



تجمع الرياض الصحي الثاني
Riyadh Second Health Cluster



العلاج الكيميائي

Chemotherapy Guide

يتكون جسم الإنسان من خلايا تتكاثر وتتجدد بشكل منتظم لكل نوع، وعندما يتحول نمو الخلية إلى تكاثر عشوائي وغير منظم يؤدي إلى تكون الورم.

ينقسم الورم حسب قدرته على الانتشار إلى نوعين:

ورم سرطاني: إذا كان الورم قابلاً للانتشار أو كان منتشرًا فعليًا إلى منطقة أخرى في الجسم

ورم حميد: إذا كان الورم الناشئ غير قابل للانتشار في الجسم

تصيب الأورام الكبار والصغار على حد سواء، و تتنوع خيارات العلاج بحسب نوع الورم ومكان ظهوره.

تتكون خيارات العلاج من: استخدام الأدوية الكيميائية أو العلاج الجراحي أو العلاج الإشعاعي أو زراعة نخاع العظم.

ما هو العلاج الكيميائي؟

هو عبارة عن أدوية مصنعة من مركبات كيميائية أو طبيعية تستخدم لمعالجة الأورام، وعادة ما تسمى بالأدوية المضادة للأورام.

ماهي طريقة عمل العلاج الكيميائي؟

تنمو الخلايا الطبيعية وتتكاثر بطريقة محكمة - بقدرة الله -، ويتكون الورم عندما تصبح هذه الخلايا غير طبيعية وتتسارع في الانقسام مُعطية خلايا أكثر بدون ترتيب.

يعمل العلاج الكيميائي على تدمير هذه الخلايا السريعة للحد من نموها أو انقسامها و في نفس الوقت يؤثر على الأنسجة الطبيعية (السليمة) مما يسبب ظهور بعض الأعراض الجانبية، وبعد الانتهاء من الجلسات العلاجية تعود الخلايا السليمة إلى وضعها الطبيعي.

و غالبًا ما يكون العلاج الكيميائي مركبًا (أكثر من دواء) كما يمكن استخدام أدوية أخرى غيرها لعلاج الأورام، مثل: (الأدوية الهرمونية أو البيولوجية أو المناعية).

ما هي طرق إعطاء العلاج الكيميائي؟

هناك أشكال دوائية مختلفة للعلاج الكيميائي والتي تختلف في طرق إعطائها للمريض، ويحدد ذلك الفريق الطبي وفقًا لما تتطلبه الخطة العلاجية المناسبة للمريض.

- إبرة وريدية تختلف في أشكالها ومدة استعمالها، وهي الأكثر شيوعاً.
- أقراص عن طريق الفم.
- مضخة (تضخ العلاج الكيميائي لفترة معينة) كما في بعض حالات أورام القولون والمستقيم.
- إبرة في الظهر (الحقن القطني) أي الحقن بين فقرات العمود الفقري، والهدف منها: أخذ عينة من السائل

المحيط بالنخاع الشوكي وفي نفس الوقت علاج أو حماية

للدماغ حسب الحالة.

- طرق أخرى، مثل: الحقن العضلي، والحقن تحت الجلد.

إلى متى يستمر العلاج؟

تعتمد مدة العلاج على نوع الورم وعلى نوع العلاج الكيميائي الذي يتلقاه المريض، و يعطى العلاج على شكل جرعات يتراوح عددها حسب النظام المتبع.

مثال: (جرعة كل ٣ أسابيع أو نصف جرعة كل أسبوعين) وقد يستمر العلاج عادة من ساعتين إلى أربع ساعات وأكثر.

أين يتم أخذ العلاج الكيميائي؟

يتم أخذه حسب الخطة العلاجية المتفق عليها، إما أن:

- تكون بإدخال المريض إلى (قسم التنويم).
- أو الحضور إلى العناية اليومية الخاصة بالعلاج الكيميائي لساعات معينة.
- أو أن يأخذ المريض العلاج في منزله بآلية معينة.

هل يؤخذ العلاج الكيميائي لأكثر من مرة أو لمدى الحياة؟

يعتمد أخذ العلاج الكيميائي على تشخيص المرض، فربما يتطلب أخذ العلاج مرة أخرى أو أن يأخذ المريض بعض أنواع العلاج على شكل أقراص في حال لم يتم الشفاء بغرض السيطرة أو تقليل الأعراض الجانبية للمرض.

