



## زراعة الخلايا الجذعية الذاتية

### ■ مرحباً بكم!

مرحباً بكم في برنامجنا لزراعة الخلايا الجذعية الذاتي في مركز ميموريال سلوان كاترينج للسرطان (MSKCC). وسوف تقضون أنتم وعائلاتكم الكثير من الوقت معنا في الأسابيع القادمة، ونحن نريد أن نشعرون بالراحة إلى أبعد حد ممكن، ولذا فإن هذا الكتيب سيساعدكم في معرفة المزيد عن زرع الخلايا الجذعية الذاتي ولماذا تحتاجون إلى رعاية خاصة.

قبل عملية الزراعة وأثناءها، سوف تحتاجون إلى معرفة كيف تستطيعون أنتم وعائلاتكم المساعدة في توفير الرعاية. وسيقوم الأطباء وطاقم التمريض بمراجعة هذا الكتيب معكم والرد على أية استفسارات لديكم، كما أن الأخصائي الاجتماعي المخصص لكم سيتحدث معكم ومع عائلتكم.

### ■ وحدة الزراعة الذاتية

تعمل الوحدة كفريق واحد. فالطبيب الذي يراك في العيادة سيتولى مسؤولية رعايتك على مدى فترة العلاج، ولكن هذا الطبيب قد لا يكون الشخص المعني بتوفير الرعاية اليومية لك أثناء فترة وجودك في المستشفى. ويتناوب الأطباء المعالجون على وحدة المرضى المقيمين، حيث يتولى طبيبٌ مُعالج مسؤولية رعايتك لمدة أسبوعين وبعدها يحل آخر محله. وتتخذ أية قرارات مهمة بالمشاركة مع الطبيب المسؤول عن حالتك.

كما أن الزملاء والمرضى الممارسين ومختصي المستشفيات والأطباء المقيمين شركاء في توفير الرعاية لك. فالزميل هو شخص تحت التمرين يقوم بتدريب خاص في السرطان. والمرضى الممارس هو ممرض لديه درجة متقدمة في أحد مجالات الرعاية. ويستطيع هذا الممرض الممارس أخذ السجلات المرضية للمرضى والقيام بالفحوصات البدنية لهم وتحديد وصفة العلاجات والأدوية، كما أنه أو أنها تستطيع أو يستطيع تقديم الرعاية الطبية مع الأطباء. أما مختص المستشفيات فهو طبيب لا يرى المرضى إلا في المستشفى، وهو أو هي يقوم بالمناوبة في الوحدة ليلاً. الأطباء المُقيمون هم أطباء يُتمون فترة إقامتهم وهم يعملون تحت إشراف الزملاء والأطباء المعالجين. أثناء فترة وجودك في المستشفى ستتعرف على جميع أفراد الطاقم الطبي. وتستطيع دائماً الاتصال بطبيبك إذا كان لديك أية أسئلة. وهناك فريق من الممرضين الأساسيين الذي يتولى مسؤولية توفير الرعاية التمريضية اليومية لك.

### ■ زراعة الخلايا الجذعية الذاتية

#### النخاع العظمي

يوجد النخاع العظمي في الفراغات في منتصف العظام الطويلة في جسمك. وتصنع كُرَيَّاتُ الدَّم في النخاع العظمي: فُكْرَيَّاتُ الدَّم البيضاء (WBC) تحارب العدوى، وكُرَيَّاتُ الدَّم الحمراء (RBC) تنقل الأوكسجين، وصفائح الدم (PLT) تساعد في تكوين جلطات الدم لمنع النزيف. الخلايا الجذعية هي كُرَيَّاتُ الدَّم التي لم تصبح بعد نوعاً محدداً من كُرَيَّاتُ الدَّم، حيث تبدأ كافة كُرَيَّاتُ الدَّم كخلايا جذعية ومن ثم فإنه من خلال زراعة الخلايا الجذعية فإننا نستطيع تجديد القدرة على تكوين كُرَيَّاتُ الدَّم في جسمك. وتميل الخلايا الجذعية إلى البقاء في النخاع العظمي بحيث تستطيع التحول إلى أي نوع من كُرَيَّاتُ الدَّم يحتاجه الجسم ولكن البعض منها يتحرك في الدورة العامة في الأوعية الدموية.

#### زراعة الخلايا الجذعية الذاتية

يقصد بالذاتية "من نفسك". حيث تقوم الخلايا الجذعية بتكوين النخاع العظمي لديك بعد الانتهاء من العلاج ويتم تجميع الخلايا الجذعية في دمك (حصادها) قبل أن يتم علاجك بجرعة عالية من العلاج الكيميائي تسمى "علاج تحضيري". ونحن نسمي ذلك حصاد الخلايا الجذعية. وستحصل على حقن G-CSF لتساعد جسمك على إنتاج المزيد من الخلايا الجذعية.

يتم حصاد الخلايا الجذعية في غرفة التبرع بالدم، وهو يشابه بدرجة كبيرة مع سحب الدم حيث تجلس على مقعد أو تستلقي على سرير وتستطيع القراءة أو الاستماع إلى الموسيقى أثناء القيام بذلك. ويستغرق الأمر فترة تتراوح بين ثلاث إلى أربع ساعات لكل مرة تجميع.

هناك حاجة إلى العديد من إجراءات الحصاد (1-5) في العادة لدعم زرع الخلايا الجذعية الذاتي.

## لماذا تحتاج إلى زراعة خلايا جذعية ذاتية

يتجاوب نوع السرطان الذي تعاني منه مع جرعات عالية من العلاج الكيميائي أو الإشعاعي أو كليهما، وأحد الآثار الجانبية لهذه الطرق هو أن نخاع العظمي لديك سيتم القضاء عليه تماماً. وعندما تنتهي فترة العلاج لك، سيتم إعادة الخلايا الجذعية لك ("زراعتها") من خلال القسطرة. وتسمح الخلايا الجذعية لنخاع العظمي بإنتاج كُرَيَاتِ الدَّم مرة ثانية. ويستغرق إدخال الخلايا الجذعية في الجسم فترة ما بين 15 إلى 30 دقيقة. وهي تتشابه إلى حد كبير مع نقل الدم.

تستخدم زراعة الخلايا الجذعية لإنقاذ نخاع العظمي للمرضى بعد العلاج لعدة أشكال من السرطان. ويتم علاج هذه الأنواع من السرطان بطرق مختلفة في الغالب. وسيبلغك الأطباء والممرضون بعلاجك.

## ■ انتكاس المرض

قد يترد المرض الأصلي الذي كنت تعاني منه إذا لم تدمر العلاجات كافة الخلايا السرطانية، وقد تضع بعض الحالات المريض في درجة مخاطرة أعلى عند انتكاس المرض، وسوف يناقش الطبيب المسؤول عن حالتك هذه الأمور معك.

