



بسم الله الرحمن الرحيم

سفری به دنیای سرطان

تألیف

دکتر حسین رحیمی

متخصص داخلی و فوق تخصص خون و انکولوژی استادیار و عضو هیأت علمی دانشکده پزشکی مشهد

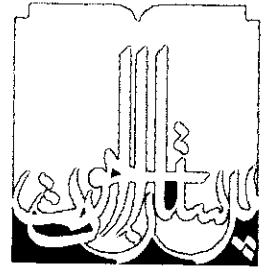
تکتم اعتضادی جمع

(پرستار بالینی، کارشناس ارشد آموزش پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی مشهد)

خیزران میری

(کارشناس ارشد آموزش پرستاری، عضو هیأت علمی دانشکده پرستاری و مامایی کناباد)

مشهد مقدس - پرستاران جوان



انتشارات پرستاران جوان

سرشناسه: رحیمی، حسین ۱۳۴۱
عنوان و پدیدآور: سفری به دنیای سرطان / حسین رحیمی، تکتم اعتضادی
جمع، خیزران میری
مشخصات نشر: مشهد، پرستاران جوان، ۱۳۹۲
مشخصات ظاهری: ۱۴۰ صفحه
شابک: ۶-۶۴-۶۴۱۷-۶۴۰۰-۹۷۸-۶۰۰
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
موضوع سرطان شناسی
موضوع سرطان -- درد
موضوع : سرطان -- سبب شناسی
موضوع : سرطان -- تشخیص
موضوع : سرطان -- درمان
شناسه افزوده : اعتضادی جمع، تکتم، ۱۳۵۹
شناسه افزوده: میری، خیزران ۱۳۶۳
رده بندی کنگره: ۷۳۳/۱۱/۲۶۱ RC

شماره کتابخانه ملی: ۳۲۲۷۷۵۷

سفری به دنیای سرطان

تالیف:	حسین رحیمی، تکتم اعتضادی، خیزران میری
ناشر:	پرستاران جوان
حروفچینی و صفحه آرایی	یار آشنا
نوبت چاپ:	اول ۱۳۹۲
شمارگان:	۱۰۰۰ عدد
چاپ:	مهتاب

شابک: ۶-۶۴-۶۴۱۷-۶۴۰۰-۹۷۸-۶۰۰ بهای ۷۰۰۰۰۰ ریال.

تخفیف ویژه در مرکز نشر

مرکز نشر و پخش

مشهدالرضا: میدان سعدی - خیابان سناباد بین سناباد ۶ و ۸ پلاک ۱۰۴ طبقه منهای یک تلفکس

۸۴۴۴۵۴۴ و ۸۴۲۱۷۴۴

تمامی حقوق برای مولف محفوظ است. این اثر مشمول قانون حمایت از مولفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸/۱۱/۱۱ و قانون ترجمه و تکثیر کتب و نشریات و آثار صوتی مصوب ۱۳۵۰/۱۰/۰۶ می باشد. بازنویسی، خلاصه برداری یا برداشت بخشی از متن یا شکل ها و جدول های کتاب و انتشار آن در قالب کتاب های ترجمه، تالیف، خلاصه، تسه یا نرم افزار بدون اجازه کتبی ناشر، غیر قانونی و شرعا حرام بوده و موجب پیگرد قانونی می شود.

بسم الله الرحمن الرحيم

خدا را شاکرم که در آوندهای وجودی انسان زندگی را آفرید و آن را فرصتی مکانی و زمانی برای حرکت در مسیر تعالی قرار داد. در این میان فلسفه آفرینش "درد" را وسیله‌ای برای بالاتر رفتن و حرکت به سوی نور دانست. تا در مسیر، به نوری که حقیقت اوست نزدیک‌تر شویم، اما برایم عجیب است آدم‌هایی را که درد را تجربه نمی‌کنند، ولی از درد حرف می‌زنند!!! و چقدر نوشتن دشوار است... واژه‌هایی به امید تسکین درد، شفا، معجزه و... با قلبی پر امید و دست‌هایی کوچک در راه پر فراز و نشیب زندگی... در این راستا عزیزان نگارنده این مجموعه با قلمی برگرفته از جوهر تمام قلب و روحشان به خود جسارت داده‌اند، تا به امید نگارش اثری در راه نور تلاش نمایند.

