



# بعد تشخيص سرطان الكلى

الكليتان هما عضوان خلف الجدار الخلفي العلوي من البطن. وتقوم الكلى بإزالة الفضلات من الأعضاء الأخرى لإنتاج البول الذي يترك الجسم عند التبول. يُطلق على سرطان الكلى أيضًا اسم السرطان الكلوي. إذا تم إخبارك بأنك مصاب بسرطان الكلى أو السرطان الكلوي، فمن المحتمل أنك قد أجريت بالفعل فحوصات تصويرية وأشعة سينية واختبارات دم وبول وخزعة (اختبار يأخذ جزء من الأنسجة للتحقق من السرطان). وربما تم إجراء اختبارات أخرى على الخلايا السرطانية للتحقق من وجود بعض البروتينات والتغيرات الجينية التي تسمى المؤشرات الحيوية. كما قد يكون لديك إجراءات أخرى لمعرفة ما إذا كان السرطان قد انتشر. وتساعد هذه الاختبارات طبيبك على معرفة نوع سرطان الكلى الذي تعاني منه، وما هي مرحلته، وما هو العلاج الذي قد يساعد.

## ما يمكن توقعه قبل وأثناء العلاج

سيقوم فريق رعاية مرضى السرطان الخاص بك بشرح خطة العلاج الخاصة بك. قد يشمل هذا الفريق أطباء وممرضات وغيرهم من العاملين في مجال الرعاية الصحية، اعتمادًا على نوع العلاج الذي تحتاجه. على سبيل المثال، إذا كنت بحاجة إلى علاج إشعاعي، فستعمل مع طبيب اختصاصي معالجة الأورام بالإشعاع. وسيخبرك بما يمكن توقعه قبل وأثناء وبعد العلاج الإشعاعي. إذا كنت بحاجة إلى أنواع أخرى من العلاج، فسيقوم فريق رعاية مرضى السرطان الخاص بك بشرح كيفية إعطائها لك، ومساعدتك في الاستعداد لها، وتتبع أدائك، ومساعدتك في إدارة أي آثار جانبية. وقد تخضع أيضًا لاختبارات دم أو فحوصات تصويرية أو اختبارات أخرى في أوقات معينة لمعرفة مدى نجاح علاجك.

ليس كل من يخضع لعلاج سرطان الكلى لديه نفس الآثار الجانبية. على سبيل المثال، تختلف الآثار الجانبية لإزالة الكلى عن الآثار الجانبية للعلاج الكيميائي أو العلاج الدوائي الموجه أو العلاج المناعي أو العلاج الإشعاعي. وقد يكون للأشخاص الذين يتلقون نفس العلاج آثار جانبية مختلفة.

## تأكد من طرح الأسئلة التالية:

- ما هي خياراتي العلاجية؟ برأيك ما هو الخيار الأفضل بالنسبة لي ولماذا؟
- هل هناك أي تجارب سريرية لنوع السرطان الذي أعاني منه؟
- ما هي الآثار الجانبية التي قد أعاني منها، وماذا يمكنني أن أفعل حيالها؟
- كيف سنعرف ما إذا كان العلاج يعمل؟
- ما هي وتيرة حصولي على العلاج؟ كم سيستمر العلاج؟
- أين سأذهب للحصول على العلاج؟ هل يمكنني القيادة إلى هناك بنفسني؟
- هل سأكون قادرًا على الاستمرار في القيام بأنشطتي المعتادة، مثل العمل والتمرين؟

## علاج سرطان الكلى

ستعتمد خيارات العلاج الخاصة بك أيضًا على نتائج الاختبارات على الخلايا السرطانية وصحتك وتفضيلاتك الشخصية. بعض سرطانات الكلى الصغيرة بطيئة النمو لا تحتاج إلى علاج على الفور. وفي هذه الحالة، قد يراقب الأطباء وينتظرون لمعرفة ما إذا كان الورم ينمو قبل إعطاء العلاج.

تُستخدم الجراحة لعلاج معظم سرطانات الكلى. وقد تكون هي العلاج الوحيد المطلوب، خاصة إذا كان السرطان في إحدى كليتيك فقط ولم ينتشر إلى أجزاء أخرى من جسمك. يسمى الإجراء الجراحي لاستئصال جزء من الكلية أو كلها بعملية استئصال الكلية.

ويمكن أن تشمل العلاجات الأخرى الإزالة والإشعاع والأدوية مثل العلاج الكيميائي أو العلاج الدوائي الموجه أو العلاج المناعي. في كثير من الحالات، هناك حاجة إلى أكثر من نوع واحد من العلاج. سيعتمد علاجك على نوع ومرحلة سرطان الكلى ومكانه. وسيساعدك طبيبك في تحديد العلاجات الأفضل لك.