## ■ قبل البدء في العلاج

### النظام الغذائي

لا يوجد نظام غذائي خاص للاستعداد للزراعة، ولا تحتاج إلى أخذ المزيد من الفيتامينات أو زيادة الوزن. وسوف يساعدك متخصصو النظام الغذائي لدينا في الحفاظ على التوازن الغذائي. ومع هذا إذا كنت تحت الوزن المناسب أو أكثر من الوزن المطلوب فحاول الوصول إلى وزنك "الطبيعي" مع خلال توجيهات طبيبك قبل دخول المستشفى.

### تجميع الخلايا

يتم تجميع الخلايا الجذعية من خلال جهاز يقوم بفصلها عن الدم. وقبل العملية سيقوم الطبيب أو الممرض المسؤول عن حالتك بفحص الأوردة في ذراعيك؛ فإذا لم يكن من السهل العثور على الأوردة فقد يتم إدخال قسطرة وريدية (أنبوب مرن صغير) في وريد كبير في رقبتك أو صدرك بعد الحقن بمخدر موضعي. وقد تظل القسطرة لعدة شهور في مكانها، وسوف يُستخدم في سحب الدم أو إعطاء العلاج الكيميائي لك بعد الحصاد. وسوف تحتاجه أيضاً للسوائل والأدوية الوريدية ونقل الدم. والقسطرة Broviac® و Hickman® و Quinton® عبارة عن ماركات لأنواع من القسطرة الوريدية طويلة الأجل، وقد يكون للقسطرة فرعان أو أكثر يسميان باللمعات. يرجى ارتداء قمصان بها أزرار أو سحاب من الأمام أو سترات علوية منخفضة الياقة بحيث يُمكن إدخال القُطْرَارُ بسهولة على مدار فترة رعايتك. إذا كان من السهل العثور على الأوردة في ذراعيك فقد لا تحتاج إلى قسطرة للحصاد.

يتم سحب الدم من وريد في أحد الذراعين أو إحدى اللمعتين في القسطرة، ويتم تدويره في الجهاز. ويتم فصل الخلايا الجذعية من دمك قبل أن يتم إعادتها إليك من خلال الذراع الآخر أو لمعة أخرى في القسطرة. وقد تكون هناك حاجة إلى عدد زيارات يتراوح بين زيارة واحدة إلى خمس زيارات لتجميع خلايا جذعية كافية.

لا يعاني معظم المرضى من آثار جانبية بعد الحصاد. ويستطيعون العودة للممارسة أنشطتهم المعتادة. بعد أن يتم حصاد الخلايا الجذعية لك، يتم تجميدها وتخزينها حتى تحتاج إليها. قبل تنفيذ الحصاد لك، ستقوم الممرضة بإعطائك بطاقة المعلومات، حصاد الخلايا الجذعية للدم المُحيطي.

### الخصوبة

في كل الحالات تقريباً، يصاب المرضى بالعمق بعد زراعة الخلايا الجذعية. وهذا يعني أنهم لن يستطيعوا إنجاب أطفال بالطريقة الطبيعية. يتخذ الكثير من المرضى خطوات قبل الزراعة للحفاظ على خصوبتهم.

- يستطيع الرجال تجميع وتجميد الحيوانات المنوية (تخزين الحيوانات المنوية)
- قد تستطيع النساء تجميع بويضات. يُمكن تخصيب البويضات لخلق أجنة ثم يتم تجميدها. أو يتم تجميد البويضات نفسها.

ويُمكن تخزين الحيوانات المنوية والأجنة والبويضات المجمدة لعدة سنوات. وقد يتم تذويبها واستخدامها في المستقبل بمجرد الحصول على الموافقة الطبية وتكون مستعداً لتكوين عائلة. اطلب من طبيبك أو الممرض إذا كنت تريد المزيد من المعلومات عن الخيارات المتاحة للحفاظ على خصوبتك.

لا تؤثر الإصابة بالعقم على قدرة النشاط الجنسي لديك. ومع هذا من المهم استخدام تحديد النسل. تُغطى الممارسة الجنسية في الكتيب الذي تحصل عليه قبل الخروج بعد الزراعة.

## محاكاة الإشعاع

إذا كان الإشعاع جزءاً من العلاج المحدد لك فإنك ستقابل فريق الإشعاع قبل دخول المستشفى. وسيتم تحديد جلسة تخطيط لك تسمى المحاكاة. وخلال هذه الجلسة، سيتم إجراء أشعة مقطعية بالكمبيوتر وعدة أشعة سينية. وسيتم أيضاً قياس الصدر لك. وتستخدم هذه القياسات جميعها لعمل دروع من الرصاص لحماية الرئتين أثناء بعض مراحل العلاج لأن الرئتين حساسة من الإشعاع.

## فحص الأسنان

يجب إجراء فحص أسنان كامل لك. وينبغي الاعتناء بأية تجويفات أو حشو سائب أو مرض اللثة قبل الزراعة. وتستطيع أن تقوم بذلك لدى طبيب أسنانك الخاص أو رؤية أحد أطباء الأسنان لدينا. إذا ذهبت إلى طبيب الأسنان الخاص بك يرجى أن تطلب منه أو منها رسالة أنك لا تعاني من مشكلات في الأسنان. إذا كانت هناك أسئلة، يرجى مطالبة طبيب الأسنان بالتحدث مع أحد أطباء الأسنان في مركز ميموريال سلوان كنيترنج للسرطان.

## الفحوصات

قبل البدء في العلاج، سوف يتم إجراء بعض الفحوصات لك لمعرفة كيفية سير وظائف الجسم لديك. وقد يتم إجراء بعض من هذه الفحوصات قبل دخولك المستشفى. وسوف تستخدم نتائج الفحوصات في مراقبة التغييرات التي قد تحدث أثناء أو بعد علاجك.

- أشعة سينية على الصدر
- فحوصات الدم
- فحوصات البول
- مخطط كهرباء القلب أو مخطط صدى القلب أو فحوصات أخرى التي تعطي معلومات عن القلب
- فحوصات وظائف الرئة - فحوصات التنفس التي تقيس وظائف الرئة
- الأشعة المقطعية بالكمبيوتر - أشعة سينية تقدم مناظر وصور عرضية للأُنسجة الرُخوة وكذلك العظام. كما توفر أيضاً قياسات عن صدرك وتستخدم في تخطيط العلاج الإشعاعي لك.
- أشعة تصوير مقطعي بالإصدار البوزيتروني - أشعة تستخدم لرسم صورة مرئية عن الوظيفة الفسيولوجية في مناطق الجسم
- سائل نخاع العظمي - يقدم عينة من نخاعك العظمي
- مسح الهيكل العظمي - أشعة سينية للعظام الرئيسية في جسمك. قد يستغرق ذلك ساعات قليلة لتنفيذه.

