



## جدول متابعة مرضى سرطان الثدي

استراتيجية المراقبة	العام 1	العام 2	العام 3	العام 4 وما بعد
التاريخ المرضي والفحص السريري 	كل 6-12 شهر	كل 6-12 شهر	كل 6-12 شهر	كل 12 شهر
تصوير الثدي الشعاعي 	12 شهر	12 شهر	12 شهر	12 شهر
كثافة العظام 	لا	نعم	لا	نعم
	كثافة العظام كل سنتين من أجل:- النساء بعد سن اليأس على علاج هرموني مثبطات الأروماتاز. النساء في فترة ما قبل انقطاع الطمث على مثبطات وظيفة المبيض ، وانقطاع الطمث بعد العلاج الكيميائي ، ومثبطات الأروماتاز.			
لا ينصح به للمرضى بدون أعراض	المعامل الروتينية والتصوير بالأشعة إذا كنت علي مايرام. علامات الورم الروتينية مثل CEA, CA15,3 التصوير الوظيفي المتقدم مثل .PET/CT أشعة سينية أو فحوصات منتظمة. لم يتم إثبات أن هذه الاختبارات تفيد المرضى الذين ليس لديهم أعراض مرتبطة بالسرطان.			

## الرعاية الدورية لمتابعة مرضى سرطان الثدي:-

- لا تتوقف الرعاية الصحية لمرضى السرطان عند انتهاء العلاج الفعال.
- سوف يستمر فريق الرعاية الصحية بالمتابعة للتأكد من عدم عودة السرطان مرة ثانية وعلاج الآثار الجانبية ومراقبة الصحة العامة للمريض وهذا ما يسمى رعاية المتابعة.
- وتشمل المتابعة للمرضى اجراء فحص اكلينيكي (سريري) أو اختبارات طبية أو كليهما.
- ويستمر الأطباء في متابعة تعافيك من المرض خلال الأشهر والسنوات المقبلة.
- في بعض الحالات يستطيع المريض زيارة عيادة ألتاجين من السرطان المتخصصة في احتياجات مابعد العلاج لمرضى سرطان الثدي.

## كيفية اكتشاف ارتجاع السرطان:-

- أحد أهداف رعاية المتابعة اجراء فحوصات للتأكد من الأرتجاع مما يعني عودة السرطان وذلك بسبب وجود خلايا سرطانية لم تكتشف بالجسم وبمرور الوقت يزداد عدد هذه الخلايا السرطانية حتي تظهر في نتائج الأختبارات أو تحدث اعراض وشكوي طبية.
- أثناء رعاية المتابعة يمكن للطبيب المتابع لالتك الصحية أن يعطيك معلومات خاصة بحالتك عن مدي خطورة حدوث ارتجاع للسرطان.
- عندما تتفهم مدي خطورة ارتجاع السرطان وخيارات العلاج فهذا يساعدك بالشعور بالأستعداد أكثر في حالة ارتجاع السرطان ويساعدك في اتخاذ القرارات بشأن علاجك.
- سرطان الثدي يمكن أن يعود في الثدي أو في مناطق أخرى من الجسم.
- بشكل عام ، يتم اكتشاف ارتجاعالسرطان عندما يكون لدى الشخص أعراض أو نتيجة غير طبيعية أثناء الفحص البدني.

## تعتمد الأعراض على مكان عودة السرطان وقد تشمل:-

- ظهور كتله ( نتوء ) تحت الذراع أو على جدار الصدر.
- ألم مستمر ومتفاقم ولا يزول عن طريق الأدوية التي لا تستلزم وصفة طبية.
- حدوث آلام بالعظام أو الظهر أو الرقبة أو المفاصل أو الكسور أو التورم ، وهي علامات محتملة على انتشار السرطان بالعظام.
- حدوث صداع ، نوبات ، دوار ، ارتباك ، تغيرات في الشخصية ، فقدان التوازن ، تغيرات في الرؤية ، وهي علامات محتملة علي انتشار السرطان بالدماغ.
- حدوث السعال المزمن وضيق التنفس أو صعوبة التنفس ،وهي أعراض محتملة لانتشار السرطان بالرئة.
- حدوث ألم في البطن ، حكة في الجلد أو طفح جلدي ، أو اصفرار الجلد والعينين من حالة تسمى اليرقان ، والتي قد تترافق مع انتشار السرطان بالكبد.
- تغيرات في مستويات الطاقة ( النشاط ) ، مثل الشعور بالمرض أو التعب الشديد.
- فقدان الوزن أو ضعف الشهية.
- الغثيان أو القيء.

- سي طرح طبيبك أسئلة محددة حول صحتك في مواعيد رعاية المتابعة الخاصة بك.
- تعتمد توصيات رعاية المتابعة المنتظمة على عدة عوامل بما في ذلك نوع ومرحلة السرطان الذي تم تشخيصه في الأصل وأنواع العلاج المقدم.
- يمكن أن يؤدي التوقع قبل إجراء اختبار المتابعة أو انتظار نتائج الاختبار إلى زيادة الضغط عليك أو على أحد أفراد أسرتك.