ماذا إذا لم يتجاوب المريض مع العلاج الكيميائي؟

ليس هنالك داعٍ للخوف من العلاج الكيميائي، فالأدوية متنوعة وكثيرة ولها طرق مختلفة في التأثير على الخلايا.

يعتمد أسلوب علاج الأورام على ما يسمى بخطوط العلاج (بروتوكول) .. خط أول... خط ثانٍ... وهكذا.. فإن لم ينجح خط علاج (بروتوكول) معين فإن الطبيب قد يقوم بتغيير العلاج أو (البروتوكول) المستخدم بآخر حتى يتم الحصول على نتائج أفضل - بإذن الله -.

ما هي الأعراض الجانبية المتوقعة للعلاج الكيميائي؟

تختلف الآثار الجانبية في حدتها ونوعها وظهورها ومدتها من علاج لآخر، ومن مريض لآخر.

سيتم تحويل المريض وعائلته إلى أخصائي التثقيف الصحي لإعطائهم التعليمات والإرشادات اللازمة.

تذكر عزيزي المريض أن الثقة بالله والاتكال عليه 
والحالة النفسية الجيدة والشعور بالقوة مهمة جداً في
مساعدتك .

ما هي الأعراض الجانبية المتوقعة للعلاج الكيميائي؟
وكيفية التغلب عليها ؟

انخفاض المناعة:

تتأثر كريات الدم البيضاء بسبب العلاج الكيميائي مما يسبب
نقصاً في إنتاجها، وقد يؤدي هذا النقص إلى حدوث التهابات/
تسممات بالميكروبات تتطلب تنويم المريض لإعطائه
المضادات الحيوية، وقد يحدث هذا النقص في الأسبوع الثاني
بعد كل جرعة علاج كيميائي، وغالباً ما يعود الدم إلى مستواه
الطبيعي دون أي تدخل أو علاج لذلك سيتم إجراء تحليل دم
قبل اعطاء الجرعة للاطمئنان على مستوى خلايا الدم
بالجسم.

- تجنب تناول الخلطات العشبية التي من هدفها رفع المناعة، مثل: الحبه السوداء مع العسل.
- المحافظة على نظافة اليد وتجنب التعرض للأمراض المعدية، مثل (الجذري).
- تجنب الذهاب للأماكن المزدحمة.
- تجنب المأكولات المكشوفة أو أكل المطاعم.
- الحرص على إضافة حصص من الفواكه بين الوجبات وشرب كميات كافية من الماء (من ٢ لتر فأكثر) يوميًا.

مشاكل في الدم:

تعتبر خلايا الدم الحمراء والبيضاء والصفائح الدموية من الخلايا سريعة النمو، بالتالي تتأثر بالعلاج الكيميائي مما يؤدي إلى فقر دم أو نزف الدم، وقد يحتاج المريض إلى نقل صفائح أو دم.

- الابتعاد قدر الإمكان عن الأدوات الحادة والمسببة للجروح.
- يجب تحسين مستوى التغذية لمنع فقر الدم أو النزف.

التعب بشكل عام:

من الطبيعي أن تشعر بالتعب أو الإجهاد والرغبة بالنوم بعد أخذ جرعة العلاج الكيميائي لذلك ننصحك بـ:

- الابتعاد عن إجهاد نفسك.

- تنظيم جدولك اليومي بحيث تستطيع أخذ فترات من الراحة أو النوم خلال اليوم.
- الاهتمام بغذائك الصحي والإكثار من شرب السوائل.

الغثيان والتقيؤ:

من الأعراض الأكثر انتشاراً (خصوصاً في الثلاثة أيام الأولى)، ويمكنك التخفيف منها باتباع الخطوات التالية:

- أخذ قسط كاف من الراحة بعد جرعة العلاج.
- أخذ نفس عميق ببطء عند الشعور بالغثيان.
- الالتزام بتناول علاج الغثيان حسب تعليمات الطبيب (يؤخذ في اليوم الثاني من أخذ العلاج أو عند اللزوم)، وتختلف العلاجات الوقائية باختلاف العلاج الكيماوي ويمكن تكثيف علاج الغثيان في الجرعات اللاحقة إذا كانت العلاجات الحالية غير كافية للسيطرة على الأعراض.