سوف يشرح لك الطبيب أو الممرض المسؤول عن حالتك أي فحوصات أخرى قد تحتاج إليها.

## يوم دخول المستشفى

أذهب إلى مركز استقبال الحالات في York Avenue 1275. سوف يتم اصطحابك إلى غرفتك في وحدة الزراعة. وسيقوم أحد أعضاء فريق الرعاية الصحية بفحصك وتدوين تاريخك الطبي. سوف تقابل الممرضة التي ستكون مقدمة الرعاية الأساسية لك. وستساعد الممرضات الأخريات في تصميم وتنفيذ خطة الرعاية لك. وربما تقابل أيضاً الأخصائي الاجتماعي وأخصائي النظام الغذائي والطبيب النفسي ومساعدات التمريض ومدير الحالة وسكرتارية الوحدة. وستظل في المستشفى لمدة تتراوح بين ثلاثة إلى خمسة أسابيع. لا تتردد في طرح أي أسئلة لديك.

إذا لم يكن هناك قسرة بالفعل في جسمك، فربما تذهب لت تركيب واحدة قبل دخولك الوحدة مباشرة. ثم تنتقل بعدها من مستشفى جراحة اليوم الواحد إلى السرير المخصص لك في وحدة الزراعة.

وإذا كنت ستخضع للعلاج الإشعاعي، فإنه يُجرى عادةً قبل العلاج الكيميائي. وعندما تنتهي من العلاج الكيميائي، قد تأخذ راحة لمدة يوم أو يومين قبل الزراعة. وبعد هذه الأنواع من العلاج، فإن تعداد كُرَيَاتِ الدَّم لديك سيكون منخفضاً جداً. وستكون معرضاً لخطورة عالية في العدوى حتى يبدأ نخاعك العظمي في إنتاج خلايا دم جديدة. ولتقليل الخطورة، سوف يلتزم كافة العاملين والزائرين الذين يدخلون غرفتك بقواعد خاصة. وسوف يشرح الطبيب والممرض هذه القواعد بالتفصيل لك. ويستغرق الأمر فترة تتراوح بين 10 إلى 20 يوماً حتى تنتج

خلاياك الجذعية المزروعة كرات دم كافية تسمح بخروجك من المستشفى.

## ■ العلاج الإشعاعي

يتم إجراء الإشعاع للجسم كاملاً أو لأجزاء من الجسم التي يوجد بها الكثير من العقد اللمفاوية أو لمنطقة يوجد بها الكثير من الخلايا السرطانية. ويُسمى الإشعاع للجسم كاملاً باسم TBI. وهي تشير إلى الإشعاع للجسم كاملاً. ويسمى الإشعاع الموجه إلى العقد اللمفاوية باسم TLI وتشير إلى الإشعاع للأنسجة اللمفاوية كاملة. ويتم تجزئة العلاج. ويعني هذا أنه لا يتم إعطاء إلا جزء من الجرعة الإجمالية خلال كل فترة علاج. وتستغرق كل جلسة فترة بين 10 - 30 دقيقة. وسوف تحصل على عدد يتراوح بين جلستين إلى ثلاث جلسات يومياً لعدة أيام.

وبناءً على نوع ومرحلة المرض الذي تعاني منه، فإنك قد تحتاج إلى جرعات إشعاع أكثر لأجزاء معينة من جسمك. ويُسمى الإشعاع الإضافي بـ "التعزيز". وهي تعتمد على المرض الذي تعاني منه. وسوف يوضح لك طبيب الزراعة وإختصاصي إشعاع الأورام المزيد عن ذلك.

ويتشابه الخضوع للعلاج الإشعاعي مع إجراء الأشعة السينية؛ فهي لا تسبب ألماً. لا ترتدين مجوهرات أثناء العلاج الإشعاعي. فربما يغير المعدن من جرعة الإشعاع الموجهة لهذه المنطقة. لا تصبح أنت أو ملابسك مشعة أثناء أو بعد جلسات العلاج ولا ينقل جسمك الإشعاع إلى أشخاص آخرين. إذا كنت ترتدين عدسات لاصقة، فإن طبيبك أو ممرضتك ستبلغك بالوقت الذي يجب أن تخلعها فيه. ارتدي نظاراتك بدلاً من ذلك.

لا تستخدم أي كريمات أو مراهم للوجه أو الجسم أو زيوت أو كريم حلاقة في المناطق التي يتم معالجتها. استخدموا صابوناً معتدلاً وماءً دافئاً للاستحمام. ويمكنك استخدام الكريمات التي ستعطيها لكم الممرضة المسؤولة عن العلاج الإشعاعي لكم.

ويمكن لأفراد أسرتم الذهاب معكم إلى قسم العلاج الإشعاعي أثناء الخضوع لجلسات العلاج. ويجب أن يظلوا خارج غرفة العلاج ولكنهم يستطيعون التحدث معكم ورؤيتكم على شاشة فيديو. والموسيقى متوفرة في غرف العلاج. وقد تحضر الموسيقى الخاصة بك إذا كنت تفضل ذلك. وستبين لكم الممرضة المزيد عن كيفية إجراء العلاج الإشعاعي وما ستقومون بعمله أثناء جلسات العلاج.

## ■ العلاج الكيميائي

تستخدم جرعات عالية من العلاج الكيميائي لتدمير الخلايا السرطانية. وربما تحصلون على عدة عقاقير للعلاج الكيميائي قبل الزراعة التي تخضعون لها. وسوف يخبركم الطبيب بالمزيد عن العقاقير التي ستحصلون عليها. كما أن الممرضة ستعطي لكم أيضاً معلومات عن العقاقير والآثار الجانبية لها.

## ■ الآثار الجانبية للعلاج

مثلما هو الحال في أنواع العلاج الأخرى فإن هناك آثاراً جانبية للعلاج الإشعاعي والعلاج الكيميائي. وقد تحدث لك بعض أو كافة الآثار الجانبية المحتملة بدرجات متفاوتة. ونحن لا نعرف أي الآثار الجانبية ستحدث لك ولا مدى شدتها. وقد تمر أيام تشعر فيها بتعب شديد بسبب الآثار الجانبية. ويمكن أن نقدم لك أدوية لمحاولة مساعدتك على الشعور على نحو أفضل ولكن يجب أن تبلغنا بطبيعة الشعور الذي تشعر به. وبهذه الطريقة فإنك تساعدنا في أن نوفر العناية المناسبة لك. اقرأ جدول الآثار الجانبية أدناه لتعرف الآثار الجانبية التي يمكن أن تتوقعها أثناء علاجك.