### إدارة ( كيفية علاج ) الآثار الجانبية طويلة المدى والمتأخرة:-

- يتوقع معظم الناس حدوث آثار جانبية عند تلقي العلاج.
- ومع ذلك ، غالبًا ما يكون من المفاجئ للناجين أن بعض الآثار الجانبية قد تستمر بعد فترة العلاج وتسمى هذه بالآثار الجانبية طويلة المدى.
- قد تتطور الآثار الجانبية الأخرى التي تسمى الآثار المتأخرة لأشهر أو حتى سنوات بعد ذلك.
- يمكن أن تشمل التأثيرات طويلة المدى والتأثيرات المتأخرة ، التغييرات الجسدية والعاطفية.
- تحدث مع طبيبك حول خطر الإصابة بمثل هذه الآثار الجانبية بناءً على نوع السرطان وخطة العلاج الفردية الخاصة بك وصحتك العامة.
- إذا كان لديك علاج معروف بأنه يسبب آثارًا متأخرة معينة ، فقد تخضع لفحوصات جسدية معينة أو فحوصات أو اختبارات دم كجزء من رعاية المتابعة للمساعدة في اكتشافها وعلاجها.

#### ■ الآثار طويلة المدى للجراحة:-

- بعد استئصال الثدي أو استئصال الكتلة الورمية لعلاج سرطان الثدي في مراحله المبكرة أو المتقدمة محليًا ، قد يكون الثدي متدبًا وقد يكون له شكل أو حجم مختلف عما كان عليه قبل الجراحة أو قد تصبح المنطقة المحيطة بموقع الجراحة صلبة.
- إذا تمت إزالة الغدد الليمفاوية كجزء من الجراحة أو تأثرت أثناء العلاج ، فقد تحدث وذمة لمفية في الذراع أو جدار الصدر أو الثدي ، حتى بعد سنوات عديدة من العلاج. هذا خطر مدى الحياة بالنسبة للناجين من السرطان.

#### ■ الآثار طويلة المدى للعلاج الإشعاعي :-

- يعاني بعض الناجين من ضيق في التنفس وسعال جاف أو ألم في الصدر بعد شهرين إلى ثلاثة أشهر من انتهاء العلاج الإشعاعي. وذلك لأن العلاج الإشعاعي يمكن أن يسبب تورمًا وتصلبًا أو سماكة في الرئتين يسمى التليف.
- قد تبدو هذه الأعراض مشابهة لأعراض الالتهاب الرئوي ولكن لا تختفي بالمضادات الحيوية. يمكن علاج الأعراض بأدوية تسمى المنشطات. يتعافى معظم الناس تمامًا مع العلاج.
- تحدث مع طبيبك إذا ظهرت عليك أي أعراض جديدة بعد العلاج الإشعاعي أو إذا لم تختف الآثار الجانبية.

## ■ التأثيرات طويلة المدى للعلاج الموجه تراستوزوماب (هيرسبتين) و / أو العلاج الكيميائي:-

- قد يكون الأشخاص الذين تلقوا تراستوزوماب أو أنواعًا معينة من العلاج الكيميائي يسمى أنثراسيكلين معرضين لخطر الإصابة بأمراض القلب.
- تحدث مع طبيبك حول أفضل الطرق للتحقق من مشاكل القلب.
- لديهم أيضًا خطر حدوث آثار جانبية أخرى طويلة المدى ، مثل أعراض انقطاع الطمث ، والتعب ، والعلاج الكيميائي للدماغ ، والتنميل الدائم والوخز في أصابع اليدين والقدمين ، وزيادة الوزن.

## ■ الآثار طويلة المدى للعلاج الهرموني:-

- يجب أن تخضع النساء اللواتي يتناولن عقار تاموكسيفين لفحوصات الحوض (فحص المهبل) السنوية ، لأن هذا الدواء يمكن أن يزيد قليلاً من خطر الإصابة بسرطان الرحم.
- أخبر طبيبك أو ممرضتك إذا لاحظت أي نزيف مهلي غير طبيعي أو أعراض جديدة أخرى حيث قد تحتاج إلى اختبارات إضافية لمعرفة المزيد عن السبب.
- يجب أن تخضع النساء اللواتي يتناولن علاج هرموني ، مثل أناستروزول أو إكسيمستان أو ليتروزول ، لاختبار كثافة العظام بشكل دوري أثناء العلاج ، لأن هذه الأدوية قد تسبب ضعف بعض العظام أو فقدانها.

- بالإضافة إلى ذلك ، يمكن للمرأة التي تتعافى من سرطان الثدي في مراحله المبكرة أو المتقدمة موضعياً أن يكون لديها آثار جانبية أخرى قد تستمر بعد العلاج. ومع ذلك ، غالباً ما يمكن التعامل مع هذه الآثار بالأدوية أو الخيارات الأخرى.

- قد تعاني النساء المتعافيات من سرطان الثدي في مراحله المبكرة أو المتقدمة موضعياً من الآثار طويلة المدى التالية:-.

- \* أعراض سن اليأس ، مثل الهبات الساخنة.
- \* ألم المفاصل.
- \* إعياء.
- \* تغيرات في المزاج.

- يُعد جفاف المهبل وانخفاض الدافع الجنسي أيضاً من الآثار الجانبية الشائعة أثناء أو بعد العلاج لسرطان الثدي في مراحله المبكرة والمتقدم موضعياً. تحدث مع طبيبك حول هذه الأمور أو غيرها من مشكلات الصحة الجنسية.

- يكون العلاج مخصصاً للمريض وتبعاً لنوع السرطان ويمكن إدارته بشكل أفضل من قبل طبيب أمراض النساء الذي يعمل مع طبيب الأورام الخاص بك.