دواء بيجفيليجراستيم باستخدام حقنة في اليوم الثالث. ستتم مراقبة فحوصات الدم وأي آثار جانبية أثناء العلاج.

### آثار جانبية - الأعراض ونصائح

الآثار الجانبية التي تدرجها هنا هي الأكثر شيوعاً وأهمية. ويمكن أن تختلف اختلافاً كبيراً من شخص لآخر، وحتى من وقت لآخر. وقد تحدد الآثار الجانبية جرعتك أو تستدعي التوقف عن تناول الدواء. استشر طبيبك أو ممرضتك إذا عانيت من أي آثار جانبية، ففي كثير من الأحيان يمكن تجنب هذه الأعراض أو التخفيف من حدتها.

### التعب

من الشائع الإحساس بالإرهاق والتعب وانخفاض معدلات الطاقة والشعور بعدم الراحة الجسدية، واضطرابات في الذاكرة، وقد تجد صعوبة في التركيز وحل المشكلات. وقد يجعلك هذا العلاج تشعر بالإحباط والتوتر والقلق، وربما تجد أيضاً صعوبة في الاختلاط بالآخرين. وربما يستمر التعب والإرهاق لفترة طويلة بعد العلاج. نصائح: حاول ممارسة التمارين الرياضية والتحريك لأنهما العاملان الوحيدان المعروفان للمساعدة في التخلص من التعب والإرهاق.

### مشكلات في الجلد، الشعر والأظافر

غالباً ما تتعرض البشرة للجفاف وتصبح أكثر حساسية للشمس. وقد يتسرّط شعرك أيضاً أو يتعرض للخشونة، وربما تصاب أظافرك بالضعف والهشاشة.

نصائح:

اغسل بشرتك بعناية واستخدم صابوناً خفيفاً وادهن بشرتك بمستحضر ترطيب. ارتدي ملابس واقية للحماية من أشعة الشمس واستخدم مستحضر واق من الشمس على أجزاء جسمك الظاهرة. ارتدي قفازات في الأعمال التي قد تسبب أضراراً ليديك وتوسّخها. وإذا كنت تعاني من أظافرك، يمكنك استخدام طلاء الأظافر واستخدام فرجون لوضع زيت على محيط الأظافر أو دهنها بمرطب.

## الغثيان وتغير حاسة التذوق

قد تشعر بتواءك نتيجة العلاج. ولذلك سوف تُعطى دواءً مضاداً للغثيان بالتزامن مع العلاج، وقد تؤدي الأدوية للإصابة بالإمساك. ويمكنك الحصول على أنواع مختلفة من العلاجات وفقاً لما تشعر به. وقد تعاني من اضطراب في حاسة التذوق للطعام والشراب أثناء فترة العلاج.

نصائح: في بعض الأحيان يكون من الأفضل تناول وجبات خفيفة وحصص صغيرة من الطعام، فعلى سبيل المثال، عليك محاولة تناول اللبن المخمر فيل ميلوك واللبن الزبادي وعجة البيض والساندويشات والشوربات الساخنة أو الباردة. كما إن شرب كميات أكثر من الماء بين الوجبات قد يقلل من حدة الغثيان.

## مشاكل في المعدة والأمعاء

من الشائع الإصابة بالإسهال، وقد تعاني كذلك من الإمساك.

نصائح: تناول كمية من الماء أكثر من المعتاد يومياً. وإذا كنت تعاني من الإسهال، فتجنب الأطعمة الدهنية والحادية والغنية بالألياف. وإذا كنت مصاباً بالإمساك، فحاول تناول الأطعمة الغنية بالألياف وممارسة التمارين الرياضية. استشر طبيبك إذا أصبحت بالإسهال أو بالإمساك - فربما تحتاج إلى علاج.

## مشكلات في اليدين والقدمين

من الشائع التعرض لاحمرار الجلد وبقع قشرية وانتفاخ في اليدين وباطن القدمين. وقد تتطور الحالة إلى ظهور بثور وشقوق وقرحات. وقد تصاب أيضاً بألم ووخز وخدر في يديك وقدميك. استشر طبيبك على الفور إذا واجهت مثل هذه الأعراض.

نصائح:

تجنب تعریض اليدين والقدمين للحرارة المرتفعة عند الاستحمام أو غسل الأطباق بماء شديد السخونة. ارتد القفازات في أعمال البستنة، على سبيل المثال.

تجنب كذلك تعریض يديك وقدميك للاهتزاز أو السحج، عند استخدام المثقب لعدة ساعات أو الركض عدة كيلومترات، على سبيل المثال.

## القابلية للعدوى الالتهابية

ستكون عرضة للإصابة بالعدوى بعد فترة العلاج بسبب انخفاض عدد كريات الدم البيضاء. قبل كل علاج، تؤخذ عينة من الدم لمعرفة ما إذا كانت خلايا الدم قد تعافت. وإذا كانت القيم منخفضة جداً، يجب تأجيل العلاج.