ایده نگارش این مجموعه مدیون، مهدی، کودکی مبتلا به سرطان خون است که در سال ۱۳۸۷ در بخش اورژانس داخلی بیمارستان امام رضا (ع) مشهود در دهه هفدهم متعاضد بستر شد. سرانجام در کودخانه، پیاپی و روح کنجکاوش مرا برآن داشت تا مجموعه‌ای کاربردی برای بیماران سرطانی تهیه نمایم.

در این راستا در همان سال همکار محترم جناب آقای احسان نوری^۱ در تهیه و جستجوی علمی مطالب کمک شایانی به من نمود. پس از آن دوستانی از جمله سرکار خانم‌ها فاطمه میری^۲ و لیلا حسینی^۳ در ترجمه و برگردان از سایت‌های معتبر علمی و انجمن‌های سرطان جهان مرا یاری نمودند. این مجموعه در تمام حیطه‌های مورد نیاز مددجو طراحی و در حال آماده شدن است که این قسمت کوچکی از آن مجموعه بزرگ است که به همت دوست پر تلاش و خوبم سرکار خانم تکتّم اعتضادی^۴ نگارش نهایی آن را برای مددجو انجام داده‌ایم.

در این اثر جناب آقای دکتر حسین رحیمی^۵ ویراستاری علمی این مجموعه را با همه گرفتاری و مشغله فراوان، پذیرفته و پس از آن با نهایت صبر و حوصله از تحارب بالینی و تخصصی ایشان استفاده شد. طرح جلد این اثر مربوط به آقای مسعود بهشتی^۶ انسان خلاق و با ذوق در رشته پرستاری است که در اینجا نهایت تشکر را از ایشان داریم. در خاتمه امید ما آن است که بتواند التیامی برای کاهش

۱. کارشناس پرستاری دانشکده پرستاری و مامایی مشهد

۲. کارشناس ادبیات انگلیسی دانشکده ادبیات و علوم انسانی دکتر علی شریعتی فردوسی مشهد

۳. کارشناس ارشد آموزش مامایی، مربی و عضو هیأت علمی دانشکده پرستاری و مامایی سبزوار

۴. کارشناس ارشد آموزش پرستاری دانشکده پرستاری و مامایی مشهد پرستار بالین بیمارستان امام رضا (ع)

۵. متخصص داخلی و فوق تخصص خون و انکولوژی (برد فوق تخصص خون)، استادیار و عضو هیأت علمی دانشکده پزشکی مشهد

۶. دانشجوی کارشناسی پرستاری دانشکده پرستاری و مامایی گناباد

مشکلات و دردهای شما عزیزان باشد. با این وجود نظرات ارزشمند و تجربه های شما دوستان و مددجویان عزیز می تواند در بازنگری و غنی تر نمودن این مجموعه ما را یاری نماید.

حرکت بر لوح جهان نقش میزاید ز خویش

بی گمان چون نقش پامو است در موج فنا

نقش هستی ساز یابد نقش بر جانمانی

تا چون جان خود جهان هم جاودان دارد تو را^۱

با احترام و سپاس: خیزران میری^۲
بهار هزار سیصد و نود و دو خورشیدی

۱- نام شعر: نقش ها، برگرفته از دفتر شعر دیار آشتی (مشیری، فریدون، زیبایی جاودانه، تهران: انتشارات سخن، ۱۳۷۹)
۲. کارشناس ارشد آموزش پرستاری، مربی و عضو هیأت علمی دانشکده پرستاری و مامایی گناباد

فهرست مطالب

۱۱	فصل اول
۱۱	سرطان زندگی شما را تغییر خواهد داد.
۱۲	سرطان زندگی شما را تغییر خواهد داد
۱۲	احساسات شما
۱۵	کنترل
۱۷	خلاصه
۱۸	تغییر در نقشهای زندگی شما
۱۹	همسر
۱۹	تبادل اطلاعات
۲۰	صحبت با فرزندان در مورد سرطان
۲۰	جوانان و سرطان والدین
۲۰	زندگی با سرطان در خانواده
۲۲	والدین
۲۲	دوستان نزدیک
۲۴	خلاصه: سرطان و خانواده شما
۲۵	خلاصه:
۲۶	کسب اطلاعات از طریق گروههای مددکاری
۲۶	اطلاعات بیشتر در مورد سرطان
۳۱	کمک کنندگان و یاری دهندگان
۳۱	خلاصه: کمک مردم به یکدیگر
۳۳	تصویر ذهنی جدید
۳۳	تغییر در روابط زناشویی
۳۳	ملاقات
۳۵	خلاصه پذیرش ظاهر جدید
۳۶	حقوق قانونی شما
۳۶	تفکر در مورد آینده
۳۶	وصیت نامه
۳۶	خلاصه فصل
۳۹	فصل دوم
۳۹	درد
۴۰	بررسی درد
۴۱	معاینات بدنی
۴۲	داروهای رایج مورد استفاده برای کنترل درد
۴۴	مداخلات جسمی و روانی - اجتماعی
۴۵	-
۴۵	تمرینهای آرام سازی
۴۷	سایر مداخلات
۴۷	پرتو درمانی
۴۷	تخریب با فرکانس رادیویی
۴۷	جراحی