- شرب جرعات خفيفة من السوائل خلال اليوم، مثل: الماء أو العصير أو الشورية.
- تناول الأطعمة الجافة، مثل: الخبز بأنواعه، البسكويت المالح أو المكسرات حيث أنها تساعد على تسهيل وظيفة المعدة.
- الابتعاد عن المأكولات الغنية بالدهون والتوابل الحارة والمخللات التي قد تزيد من الشعور بالغثيان.
- تناول وجبات صغيرة متعددة خلال اليوم.
- حاول التخفيف من استعمال البخور والطيب والروائح العطرية وابتعد عن روائح الطبخ لأنها قد تزيد من الشعور بالغثيان.

في حال استمرار شعورك بالغثيان يجب الذهاب إلى  عيادة التمريض (في مبنى العيادات الخارجية - الدور الثالث - الممر الرابع).

في حال زاد عدد مرات التقيؤ عن (٦) مرات فأكثر يجب الذهاب إلى الطوارئ مع ضرورة إبراز البطاقة الحمراء.



الإسهال والإمساك:

تعتبر من الأعراض الأقل حدوثاً. في حال إصابتك بالإمساك، ينصح باتباع التالي:

- الإكثار من المأكولات الغنية بالألياف مثل الخضار أو الفاكهة أو الخبز الأسمر.
- التركيز على شرب السوائل، من ٢ إلى ٣ لترات خلال اليوم. (إذا كنت مصاباً بداء السكري يجب عليك اتباع الحمية المعطاة لك).
- الإكثار من تناول الورقيات ذات اللون الأخضر الداكن المطبوخة منها فقط.
- توزيع وجباتك اليومية إلى ٦ وجبات خفيفة سهلة الهضم.

- شرب كأس من الماء في الصباح (لتنشيط عملية التبرز).
- المحافظة على الحركة والمشى الخفيف.
- الابتعاد عن النشويات في فترة المساء.
- عند استمرار الإمساك يجب إبلاغ الطبيب فربما تحتاج إلى أدوية ملينة.

أما في حال إصابتك بالإسهال، ينصح باتباع التالي:

- تناول البطاطس المسلوقة أو الموز أو التفاح المقشر أو الأرز لأنها تخفف من حدة الإسهال.
- الحرص على تعويض السوائل المفقودة عن طريق: الماء أو الشوربة أو الشاي الخالي من السكر أو عصير التفاح لتجنب الإصابة بالجفاف (إذا كنت مصابًا بداء السكري يجب عليك اتباع الحمية المعطاة لك).
- توزيع وجباتك اليومية إلى ٦ وجبات خفيفة سهلة الهضم.
- تجنب الأغذية الغنية بالألياف أو الدهون أو التوابل الحارة.

- تجنب تناول منتجات الحليب والمشروبات الحارة والمشروبات الغازية لأنها قد تزيد من الإسهال.
- في حال استمرار الإسهال يجب إبلاغ الطبيب من أجل صرف مضاد للإسهال.

💡 قد يحتاج المريض إلى محلول وريدي لذلك يجب التوجه إلى أقرب مركز طبي أو المستشفى.

💡 في حال اشتد الإسهال إلى ٦ مرات فأكثر يجب الذهاب إلى الطوارئ مع ضرورة إبراز البطاقة الحمراء.

إحساس بعدم وضوح الرؤية أو حساسية بالعين:

تتأثر العين من العلاج الكيميائي حيث تقل نسبة الدمع الموجود بها، وذلك يؤدي إلى جفاف العين وتأثر الرؤية، ولذلك يتعين عليك استخدام قطرة الترطيب على مدار اليوم بشكل منتظم.

جفاف البشرة وتغير لون الجلد:

هو من الأعراض الملازمة للعلاج الكيميائي تغير في لون وملمس الجلد حيث يصبح لون الجلد داكناً وأكثر حساسية وجفافاً، كما قد يدّصل تغير في لون الأظافر وملمسها أيضاً، ولذلك ننصح بالآتي:

- استخدام الكريمات المناسبة (غير معطرة) للمحافظة على ترطيب الجلد وتجنب الجفاف والحكة.
- التقليل من التعرض لأشعة الشمس ووضع واقي عند الخروج في فترة النهار.
- تقليم الأظافر والمحافظة على نظافتها.
- عدم محاولة قص أو نزع الجلد الزائد حول الأظافر.
- تجنب المنتجات الكيميائية، مثل: (منتجات العناية بالجلد أو المقشرات).



يعود الجلد إلى طبيعته تدريجيًا بعد إتمام مرحلة العلاج
- بإذن الله -.