نصائح: حاول على سبيل المثال تجنب الاتصال الوثيق مع الأشخاص المصابين بالزكام أو أمراض المعدة، وأغسل يديك كثيراً بالماء والصابون. وربما يكون الكحول معقم اليدين مفيداً في مثل هذه الحالات.

## مشكلات في الفم والأغشية المخاطية

قد تتأثر الأغشية المخاطية لأنفك وفمك وعينيك وبطنك أثناء العلاج. وعلى سبيل المثال، قد تصاب بنزيف وسيلان في الأنف. وقد تعاني من جفاف الفم وأحمراره وحرقان وظهور تقرحات. وسوف تصاب كذلك بالفطريات التي تحول بطانة فمك إلى اللون الأحمر أو إلى اللون الأبيض. وربما تصاب عينيك بالجفاف وتصبح دامعة. ويمكن أيضاً أن تصاب الأغشية المخاطية أسفل البطن بالحفاف.

نصائح: إذا كنت تعاني من جفاف الفم، فاستخدم المنشطات اللعابية المتوفرة في الصيدليات. أغسل فمك بمياه فيشي الحرارية الغنية بالمعادن لتجنب الإصابة بالفطريات. وكن متنبهً لنظافة فمك، واستخدم فرشاة أسنان ناعمة ومعجون أسنان خفيف. ولكن حذرًا عند استخدام الخيط والعيدان الخاصة بتنظيف الأسنان. أخبر طبيب أسنانك عن علاجك ضد السرطان عند زيارتك له. وتجنب ارتداء العدسات اللاصقة إذا كنت تعاني من مشاكل في العين. يمكن للنساء استخدام كريم الإستروجين أو كريم مرطب أو زيوت لعلاج الأغشية المخاطية الجافة في أسفل البطن.

## ألم في العضلات والهيكل العظمي

من الشائع حدوث ألم ووهن وضعف في العضلات.

نصيحة: يمكن استخدام مسكنات الألم الشائعة لتسكين وتحفيض حدة الألم.

## الخدر والتنميل - اضطرابات حسية

قد تشعر بخدران ووخز في قد تشعر بخدران ووخز في يديك وقدميك، وقد تضعف مهاراتك الحركية الدقيقة. على سبيل المثال، قد تجد صعوبة في الضغط على الأزرار أو عند المشي. وعادة ما تختفي هذه الأعراض، ولكن ليس كلها عند الجميع. أخبر طبيبك أو ممرضتك إذا تعرضت لخدران أو وخز في يديك وقدميك.

## البول

قد يتغير لون البول إلى اللون الأحمر في اليوم الأول من العلاج.

## تواصل مباشرة مع العيادة في حالة:

في حالة الطوارئ:

- اتصل بالرقم 112 في حالة استمرار ألم حاد في الصدر أو شعور بالضغط على الصدر أو صعوبة التنفس\صيق التنفس.

اتصل بالعيادة الخاصة بك على الفور في حال:

- حمى (درجة حرارة أعلى من 38 درجة) أو عند درجة حرارة أقل من 36 درجة
- التدهور الصحي المفاجئ بغض النظر عن الأعراض
- في حالة ظهور أعراض التهاب في المسالك البولية أو أعراض الزكام قبل أن تتلقى العلاج
- غثيان شديد أو حرقان في الفم مما يصعب عليك تناول الطعام والشراب
- الإسهال الشديد الذي لا يقل مع التوقف عن تناول الأدوية
- نزيف في الأنف أو نزيف آخر لا يمكن إيقافه أو ظهور كدمات على أجزاء كبيرة من الجسم

## نصائح عامة

عادة ما تبقى آثار أدوية السرطان في البول لمدة تصل إلى (7) أيام بعد فترة العلاج. لذلك يجب الجلوس عند التبول لتجنب تناول البول. وعند الانتهاء يجب إغلاق غطاء المرحاض وسكب الماء مرتين. ويوصى بتجنب الحمل أو التسبب في أن تحمل امرأة أثناء علاجك بأدوية السرطان، لأن هذه الأدوية قد تؤثر على الجنين. ولذلك، يوصى باستخدام وسائل آمنة لمنع الحمل. في بعض الأحيان تكون هناك حاجة إلى حماية مزدوجة، لأن الآثار الجانبية مثل الإسهال أو التأثير المباشر للأدوية السرطان قد تعني أن حبوب منع الحمل لا توفر حماية كافية بمفردها. وإذا كنت رجلاً، استخدم الواقي الذكري أثناء الجماع بعد (72) ساعة من العلاج، حيث يتم إفراز الأدوية المثبتة للخلايا أيضاً عن طريق السائل المنوي.

## معلومات عامة عن مرض السرطان

لمزيد من المعلومات حول مرض السرطان يرجى زيارة الموقع: Vårdguiden and Cancerfonden 1177

[www.1177.se](http://www.1177.se)

[www.cancerfonden.se](http://www.cancerfonden.se)

## ملاحظات