۴۷	مداخلات تهاجمی
۴۸	بلوک‌های عصبی (جلوگیری از فعالیت عصب)
۴۸	نحوه تسکین درد عمل
۴۹	کنترل درد
۴۹	آنچه باید درباره درمان درد سرطان بدانید
۵۰	انواع و علل درد سرطان
۵۲	درد خود را توصیف کنید و اندازه گیری کنید
۵۲	در یادداشت خود موارد زیر را لیست کنید
۵۳	نظر خود را در مورد نحوه کنترل درد با تیم درمانی در میان بگذارید
۵۳	برنامه کنترل درد
۵۴	منتظر نمانید تا درد بدتر شود
۵۴	لیستی از تمام داروهای خود داشته باشید
۵۴	نا امید نباشید درد شما قابل کنترل است
۵۴	داروهایی برای درمان سرطان
۵۵	داروهای غیر مخدر، برای درد خفیف تا متوسط
۵۵	مخدرها: برای درد متوسط تا شدید
۵۷	تسکین با مخدرها
۵۷	اداره و پیشگیری از ایجاد عوارض جانبی
۵۷	بی‌بوست
۵۷	خواب آلودگی
۵۸	تهوع و استفراغ
۵۸	شروع یک داروی جدید ضد درد
۵۸	آنچه باید به هنگام دریافت داروی درد، مواظب آن بود
۵۹	چگونه دریافت مخدرها را متوقف سازیم
۵۹	سایر انواع داروهای ضد درد
۵۹	ضد افسردگی‌ها
۵۹	داروهای ضد تشنج یا (ضد صرع)
۵۹	استروئیدها
۶۰	دارو ها چگونه داده می شوند
۶۰	چسب‌های پوستی
۶۰	شیاف‌های مقعدی
۶۰	اطراف طناب نخاعی
۶۰	سایر روش های تسکین درد
۶۰	مقاومت دارویی و اعتیاد
۶۱	سایر روش‌های کنترل درد
۶۱	طب سوزنی
۶۲	بازخورد زیستی
۶۲	منحرف ساختن
۶۲	گرما و سرما
۶۲	تخیل (IMAGERY)
۶۳	مراقبه (MEDITATION)
۶۳	آرام سازی (RELAXATION)
۶۳	تنفس منظم آهسته
۶۴	سایر روش‌ها
۶۴	درمان جسمی
۶۴	احساسات و درد شما
۶۴	

۶۵	 امید خود را از دست ندهید
۶۵	 یافتن پشتیبانی
۶۶	 چگونه درد شما بر افراد مورد علاقه‌تان تاثیر می‌گذارد؟
۶۶	 صحبت با اعضای خانواده
۶۶	 مشکلات خانواده قبل از سرطان شما
۶۷	 انعکاس
۶۷	 سابقه مهار درد
۶۸	 چگونگی استفاده از تخیل
۶۸	 تمرینات آرامش (RELAXATION EXERCISES)
۶۸	 تنفس و انقباض عضلات
۷۱	 فصل سوم
۷۱	 تهوع و استفراغ
۷۴	 درمان
۷۵	 انسداد بدخیم روده
۷۵	 درمان‌های حمایتی و تسکینی
۷۷	 فصل چهارم
۷۷	 تستی
۷۸	 دیدگاه کلی
۷۸	 علل ایجاد کننده خستگی
۷۹	 عوامل مرتبط با خستگی
۷۹	 درمان سرطان
۸۰	 آنمی
۸۰	 فاکتورهای تغذیه‌ای
۸۰	 عوامل روانشناختی
۸۰	 عوامل توانایی ذهنی
۸۱	 اختلالات خواب و عدم فعالیت
۸۱	 دارو درمانی
۸۱	 ارزیابی
۸۲	 درمان
۸۲	 ورزش
۸۳	 رفتار درمانی شناختی
۸۳	 آموزش به بیمار
۸۴	 ملاحظات پس از درمان
۸۴	 بی‌خوابی
۸۵	 عوامل مستعد کننده
۸۵	 تشخیص
۸۵	 درمان
۸۷	 افسردگی
۸۸	 تشخیص
۸۹	 دارودرمانی
۸۹	 معالجه با روان درمانی