## تأكد من طرح الأسئلة التالية:

- ما هو الهدف من العلاج؟
- ما نوع سرطان الكلى الذي أعاني منه؟
- هل السرطان في كلية واحدة أم كليهما؟
- ما هي مرحلة الإصابة بسرطان الكلى الذي أعاني منه، وماذا يعني ذلك؟
- ماذا عرفت أيضًا من نتائج اختباراتي؟
- هل سأحتاج إلى المزيد من الاختبارات؟
- هل سأحتاج إلى عملية جراحية؟
- هل يمكن إزالة الورم؟
- هل أحتاج إلى إزالة إحدى كليتي أو كليهما؟

## ما يمكن توقعه بعد العلاج

بعد العلاج، اطلب من طبيب السرطان الخاص بك ملخص العلاج وخطة المتابعة. وهذا ما يسمى بخطة الرعاية للناجين. سيعمل طبيب السرطان الخاص بك مع عائلتك أو طبيب الرعاية الأولية للمساعدة في إدارة الآثار الجانبية من العلاج والتحقق من صحتك العامة. وستخضع لاختبارات منتظمة للتحقق مما إذا كان السرطان قد عاد أو إذا بدأ سرطان جديد في جزء مختلف من جسمك.

تأكد من إخبار طبيبك أو فريق رعاية السرطان إذا لم تختف أي آثار جانبية للعلاج أو إذا كان لديك أي أعراض جديدة.

قد تواجه تغييرات في جسمك بعد العلاج. وقد تغير الجراحة والعلاجات الأخرى من طريقة عمل كليتيك، مما قد يؤثر على جسمك بطرق مختلفة. تأكد من سؤال الطبيب عما يمكن توقعه وأخبره إذا كان لديك أي مشاكل.

الأشخاص الذين أصيبوا بسرطان الكلى معرضون لخطر الإصابة به مرة أخرى، أو الإصابة بالسرطان في الكلية الأخرى، أو الإصابة بأنواع أخرى معينة من السرطان. حتى لو كنت تشعر بتحسن بعد الانتهاء من العلاج، فمن المهم أن تسأل فريق رعاية السرطان عن جدول منظم لاختبارات المتابعة للتحقق مما إذا كان سرطان الكلى قد عاد.

قد لا يختفي السرطان تمامًا بالنسبة لبعض الناس. وقد يستمرون في الحصول على العلاج، وستظل هناك حاجة إلى إجراء اختبارات لمعرفة مدى نجاحه.

## تأكد من طرح الأسئلة التالية:

- من أين أحصل على نسخة من ملخص علاجي وخطة المتابعة؟
- ما عدد المرات التي أحتاج فيها إلى رؤية فريق رعاية مرضى السرطان الخاص بي؟
- متى وكيف ينبغي علي الاتصال بهم؟
- هل سأحتاج إلى اختبارات لمعرفة ما إذا كان السرطان قد عاد، أو للتحقق من وجود مشاكل بسبب علاجي؟
- هل أحتاج إلى أي اختبارات فحص، مثل التصوير الشعاعي للثدي أو تنظير القولون، للعثور على سرطانات أخرى في وقت مبكر؟
- هل هناك آثار جانبية متأخرة أو طويلة الأجل من العلاج يجب أن أراقبها؟
- أين يمكنني العثور على سجلاتي الطبية بعد العلاج؟

## البقاء بحالة صحية

هناك أشياء يمكنك القيام بها للحفاظ على صحتك أثناء وبعد العلاج. قد يساعد عدم التدخين في تقليل احتمالية إصابتك بسرطان الكلى. يعد فحص ضغط الدم والتحكم فيه أمرًا مهمًا أيضًا. يمكن أن يساعدك الوصول إلى وزن صحي والبقاء فيه، وتناول الطعام الصحي، والنشاط، وتجنب الكحول أيضًا في الحفاظ على صحتك وتقليل خطر الإصابة بسرطان كلى آخر أو غيره من أنواع السرطان.

## التعامل مع مشاعرك

قد تجعلك الإصابة بسرطان الكلى تشعر بالخوف أو الحزن أو التوتر. من الطبيعي أن تكون لديك هذه المشاعر، وهناك طرق لمساعدتك على التعامل معها.

- لا تحاول التعامل مع مشاعرك لوحدها. وتحدث عنها، بغض النظر عن ماهيتها.
- لا بأس أن تشعر بالحزن أو الإحباط من حين لآخر، ولكن أخبر فريق رعاية السرطان الخاص بك إذا استمرت لديك هذه المشاعر لأكثر من بضعة أيام.
- استمر في القيام بالأشياء التي تستمتع بها مثل قضاء الوقت في الهواء الطلق أو الذهاب إلى فيلم أو حدث رياضي أو الخروج لتناول العشاء إذا قال طبيبك إنه لا بأس بذلك.
- احصل على المساعدة في المهام مثل الطبخ والتنظيف.

قد ترغب في التواصل مع الأصدقاء أو العائلة أو رجال الدين أو المجموعات الدينية التي تنتمي إليها. ويمكن أن يساعد الإرشاد النفسي أيضًا. ويجد بعض الناس أنه من المفيد التحدث مع الآخرين الذين مروا بنفس الأشياء. فيمكن لمجموعة الدعم أن تقدم ذلك. أخبر فريق رعاية السرطان الخاص بك عن شعورك. فيإمكانهم مساعدتك في العثور على الدعم المناسب.



لمزيد من المعلومات والدعم، قم بزيارة موقع جمعية السرطان الأمريكية على [cancer.org/arabic](http://cancer.org/arabic) أو اتصل بنا على 1-800-227-2345. نحن هنا عندما تحتاج إلينا.