### جدول الآثار الجانبية

الآثار الجانبية	العلاج الإشعاعي	العلاج الكيميائي
<b>التفاعُل الجلدي</b> تفاعل جلدي طفيف يشبه الحرق الشمسي. ويتحول في النهاية إلى إسمرار اللون. ودئماً يكون هذا التأثير مؤقتاً. وقد تلاحظ أيضاً أن جلدك جاف. عندما تكتمل جلسات العلاج، استخدام مراهم أو كريمات أو زيوت خالية من الكحول لمساعدتك في التقليل من جفاف الجلد. وإذا حصلت على جلسة/جلسات تعزيز إشعاعية، فإن التغييرات في الجلد في هذه المناطق قد تكون أكثر وضوحاً.	X	
<b>جفاف الفم</b> ربما تمر بفترة انخفاض مؤقتة في كمية اللعاب مما يتسبب في جفاف الفم. وسيتحسن ذلك بمرور الوقت.	X	X
<b>المياه البيضاء</b>	X	

		التغيرات في عدسات العين. قد يسبب ذلك ضبابية في الرؤية. وهذه حالة نادرة ولكنها قد تحدث بعد سنوات من العلاج. غالباً ما تكون هذه التغيرات طفيفة ولا تسبب ضرراً خطيراً على الإبصار. وإذا تكونت مياه بيضاء كثيفة، فإنه يمكن إزالتها دائماً بالجراحة.
	X	<b>قصور الدرقية</b> يمكن أن يحدث انخفاض في وظائف الدرقية بعد شهور أو سنوات من العلاج. وقد يصف الطبيب المسؤول عن حالتك هرمون للدرقية عن طريق الفم لتصحيح ذلك.
X	X	<b>تثبيط نقي العظم</b> سيكون عدد كرات الدم لديك منخفضاً حتى تبدأ الخلايا الجذعية المزروعة في العمل. وسوف يتم اتخاذ الاحتياطات لحمايتك من العدوى والنزيف.
X	X	<b>اعراض السبيل الهضمي</b> قد يحدث الغثيان والقيء والإسهال لأن العلاج يدمر الخلايا الطبيعية التي تغطي الفم والمعدة والأمعاء. وربما تشعر بنوبات حرقان مؤلمة في الفم أو ألم يتراوح بين الطفيف والحاد في الحلق أو في الجزء السفلي من أنبوب الغذاء أو كافة هذه الأعراض جميعاً. وقد تستمر هذه الأعراض لبعض الأيام ولكنها مؤقتة.
X	X	<b>أعراض الغدة اللعابية</b> ربما تصبح الغدة اللعابية أمام الأذنين وتحت الفك السفلي وعلى كلا جانبي قاع الفم حساسة للألم ومتورمة لأيام قليلة بعد انتهاء العلاج. وقد تشهد انخفاضاً مؤقتاً في اللعاب. وسيحسن ذلك بمرور الوقت.
X	X	<b>فقدان الشعر (صلع)</b> ربما يحدث سقوط كامل لشعر الجسم مؤقتاً. سيبدأ شعرك في النمو مجدداً بعد حوالي شهرين إلى ثلاثة شهور بعد الزراعة. وقد يتغير اللون أو درجة الخشونة عندما ينمو مجدداً.
X	X	<b>العقم</b> ربما تتسبب الجرعات العالية من العلاج في العجز عن إنجاب أطفال. ويمكن أن تكون نشطاً من الناحية الجنسية. تحدثوا مع الطبيب أو الممرضة المشرفين على الحالة عن وسائل تحديد النسل التي يمكن استخدامها على مدار فترة العلاج. <b>الرجال</b> ○ استفسر من الطبيب أو الممرضة المشرفة على حالتك عن تخزين الحيوانات المنوية. ○ ربما يصبح إنتاج الحيوانات المنوية منخفضاً أو ينعدم كلية. <b>النساء</b> ○ تحدثي مع طبيبك عن تجميد البيض (البويضات). ○ ربما يحدث تفاوت في فترات الحيض لك أو تتوقف كلياً. قد تحتاجين إلى استبدال الهرمونات.
X	X	<b>خطورة حدوث سرطان آخر</b> يتمثل أحد الآثار الجانبية للعلاج الإشعاعي وبعض عقاقير العلاج الكيميائي في خطورة حدوث نوع ثانٍ من السرطان. وهذه حالة نادرة. اطلب من طبيبك معرفة المزيد عن ذلك.

## ■ أثناء وجودك في المستشفى

ستمارس أنشطة يومية قبل إجراء الزراعة لك وبعدها. وسوف يتم اتخاذ الاحتياطات لحمايتك من الجراثيم. لا يسمح بدخول الأطفال الذين تقل أعمارهم عن 12 سنة إلى الوحدة. إذا كان لديكم أطفال، فاستفسروا من الأخصائي الاجتماعي عن خيارات التحدث بالفيديو التي تستطيعون استخدامها.

### الوزن والعلامات الحيائية

سيتم قياس وزنك يومياً في الصباح. وسوف يتم فحص ضغط الدم والحرارة والنبض والتنفس لك مرة واحدة كل أربع ساعات على الأقل على مدار الساعة.

### التمرين

المشي في غرفتك والجلوس على مقعد بأكبر قدر ممكن سوف يساعد في الحفاظ على صحة رئتيك وعضلاتك. يوجد في كل غرفة دواسات دراجة هوائية ثابتة، والتي يمكنها أن تحافظ على نشاطك.

### الراحة والاسترخاء

حاول أن تستريح وتسترخي. يوفر الطب التكاملي جلسات يوجا وتأمل وتدليك وعلاج بالموسيقى مجاناً. وهذه الوسائل يمكن أن تساعدك في التكيف مع العلاج. اتصل برقم 888-0800 (646) لمزيد من المعلومات ربما تحضر تقويماً زمنياً وساعة وألعاباً وكتباً ومشغولات يدوية وأوراق لعب وموسيقى وهاتفاً محمولاً وشاحناً وبيجامات وطواقي ووشاحات وغيرها من المنزل.

إذا كنت ستحضر ملابس فتأكد من أنها فضفاضة ومريحة وأن السترات العلوية مفتوحة في الأمام لسهولة إدخال القسطرة الوريدية. ويجب أن يكون نعل الأحذية أو الشباشب مانعاً للانزلاق. وسوف تساعدكم الممرضة في اختيار الأشياء المناسبة لكم أثناء عملية الزراعة وتبلغكم بكيفية تنظيفها.

لا يُمكن إحضار زهور مقطوفة للتو أو نباتات حية في غرفتك، حيث إنها أحد مخاطر العدوى البكتيرية.

### العلاج بالعقاقير

على مدار فترة الزراعة ستحصل على الكثير من العقاقير. وهذه العقاقير يتم إعطاؤها عن طريق الفم ومن خلال أحد الأوردة وعلى الجلد. ويستخدم بعض من هذه العقاقير للمساعدة في منع المضاعفات الناتجة عن العلاج في حين يُستخدم البعض الآخر لعلاج المشكلات التي يتسبب فيها العلاج. وسيقدم لك الأطباء والممرضون معلومات عن كل نوع من العقاقير. وسيخبرونك أيضاً بالسبب وراء وصف العقار وكيفية عمل هذا العقار وآثاره الجانبية المحتملة. وسيخبرك الممرضون بالمزيد عن العلاج الكيميائي والعقاقير المساندة التي تستخدم أثناء فترة علاجك.

