

۲۰۹۲۴۶۹



# خستگی ناشی از

## استرسان

یواخیم ویس، مارکوس هارنبر

دکتر آرش جنابیان

فوق تخصص مدیکال آنکولوژی از دانشگاه دکارت فرانسه و هیأت علمی دانشگاه

علوم پزشکی آزاد اسلامی تهران

ترانه خداویردی

کاندیدای دکتری روان‌شناسی

سرشناسه: وایس، یواخیم، ۱۹۶۰ - م. Weis, Joachim, ۱۹۶۰-

عنوان و نام پدیدآور: خستگی ناشی از سرطان / یواخیم ویس، مارکوس هارنبر؛ مترجمین آرش جنابیان، ترانه خداویردی.

مشخصات نشر: تهران: توانا گستر، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری: ۸۸ص: جدول (بخشی رنگی)، نمودار (بخشی رنگی).

وضعیت فهرست‌نویسی: فیپا

رده‌بندی کنگ: RC۲۷۰/۸

رده‌بندی یویی: ۹۹۴۰۶/۶۱۶

شماره کتا، شاب: ۵۸۵/۸۰ می



## خستگی ناشی از سرطان

نویسنده: یواخیم ویس، مارکوس هارنبر

مترجمین: آرش جنابیان (رق تخصص میکال آنکولوژی) ۰۲۱۶۶۴۱۰۹۳۷

از دانشگاه دکارت فرانسه - صویات علمی دانشگاه ۰۹۳۰۱۳۰۷۹۴۴

ترانه خداویردی (کاندیدای دکترای روانشناسی) Tavanagostar.ir

ویراستار ادبی: سید امین گازی

طراح جلد و صفحه آراء: آرمینا گودرزی

ناشر: انتشارات تواناگستر شمارگان: ۵۰۰۰

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۹

قیمت: ۵۰۰,۰۰۰ تومان

ISBN 978-600-7334-82-9



هرگونه کپی برداری از این اثر بدون اجازه ناشر پیگرد قانونی دارد.

سرطان‌ها، صدها بیماری مختلف با ویژگی‌های بافت‌شناختی متمایز، مکانیسم‌های بیماری‌زایی و تظاهرات بالینی متفاوت هستند. امروزه اساس درمان موفق سرطان‌ها بر پایه نوع دقیق بیماری، منشأ اولیه بیماری و همچنین میزان پیشرفت بیماری در بدن بیمار و به صورت کاری تیمی است. متخصصان رشته‌های مختلف نظیر سرطان‌شناسی (آنکولوژی)، جراحی، پرتودرمانی، متخصصان ارگانهای مختلف، روان‌شناسی، روان‌پزشکی، تغذیه و مددکاری اجتماعی هر یک همگام با دیگران سهمی در مدیریت درمان یک بیمار مبتلا به سرطان دارند.

یکی از مشکلات مشترک و معمول بیماران مبتلا به سرطان «خستگی ناشی از سرطان» است. امروزه با شناخت دقیق‌تر مکانیسم بیماری‌زایی سرطان‌ها و پیشرفت‌های علمی دو دهه اخیر در امر تشخیص و درمان، کارن درمان مبتلا به سرطان به مراتب بیشتر از گذشته شده است. همین امر، اهمیت توجه به کیفیت زندگی بیماران در حال درمان و نیز رهایی‌یافتگان از سرطان را دو چندان نموده است. شناخت و درمان «خستگی ناشی از سرطان» بخشی مهم از ارکان درمان بیماران است. کتاب حاضر یکی از آخرین تألفات این حیطه است که به شکلی علمی، دقیق و روان ترجمه شده است. مطالعه این کتاب به همه دست‌اندرکاران تشخیص و درمان سرطان توصیه می‌گردد.

دکتر آرش جنابیان

فوق تخصص سرطان‌شناسی از دانشگاه دکارت پاریس، عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی

آزاد اسلامی ایران

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| مقدمه                                     | ۳  |
| فصل ۱ تعریف خستگی ناشی از سرطان و شیوع آن | ۷  |
| ۱/۱ مقدمه                                 | ۷  |
| ۱/۲ خستگی فیزیولوژیک                      | ۷  |
| ۱-۳ خستگی پاتولوژیک                       | ۸  |
| ۱-۴ خستگی ناشی از سرطان                   | ۹  |
| ۱/۵ همبستگی و میزان شیوع                  | ۱۰ |
| ۱/۶/۱ تظاهرات بالینی                      | ۱۲ |
| ۱/۷ تاثیر خستگی                           | ۱۴ |
| منابع                                     | ۱۵ |
| فصل ۲ سبب‌شناسی و پیرایه خستگی            | ۱۹ |
| ۲/۱ مقدمه                                 | ۱۹ |
| ۲/۲ التهاب و خوشه‌بندی نشانه‌ها           | ۱۹ |
| ۲/۲/۱ سندروم رفتار بیماری                 | ۲۰ |
| ۲/۲/۲ خستگی و دستگاه عصبی مرکزی           | ۲۲ |
| ۲/۲/۳ عوامل ژنتیکی                        | ۲۲ |
| منابع                                     | ۲۴ |
| فصل ۳ تشخیص و ارزیابی                     | ۲۷ |
| ۳/۱ مقدمه                                 | ۲۷ |
| ۳/۲ معیارهای تشخیصی                       | ۲۸ |
| ۳/۳ ملاحظات مرتبط با ارزیابی              | ۳۰ |
| ۳/۴ ارزیابی بالینی                        | ۳۲ |
| ۳/۵ ارزیابی روان‌شناختی                   | ۳۲ |
| ۳/۶ مقیاس‌های ارزیابی                     | ۳۴ |
| ۳/۶/۱ مقیاس تجدید نظر شده خستگی پایپر     | ۳۷ |
| ۳/۶/۲ پرسشنامه نشانه‌های خستگی            | ۳۷ |
| ۳/۶/۳ پرسشنامه چندبعدی نشانه‌های خستگی    | ۳۸ |