۹۱	فصل پنجم.....
۹۱	اختلالات عملکرد جنسی و تولید مثل.....
۹۲	شیوع انواع اختلالات عملکرد جنسی در بیماران سرطانی.....
۹۳	عوامل مرتبط با جراحی.....
۹۳	سرطان پستان.....
۹۳	سرطان روده بزرگ / راست روده.....
۹۳	سرطان پروستات.....
۹۳	سایر تومورهای لگنی.....
۹۴	عوامل مرتبط با شیمی درمانی.....
۹۴	عوامل مرتبط با پرتودرمانی.....
۹۵	عوامل مرتبط با هورمون درمانی.....
۹۵	عوامل روانشناختی.....
۹۵	بررسی عملکرد جنسی در بیماران سرطانی.....
۹۶	سنجش (ارزیابی) عملکرد جنسی در مبتلایان به سرطان.....
۹۶	عوامل کلی مؤثر بر عملکرد جنسی.....
۹۶	جواب روانشناختی مسائل جنسی.....
۹۷	مشکلات ناباروری.....
۹۸	شیمی درمانی.....
۹۸	پرتودرمانی.....
۹۸	جایگزین‌های ذخیره‌ای.....
۹۹	
۱۰۰	فصل ششم.....
۱۰۰	پرتو درمانی.....
۱۰۱	پرتودرمانی و شما (حمایت از بیماران مبتلا به سرطان).....
۱۰۲	چه کسی پرتودرمانی دریافت می‌کند؟.....
۱۰۲	تا حد امکان استفاده از مقدار (دوز) پایین پرتوتابی.....
۱۰۳	توزیع درمان در طول زمان.....
۱۰۳	آیا پرتودرمانی با سایر انواع درمان‌های سرطان مورد استفاده قرار می‌گیرد؟.....
۱۰۳	پرتودرمانی و جراحی.....
۱۰۴	چه کسانی در گروه پرتودرمانی فعالیت می‌کنند؟.....
۱۰۴	سرطان‌شناس متخصص پرتوتابی.....
۱۰۴	پس از اتمام پرتودرمانی باید به دنبال چه نشانه‌هایی از بیماری بگردم؟.....
۱۰۵	پرتو درمانی با اشعه خارجی.....
۱۰۵	قبل از انجام اولین درمان پرتوتابی با اشعه خارجی چه اتفاقی روی می‌دهد؟.....
۱۰۶	به هنگام دریافت پرتودرمانی با اشعه خارجی چه چیزی باید ببوشم؟.....
۱۰۶	طی جلسات درمان چه اتفاقی روی می‌دهد؟.....
۱۰۷	پرتو درمانی داخلی.....
۱۰۷	انواع براکی‌ترابی کدامند؟.....
۱۰۸	عوارض جانبی پرتو درمانی.....
۱۱۰	عوارض جانبی شایع.....
۱۱۱	اسهال.....
۱۱۲	خستگی.....
۱۱۳	ریزش مو.....
۱۱۵	

۱۱۶	عوارض دهانی
۱۱۸	تهوع و استفراغ
۱۱۹	عوارض جنسی و باروری
۱۲۱	عوارض پوستی
۱۲۳	عوارض گلو
۱۲۴	عوارض ادراری و مثانه
۱۲۵	عوارض جانبی دیپرس پر تودرمانی
۱۲۶	عوارض مغزی
۱۲۶	ناباروری
۱۲۶	عوارض مفصلی
۱۲۷	ادم لنفاوی
۱۲۸	عوارض دهانی
۱۲۸	سرطان ثانویه
۱۲۹	فهرست خوراکی ها و مایعات

۱۳۲ فصل هفتم

۱۳۱	لنف ادم
۱۳۳	لنف
۱۳۵	عوامل خطر
۱۳۵	تشخیص
۱۳۶	پیشگیری
۱۳۶	آموزش نحوه پیشگیری و کنترل لنف ادم در بیماران در معرض خطر
۱۳۸	درمان
۱۳۸	ورزش
۱۳۸	بانداز فشاری
۱۳۸	ماساژدرمانی
۱۳۸	دارو درمانی
۱۳۸	رژیم غذایی
۱۳۹	درد
۱۳۹	ملاحظات روانی - اجتماعی