### الأكل الجيد

التغذية الجيدة مهمة جداً قبل الزراعة وبعدها. وأثناء الزراعة من المحتمل أن تكون شهيتك ضعيفة وتأكل قليلاً. وهذا متوقع. فإذا كنت تشعر بالراحة، يمكنك أن تأكل وتشرب كميات قليلة ولكن لا تجبر نفسك على ذلك إذا كنت تشعر بأنك ليس على ما يرام. وسوف يخبرك أخصائي النظام الغذائي والممرض بالأطعمة الأفضل لك عندما لا تستطيع تناول الكميات المعتاد عليها.

وربما لا تشعر بالراحة الكافية لتناول وجبات متوازنة من الناحية الغذائية. وإذا لم تستطع الأكل أو الشرب لفترة طويلة فإن الفريق سينظر في احتياجك إلى التغذية من خلال الأوردة. وهذا يسمى باسم TPN (التغذية الكاملة بالحقن). وعندما يحين موعد خروجك من المستشفى فإنك ستكون قادراً على شرب كميات كافية من السوائل وقد تستطيع تناول كميات قليلة من الطعام.

### الطعام الآمن

ستكون معرضاً لخطورة أعلى من العدوى. وأثناء فترة وجودك في المستشفى، سيتم وضعك على نظام غذائي منخفض البكتيريا. وهذا يسمى بالنظام الغذائي منخفض الميكروبات. وسيقوم الممرض وأخصائي النظام الغذائي بمراجعته معك. استفسر من الممرض أو أخصائي النظام الغذائي أو الطبيب المسؤول عن حالتك قبل إحضار طعام من المنزل.

وسيقيم أخصائي النظام الغذائي بتخطيط نظام غذائي لك. كُل الأطعمة المطهورة جيداً سهلة الهضم.

انظر الكتيب النظام الغذائي منخفض الميكروبات والتعامل الآمن مع الطعام.

## ■ يوم الزراعة

بعد إجراء العلاج الإشعاعي أو العلاج الكيميائي أو كليهما، ستحصل على يوم واحد أو اثنين دون علاج. وهذه الأيام تسمى بـ "أيام الراحة". وسوف يناقش الطبيب والممرض المسؤول عن حالتك جدول العلاج معك بحيث تعرف الخطوة المتوقعة التالية.

وفي يوم الزراعة، سيتم إخراج خلاياك الجذعية المجمدة من مكان التخزين وإحضارها إلى غرفتك. ويتم تخزين الخلايا الجذعية في أكياس بلاستيكية شفافة تشبه أكياس الدم. وسوف يتم وضع الأكياس في ماء دافئ لتذوب. وبمجرد ذوبان الخلايا الجذعية فإن الممرض الممارس أو الطبيب سينقلها إليك من خلال القسطرة الوريدية.

وستسير الخلايا مع مجرى الدم في جسمك إلى الفراغ الموجود في النخاع العظمي. وهنا تدخل الخلايا في مكانها وتبدأ في إنتاج خلايا دم صحية. وبينما ينمو النخاع العظمي فإن تعداد كرات الدم في جسمك سيبدأ في العودة ببطء إلى المعدل الطبيعي. ويسمى هذا باسم التجديد الذاتي للنخاع العظمي.

وربما تعاني من بعض الآثار الجانبية أثناء عملية النقل، وأكثرها شيوعاً هي الغثيان والقيء ونغزة في الحلق وسعال. وسيتم إعطائك أدوية قبل الزراعة بحوالي 30 دقيقة للمساعدة في تقليل تلك الآثار الجانبية. وربما تلاحظ طعم نافذ مشابه لرائحة الثوم في فمك. وقد تجد أيضاً في البول والعرق والجلد رائحة مشابهة لرائحة الثوم. وتساعد رائحة الليمون الطازج في تقليل الرائحة. وسوف توفر وحدة التغذية الليمون لكم. وتسبب المادة الحافظة في الخلايا الجذعية هذه الرائحة المماثلة لرائحة الثوم وستختفي تدريجياً على مدار فترة تتراوح بين يوم إلى يومين.

## ■ المضاعفات المحتملة بعد إجراء الزراعة

يمكن أن تحدث عدوى ونزيف وإجهاد أثناء فترة انتظار عودة تعداد كرات الدم إلى معدلها الطبيعي. وربما تصاب بالعدوى والنزيف والإجهاد عندما يكون عدد كرات الدم منخفضاً.

### العدوى

أشكال العدوى البكتيرية والفطرية والفيروسية ومشكلات خطيرة، وتكون المخاطرة عالية على وجه التحديد بعد الزراعة مباشرة. والحمى هي إحدى علامات الإصابة بالعدوى. فإذا أصيبت بالحمى سيتم أخذ فحوصات استنبات الدم والبول وإجراء أشعة سينية على الصدر. وسيتم إعطائك مضادات حيوية من خلال الأوردة لمساعدة الجسم على محاربة العدوى.

وقد تصاب أيضاً بالالتهاب الرئوي. ويمكن أن يحدث ذلك جراء فيروس أو بكتيريا أو إشعاع أو علاج كيميائي. وسوف يراقب الطبيب والممرض المسؤول حالتك للتعرف على أية علامات على هذه الأمراض. وسيتم إجراء أشعة سينية منتظمة على الصدر.

### النزيف

هناك خطورة التعرض للنزيف عندما يكون تعداد الصفائح الدموية لديك منخفضاً. وستتم مرات نقل الصفائح الدموية إلى جسمك بحسب الحاجة.

### الإجهاد والضعف

عندما يكون تعداد كرات الدم الحمراء منخفضاً في الجسم، فربما تشعر بالتعب. وسوف يساعدك الممرض أو الممرض المساعد في أنشطتك اليومية إذا كنت تحتاج إلى المساعدة. حاول المشي كل يوم للحفاظ على صحة عضلاتك وقوتها. وربما يتم أيضاً نقل كرات دم حمراء إلى جسمك بحسب الحاجة، وسيتم إخضاعها وكذلك كافة منتجات الدم الأخرى للإشعاع لمنع الآثار الجانبية السلبية.