|    |                                                                         |
|----|-------------------------------------------------------------------------|
| ۳۸ | پرسشنامه کوتاه خستگی.....                                               |
| ۴۰ | ۳/۶/۵ مقیاس خستگی ناشی از سرطان شوارتز.....                             |
| ۴۰ | ۳/۶/۶ مقیاس ارزیابی عملکرد درمان سرطان - خستگی.....                     |
| ۴۰ | ۳/۶/۷ پرسشنامه‌ی ارزیابی خستگی.....                                     |
| ۴۱ | ۳/۶/۸ مقیاس خستگی ناشی از سرطان.....                                    |
|    | ۳/۶/۹ پرسشنامه‌ی سازمان پژوهش و درمان سرطان اروپا (EORTC) در مورد کیفیت |
| ۴۱ | زندگی بیماران مبتلا به سرطان - زیرمقیاس خستگی.....                      |
| ۴۳ | ۳/۷ روش‌های ارزیابی.....                                                |
| ۴۴ | منابع.....                                                              |
| ۴۹ | فصل ۴ درمان غیر دارویی.....                                             |
| ۴۹ | ۴/۱ مقدمه.....                                                          |
| ۴۹ | ۴/۲ مداخلات روانی - اجتماعی.....                                        |
| ۵۰ | ۴/۲/۱ اطلاعات و مشاوره.....                                             |
| ۵۰ | ۴/۲/۲ آموزش‌های روانی.....                                              |
| ۵۳ | ۴/۲/۳ درمان شناختی - رفتاری.....                                        |
| ۵۴ | ۴/۳ مداخلات ذهن - بدن.....                                              |
| ۵۴ | ۴/۳/۱ کاهش استرس مبتنی بر توجه آگاهی.....                               |
| ۵۵ | ۴/۳/۲ یوگا.....                                                         |
| ۵۶ | ۴/۴ ورزش و ورزش درمانی.....                                             |
| ۵۹ | منابع.....                                                              |
| ۶۵ | فصل ۵ درمان دارویی.....                                                 |
| ۶۵ | ۵/۱ مقدمه.....                                                          |
| ۶۶ | ۵/۲ محرک‌ها.....                                                        |
| ۶۶ | ۵/۲/۱ متیل فنیدات.....                                                  |
| ۶۷ | ۵/۲/۲ متدافینیل.....                                                    |
| ۶۸ | ۵/۳ عوامل تحریک‌کننده‌ی تولید گلبول‌های قرمز.....                       |
| ۶۹ | ۵/۴ داروهای ضد افسردگی.....                                             |
| ۶۹ | ۵-۵- کورتیکواستروئیدها.....                                             |
| ۷۰ | ۵/۶ هورمون آزادکننده‌ی تیروتروپین.....                                  |

|                                                            |    |
|------------------------------------------------------------|----|
| ۵/۷ عوامل گیاه‌درمانی.....                                 | ۷۱ |
| ۵/۷/۱ جینسنگ.....                                          | ۷۱ |
| ۵/۷/۲ گوآرانا (پاولینیا کوپانا).....                       | ۷۲ |
| ۵/۷/۳ سایر داروهای گیاهی.....                              | ۷۲ |
| منابع.....                                                 | ۷۴ |
| فصل ۶ پیشنهادهایی به منظور مدیریت خستگی ناشی از سرطان..... | ۹۶ |
| پیشنهادهایی به منظور مدیریت خستگی ناشی از سرطان.....       | ۹۶ |
| ۶/۱ مقدمه.....                                             | ۹۶ |
| ۶/۲ غربالگری و ارزیابی.....                                | ۸۰ |
| ۶/۳ اطلاعات و مداخله.....                                  | ۸۲ |
| ۶/۴ خستگی ناشی از سرطان در بین درمان سرطان.....            | ۸۴ |
| ۶/۵ خستگی دائمی ناشی از سرطان.....                         | ۸۴ |
| ۶/۶ خستگی در حین مراقبت‌های تسکینی.....                    | ۸۵ |
| منابع.....                                                 | ۸۶ |