تغيّر لون البول إلى الأحمر:

- من المتوقع أن يتغير لون البول نتيجة لبعض الأدوية الكيميائية وقد يستمر تغير اللون يومين أو أكثر.
- الحرص على شرب الماء والسوائل للمساعدة على صفاء البول.
- الحرص على نظافة المرحاض قبل وبعد استخدامه.
- يفضل استخدام دورة مياه منعزلة في حال عدم التأكد من نظافتها.

آلام وتورم مكان إبرة العلاج:

- قد يتأثر مكان الحقن حيث يستخدم كثيراً نظراً لوجود الوريد بشكل أوضح في هذه المنطقة وقد يؤدي ذلك إلى الاحمرار والتورم.
- وضع كمادات باردة خلال اليوم يساعد على تخفيف التورم.

انقطاع الدورة الشهرية:

تنقطع الدورة الشهرية عند البدء في العلاج عند الكثير من النساء ولكنها قد تعود إلى وضعها الطبيعي مرة أخرى وقد تنقطع نهائياً.

تساقط الشعر:

- يبدأ تساقط الشعر بعد أسبوعين أو ثلاثة أسابيع من تلقي العلاج وقد يتساقط الشعر ويصبح خفيفاً أو يتساقط

بالكامل فتصبح فروة الرأس ضعيفة وحساسة وبها حكة.

- يعود الشعر للنمو تدريجياً بعد الانتهاء من العلاج الكيميائي بحوالي ٦ إلى ٨ أسابيع، و يعود بنفس طبيعته أو قد تتغير بعض صفاته.
- عندما يبدأ الشعر بالتساقط يجب استخدام شامبو الشعر الخاص بالأطفال.
- يمكن استخدام زيت الزيتون على فروة الرأس للتقليل من الحكة.
- تساقط الشعر يشمل شعر الرأس والحوارب والرموش لذلك يجب حماية العيون من الغبار والهواء بارترداء نظارات واقية.
- تجنب استخدام المواد الكيميائية على الشعر، مثل: (صبغات الشعر أو منتجات العناية بالشعر).

- في هذه الفترة يجب ارتداء غطاء قطني لحماية فروة الرأس من الأجواء المتقلبة (الهواء البارد أو اشعة الشمس).
- يمكن استخدام الشعر المستعار، مع العلم بوجود فتوى بذلك تجيز الشعر المستعار في مثل هذه الحالة.

تقرحات الفم:

قد تؤثر بعض الأدوية الكيميائية على اللثة مما يسبب ظهور تقرحات أو التهابات بالفم، ولهذا يجب الاعتناء بنظافة الفم أثناء فترة العلاج الكيميائي للتخفيف من الآثار السلبية وذلك باتباع التعليمات التالية:

- استخدم فرشاة أسنان ناعمة مع معجون خاص للأسنان الحساسة ثلاث مرات يومياً.
- استعمل غسول للفم مرتين إلى ثلاث مرات يومياً من ٧ إلى ١٠ أيام (اخلط ملعقة صغيرة من الملح أو بيكربونات

الصوديوم مع كوب من الماء الدافئ) ويعقم بها الفم لمدة دقيقة.

- تجنب استخدام أي منتجات تجارية للفم دون استشارة طبيبك الخاص.

- حافظ على ترطيب الفم بالإكثار من شرب السوائل.

- قد يساعد امتصاص قطع من الثلج على التخفيف من جفاف الفم خلال الثلاث أيام الأولى من العلاج الكيميائي.

يمنع الذهاب لعيادة الأسنان خلال فترة العلاج الكيميائي 
(استشر طبيبك قبل ذهابك).

مشاكل الخصوبة:

تعتبر الحيوانات المنوية والبويضات من الخلايا سريعة النمو، وبالتالي قد يتسبب العلاج الكيميائي بعقم مؤقت أو دائم للمريض.

يمكن للمريض تخزين جزء من هذه الخلايا ضمن نظام معين وآمن يحفظ لكل شخص حقه ويمكن الاستفسار عن ذلك من الطبيب المعالج.

تأثير العلاج الكيميائي على نمط الحياة اليومي:

يعيش العديد من المرضى الذين يتلقون العلاج الكيميائي حياة طبيعية، فبإمكانهم مزاولة نشاطاتهم اليومية العائلية والعملية، ويمكن إعداد جدول العلاج الكيميائي بحيث لا يتعارض مع الأنشطة اليومية. كما يشجع معظم الأطباء مرضاهم على مزاولة حياتهم بصفة طبيعية قدر استطاعة المريض أثناء فترة العلاج .

لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

قسم التثقيف الصحي

HEM1.16.000438