## ■ الاحتياطات من العدوى

### النظافة الشخصية

الحفاظ على نظافتك الشخصية مهم جداً. وسيكون هناك أمر معتاد وهو تنظيف جلدك يومياً بصابونة مضادة للبكتيريا. ابدأ بالجزء العلوي من الجسم ثم انتقل إلى منتصف الجسم وأخيراً غسل المنطقة السفلية بما في ذلك قدميك. اعتني بعناية خاصة بغسيل تحت الإبطين وأصل الفخذ والمنطقة العجائية بين الأعضاء التناسلية والمُسْتَقِيم. هذه المناطق الرطبة هي ملجأ للجراثيم. ويجوز أن تغسل فروة الرأس بالصابون العادي مرة واحدة في اليوم. وإذا كنت تحتاج إلى مساعدة فإن الممرضين والممرضين المساعدين سيمدون يد العون لك.

وبعد التبول أو التبرز، قم بغسل الأرداف والمنطقة العجائية بالصابونة المضادة للبكتيريا. وتستطيع أيضاً استخدام المناشف الرطبة. قم بتجفيف المنطقة. واغسل يديك جيداً بعد التبول أو التبرز وقبل الأكل.

حافظ على الجلد حول القسطرة الوريدية طويلة الأجل نظيفاً جداً. وسيتم تغيير الضمادة التي تغطي وتحمي القسطرة كل أسبوع ما دامت جافة ومغطاة. ولتقليل احتمال العدوى، لا تترك الأنبوب الوريدي للقسطرة يلمس الأرض.

## نظافة الفم

من المهم على وجه التحديد الاعتناء بفمك على مدار فترة وجودك في المستشفى. ويمكن أن تساعد العناية الجيدة بالفم في منع العدوى والمضاعفات الأخرى في فمك. وسوف يعمل الممرض معك لتخطيط الخطوات المعتادة للاعتناء بالفم. وترد بعض الإرشادات، التي يجب الالتزام بها، أدناه.

- ستحصل على غسول للفم لتنظيف الفم قبل الأكل وبعده وعند النوم. وربما يتم زيادة عدد مرات التنظيف إلى مرة كل ساعتين بناء على حالة الفم.
- لا تستخدم إلا غسول الفم الذي يقدمه الممرض لك. لا تستخدم غسول الفم المتاح في الأسواق أو معجون الأسنان، حيث أن هذه المنتجات تسبب هياجاً وجفافاً للأغشية المخاطية في الفم والحلق.
- لا تستخدم إلا فرشاة الأسنان التي يتم إعطاؤها لك في الوحدة أو من وحدة الأسنان في مركز ميموريال سلوان كيتيرنج للسرطان. ويجوز أن تستخدم أيضاً الأعواد الرغوية وحيدة الاستخدام® Toothettes.
- لا تستخدم خيوط تنظيف الأسنان.
- تجنب لعق شفثيك، لأن ذلك يزيد الجفاف والتشقق.
- استخدم مرطباً بعد العناية بالفم وكل فترة تتراوح من ساعتين إلى أربع ساعات بحسب المطلوب، حيث يساعد ذلك في الحفاظ على رطوبة شفثيك.
- لتجنب العدوى في الفم فإن الطبيب سيصف لك مضاداً حيوياً مضاداً لفطريات الفم.
- إذا أصبح فمك حساساً، فتجنب الأطعمة الساخنة أو المتبلّة أو الحامضية أو الحثينة. وربما تفضل تقديم الطعام الطري أو السائل مبرداً أو في درجة حرارة الغرفة.
- إذا كنت تشعر بألم شديد في فمك، فإن الطبيب سيصف لك أدوية لتخفيف الألم.

## العزل الوقائي

سنتنقل إلى غرفة خاصة أثناء الفترات الحرجة من الزراعة. فيجب أن يغسل أي شخص يدخل غرفتك يديه جيداً بالصابونة المضادة للبكتيريا أو المادة الهلامية ذات الأساس الكحولي لليدين. وسيشرح لك الطبيب والممرض كيفية حماية نفسك من الجراثيم والعدوى. وسيقدمون لك تعليمات مطبوعة عن إجراءات العزل المستخدمة في الوحدة.

## ■ الاحتياطات من النزيف

تعمل الصفائح الدموية على منع النزيف والتحكم فيه. وعندما يكون عدد الصفائح الدموية منخفضاً، فإنك ستعاني من تزايد الميل نحو حدوث النزيف. وسيفحص الممرض البراز والبول بصورة معتادة لرؤية ما إذا كان هناك دم فيهما. خذ هذه الاحتياطات:

- استخدم ماكينة حلاقة كهربائية.
- اتبع إجراءات السلامة لتجنب السقوط أو الحوادث. لحماية نفسك أثناء المشي، ارتدي شباشب بنعل لا يسبب الانزلاق.
- لا تستخدم قلامات الأظافر والمقصات.

## ■ عمليات نقل الدم

سيتم إجراء تعداد كامل لكرات الدم يومياً لمعرفة عدد كُرَيَاتِ الدَّمِ البيضاء وعدد كُرَيَاتِ الدَّمِ الحمراء والصفائح الدموية. وعندما يكون تعداد كُرَيَاتِ الدَّمِ أقل من المعدل الطبيعي، فربما تحتاج إلى عمليات نقل خلايا دم حمراء وصفائح دموية. وربما يُطلب من عائلتك التبرع بخلايا دم حمراء أو صفائح دموية أو كليهما. وسيخبرك الأطباء والممرضون والعاملون في غرفة التبرع بالدم بالمزيد من المعلومات عن عمليات نقل الدم ومتى تكون ضرورية.

## ■ الإرشادات الأساسية للمتبرعين بالدم



غالباً ما يحتاج المرضى إلى خلايا دم حمراء وصفائح دموية عندما تكون أعدادها منخفضة أكثر من اللازم. ونحن نطلب من أفراد العائلة والأصدقاء التبرع بالدم ونشعر بامتنان تجاههم عندما يقومون بذلك. ويساعد أي تبرع بالدم مرضانا. وعندما تبدأ في العلاج، اطلب من أحد أفراد العائلة الاتصال ببرنامج المتبرعين بالدم لمعرفة المزيد عن إعطاء الدم. الرقم هو 8177-639 (212). ويستغرق الأمر حوالي ساعتين للتبرع بالصفائح الدموية وحوالي 45 دقيقة للتبرع بـكُرَيَّاتُ الدَّم الحمراء. يستطيع المتبرعون الاتصال برقم 639-7648 (212) لحجز موعد.

يجب أن يكون المتبرعون بالدم:

- بين سن 17 إلى 75 سنة.
- وزنهم أكثر من 110 رطل (50 كيلوجرام).
- لا تظهر عليهم علامات برد أو حساسية نشطة في وقت التبرع.
- لا يعانون حالياً أو كانوا يعانون في الماضي من مرض مثل الالتهاب الكبدي الوبائي، اليرقان، السرطان...الخ.
- اتصل بغرفة المتبرعين إذا كنت تأخذ أية أدوية.
- لا يأخذ أسبرين أو أي مركب يوجد به أسبرين أو عقاقير مشابهة للأسبرين (ايبوبروفين® Motrin و Naprosyn® و Anaprox® و Advil® و Aleve®) في غضون ثلاثة أيام قبل التبرع بالدم. لا توجد هناك مشكلة في أخذ أسيتامينوفين (Tylenol® أو Anacin 3®).
- لا يشرب مشروبات كحولية قبل التبرع بثماني ساعات.
- يتناول وجبة خفيفة ولكن يتجنب الأطعمة الدسمة قبل التبرع.

## ■ تجديد النخاع العظمي وتعافي جهاز المناعة

يحدث التجديد عندما يبدأ النخاع العظمي في تكوين كريات تؤدي إلى نشوء كُرَيَّاتُ دَم ناضجة. وبعد حوالي عشرة أيام من الزراعة فإن تجديد النخاع سيكون واضحاً حيث يبدأ عدد كريات الدم البيضاء في الارتفاع. ويحدث تعافي كريات الدم الحمراء على نحو أكثر بطناً. وتميل الصفائح الدموية إلى التعافي في آخرهما. وربما يستغرق جهاز المناعة فترة تتراوح بين 6 إلى 12 شهراً ليتعافى تماماً.

## ■ العمل معاً

بينما يتم إجراء المزيد من زراعات الخلايا الجذعية، فإن التغييرات في خطة العلاج تعتمد على الأبحاث والتجارب. وتهدف هذه التغييرات إلى تقليل المضاعفات وتعزيز نمو النخاع الجديد. ولا تتغير العناية الخاصة التي تحتاج إليها عند إجراء الزراعة بغض النظر عن خطة العلاج.

قال بعض المرضى إنهم يشعرون بالملل في الغرفة لأنه "لا يوجد شيء يفعلونه" أو أنهم "تعبوا من الشعور بالمرض" وأنهم "لا يستطيعون الانتظار للذهاب إلى المنزل". ويقول آخرون إنهم "قلقون ومكتئبون". ومن الطبيعي الشعور بذلك. وفي بعض الأحيان من المفيد التحدث عن ذلك. إن الصبر والمشاركة النشطة في رعايتك اليومية مهمة في الأسابيع التالية للزراعة. تحدث مع الممرض أو الأخصائي الاجتماعي أو الكاهن أو الطبيب عن هذه المشاعر. وربما يساعد أيضاً المتطوعون من المرضى لدعم المرضى الآخرين ومكتبة المرضى والاستجمام ووحدة الطب التكاملي في ذلك. ويمكن أن يتحدث أحد أفراد قسم الطب النفسي معك ومع عائلتك أو يقدم النصح إلى فريق الزراعة عن الدواء الذي يمكن أن يساعد. ومن المهم أن نعمل معاً؛ فأنت وعائلتك وكافة العاملين في نفس فريق العمل للمساعدة في الاعتناء بك. تحدث مع ممرضك عن المخاوف التي تشعر بها.

## العواطف

يشعر معظم الناس ببعض الضيق أثناء فترة العلاج، والخوف من المرض والعلاج وحتى من المجهول أمر شائع وطبيعي. وربما يسبب البقاء في المستشفى لفترة طويلة والتعافي البطيء بعد الزراعة والطاقة المنخفضة إبطاً، ويمكن أن يساعد التعامل مع هذه المشاعر في مواكبة العلاج والشعور على نحو أفضل. وقد ترغب في التحدث مع الأخصائي الاجتماعي المسؤول عن حالتك. وهناك أيضاً وحدات أخرى متوفرة لمساعدتك. لقد تعلمنا من المرضى على مدار السنوات بعض الطرق التي يستطيع الناس استخدامها للمواكبة الإيجابية مع السرطان والشعور بشعور أفضل نتيجة لذلك. ونورد في النقاط التالية اقتراحات قد تكون مفيدة.

## طرح الأسئلة

معرفة المزيد عن المرض الذي تعاني منه والزراعة والعلاج هي إحدى الطرق لتقليل الخوف من المجهول. يمكن أن تسبب الزراعة شعوراً بالاستعراق لأن الكثير من الأشياء تحدث في الوقت نفسه. وإذا وضعت قائمة بمصادر القلق أو الأسئلة فإنك تستطيع التركيز على اثنين أو ثلاثة من المخاوف في المرة الواحدة. يتوقع الفريق الذي يقدم لك الرعاية أن هناك أسئلة تود طرحها وهم سيجيبون عليها.

## تبادل المشاعر والأفكار

تبادل الشعور الذي تشعر به مع الآخرين وما تعتقده عن الزراعة التي ستجربها هو أحد الطرق لتقليل العبء. ويجد بعض المرضى صعوبة في ذلك لأنهم لا يريدون إثارة قلق أفراد عائلتهم وأصدقائهم. ولكن عدم معرفة الشعور الذي تشعر به أو كيفية مساعدتك ربما يزيد من قلقهم. ويمكن أن يؤدي تبادل المشاعر والأفكار إلى تكاتف الجميع في وقت الشدة. وربما تطلب أيضاً من الأخصائي الاجتماعي المسؤول عن حالتك توفير مجموعة دعم وقد يكون ذلك مفيداً.

وأثناء وجودك في المستشفى، فإننا سنحاول أن نساعدك على الشعور بالراحة. وفي بعض الأحيان من الأفضل أخذ الأشياء في يوم واحد مرة واحدة. ونحن نعرف أنك تنتظر كل يوم للحظة التي يحين فيها موعد عودتك إلى المنزل. ويترقب العاملون وينتظرون ذلك معك. وقبل العودة إلى المنزل، سوف يعطي لك الممرض نسخة من *العودة إلى المنزل بعد الزراعة الذاتية*. وسوف يساعدك هذا الكتيب في الاستعداد للعودة إلى بيئة المنزل. ويتناول بعض المخاوف المشتركة للمرضى الذين أجريت لهم الزراعة. نحن نعتني بك وبعائلتك ونريد أن نقدم لك أكبر مساعدة ممكنة. وهناك الكثير من الناس الموجودين لمساعدتك ومساعدة عائلتك على مواكبة هذا الموضوع. يرجى تبادل أسئلتك ومخاوفك معنا.

## ■ المصطلحات الشائعة

هذا القسم عبارة عن مسرد بالمصطلحات شائعة الاستخدام التي قد تسمعها.

زراعة نخاع العظمي الخيفية - زراعة يتم فيها أخذ نخاع عظمي من متبرع مختلف من الناحية الوراثية ويتم إعطائه إلى مريض ما.

المضاد الحيوي - عقار يدمر الجراثيم البكتيرية ويُستخدم لعلاج أو منع العدوى.

مُضادُ القيء - عقار يمنع أو يقلل الغثيان والقيء

زراعة الخلايا الجذعية الذاتية - زراعة تستخدم الخلايا الجذعية للمريض نفسه

البكتيريا - جراثيم صغيرة قد تسبب عدوى

فحص استنبات الدم - فحص دم يُستخدم لمعرفة ما إذا كانت هناك عدوى معينة في الدم

النخاع العظمي - مادة إسْفُنْجِيَّة في منتصف العظام حيثما يتم إنتاج كريات الدم

سائل النخاع العظمي - أخذ نخاع عظمي من منتصف الوِرْك أو (نادراً) من عظمة الصَّدر.

اعْتِلَالُ عَضَلَةِ الْقَلْب - الضرر الذي يحدث لعضلة القلب مما يؤثر على كمية الدم التي يضخها القلب في الجسم.

سم<sup>3</sup> (سنتيمتر مكعب) - وحدة قياس تسمى أيضاً باسم المليتر، مل (هناك 30 سم<sup>3</sup> أو 30 مل في الوقية الواحدة)

العلاج الكيميائي - العقاقير المضادة للسرطان التي تستخدم بمفردها أو مع طرق أخرى لعلاج السرطان

التعداد الكامل لعناصر الدم - فحص دم لقياس نوع وعدد كريات الدم

الحِفْظُ بِالْبَرُودَةِ - عملية التجميد، على سبيل المثال للخلايا الجذعية.

الْوَدْمَةُ - التورم الذي يحدث (عادةً في الساقين من الأسفل) عندما يتحرك السائل من الأوعية الدموية إلى الأنسجة اللينة

التجديد - نمو الخلايا الجذعية المزروعة التي تظهر عندما يبدأ تعداد عناصر الدم في العودة إلى المعدل الطبيعي

الْتِهَابُ الْمَرِيءِ - التهاب في المرء (أنبوب الغذاء)

الْمَرِيءِ - الجزء من الجهاز الهضمي الذي يصل من الفم إلى المعدة

الإشعاع المجزأ - إجمالي جرعة العلاج بالإشعاع مقسمة على عدة أيام

فُطْرِيَّات (على سبيل المثال المُبَيَّضَةُ) - الجراثيم التي يمكن أن تسبب عدوى

الحصاد - تجميع نخاع العظمي أو الخلايا الجذعية اللازمة للزراعة

الهيموجلوبين - الجزء من كريات الدم الحمراء الذي ينقل الأوكسجين

كَبُتْ المَنَاعَة - نقص قدرة جهاز المناعة على محاربة العدوى. (وقد تحدث نتيجة للعلاج الكيميائي أو عقاقير أخرى أو الإشعاع أو العدوى أو من السرطان نفسه).

الالتهابُ الرئويُّ الخِلَاليُّ - عدوى تصيب الرئة، غالباً بسبب فيروس أو إشعاع أو علاج كيميائي

مكونات الدم المعرضة للأشعة - مكونات الدم التي تم تعريضها لمصدر إشعاع لمنع كريات الدم البيضاء من الانقسام

البرقان - "اصفرار" لون الجلد مما يسبب عادةً ضرراً للكبد

اللُّوكِيمِيَا - مرض يقوم فيه نخاع العظمي بإنتاج كريات دم بيضاء غير طبيعية

الجهازُ اللَّمْفَويُّ - هذا الجزء من جهاز الدورة الدموية الذي يتألف من عقد لمفاوية وأوعية تقوم بتنقية الجراثيم والكريات المصابة بالمرض

اللِّمْفُومَةُ - سرطان جهاز المناعة الذي يتضمن النسيج اللمفوي

التهابُ الغشاءِ المُخاطيِّ - قرح مؤلمة في الفم والحلق؛ قد تكون أحد الآثار الجانبية للعلاج الكيميائي والعلاج الإشعاعي

قِلَّةُ العَدِلَات - تعداد منخفض للعَدِلَات (كريات الدم البيضاء التي تحارب العدوى) مما يجعل المريض عُرضة للعدوى

النظام الغذائي لِقِلَّةِ العَدِلَات - نظام غذائي لا يتضمن الأغذية العالية في نسبة البكتيريا للمرضى الأكثر حساسية للعدوى بسبب تعداد العَدِلَات المنخفض

NPO - لا شيء عن طريق الفم

الصفائح الدموية - نوع من كريات الدم التي تساعد على تجلط الدم ووقف النزيف

الأدوية المسبقة - الأدوية التي يتم إعطاؤها قبل العلاج لتقليل أو القضاء على الآثار الجانبية

العلاج الإشعاعي - استخدام الأشعة السينية عالية الطاقة لمعالجة الأمراض

كريات الدم الحمراء - نوع من كريات الدم التي تنقل الأوكسجين في الجسم

ارتداد المرض - عودة المرض الذي كان موجوداً قبل الزراعة أثناء العلاج أو بعده

المَحْلُولُ المَلْحِيُّ - محلول من المياه والملح

الورم الصلب - نمو غير طبيعي لخلايا تشكل كتلة في منطقة ما من الجسم

TBI (تعريض كامل الجسم للإشعاع) - العلاج بالإشعاع الذي يوجه إلى الجسم كاملاً

TLI (تعريض كامل الخلايا اللَّمْفَويَّة للإشعاع) - العلاج بالإشعاع الذي يوجه إلى أجزاء الجسم التي يوجد بها معظم الجهاز اللَّمْفَويُّ

Toothette® - إسفنجة ناعمة صغيرة مثبتة على عود تستخدم بدلاً من فرشاة الأسنان.

TPN (التغذية الكاملة بالحقن) - مكمل غذائي عالي التركيز يتم حقنه مباشرة في أحد الأوردة.

فريق الزراعة - الطبيب المعالج والزميل والمتدرب والمقيم والممرض والممارس والممرض المساعد والأخصائي الاجتماعي والطبيب

النفسي وأخصائي النظام الغذائي/التغذية والصيدلي والمعالج البدني أو المهني ومدير الحالة والأطباء الاستشاريون

الفيروس - جرثوم صغير مثل فيروس القُوباء والالتهاب الكبدي الوبائي "ب" و"ج" والحُمق والذي يمكن أن يسبب عدوى

كريات الدم البيضاء - نوع من كريات الدم يساعد على محاربة العدوى

إذا كانت لديك أية أسئلة أو استفسارات، يرجى التحدّث إلى طبيبك أو ممرضك أو أي عضو آخر من فريق الرعاية الطبية. يمكنك التحدّث إليهم خلال أيام الأسبوع من الاثنين إلى الجمعة من الساعة التاسعة صباحًا حتى الساعة الخامسة مساءً على الرقم: \_\_\_\_\_ . بعد الساعة الخامسة مساءً أو خلال عطلة نهاية الأسبوع أو الإجازات، يُرجى الاتصال بالرقم \_\_\_\_\_ . في حال عدم وجود رقم أو عدم تأكّدك، اتصل بالرقم 2000-639 (212).

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 2014©