

دکتر جان شیلر - کالرن پارلز - امی سیپائو

مجموعه پرسش و پاسخ‌های پزشکی (۲)

سرطان ریه چیست؟ چه باید کرد؟

ترجمه و تدوین:

دکتر افشین شیرکانی - دکتر محمدرضا زند کریمی -

فرانک صیانت

نظارت علمی:

دکتر رضا فرید حسینی

استاد و مدیر گروه آلرژی و ایمونولوژی دانشگاه علوم پزشکی مشهد

سرشناسنامه عنوان و پدیدآور	: شیلر، جون اچ، ۱۹۵۴ - م (Joan H. Schiller, J.H.) سرطان ریه چیست؟ چه باید کرد؟/ جان شیلر، کارن پارلز، امی سیانو؛ ترجمه و تدوین افشین شیرکانی، محمدرضا زندکریمی، فرانک صیانت؛ نظارت علمی رضا فریدحسینی.
مشخصات ظاهری فروست	: ۲۲۴ ص. استان قدس رضوی، شرکت به نشر؛ ۱۴۹۷. مجموعه پرسش و پاسخ‌های پزشکی؛ ۲.
شابک	: 978 - 964 - 02 - 1854 - 9
وضعیت فهرست‌نویسی یادداشت	: فیبا. عنوان اصلی: 100 Questions & Answers about Lung Cancer, 2nd ed. C2010
موضوع شناسه افزوده شناسه افزوده شناسه افزوده رده‌بندی کنگره رده‌بندی دیویی شماره کتابشناسی ملی	: ریه‌ها - سرطان - به زبان ساده : شیرکانی، افشین، ۱۳۵۱ -، مترجم : صیانت، فرانک، ۱۳۴۵ -، مترجم : زندکریمی، محمدرضا، -، مترجم RC۲۸۰/۹۳ ۱۳۹۱ ش ۹۳/۹ ۶۱۶/۹۹۴۲۴ ۲۹۳۷۷۸۲



به نشر
۱۴۹۷

مجموعه پرسش و پاسخ‌های پزشکی (۲)
سرطان ریه چیست؟ چه باید کرد؟
دکتر جان شیلر - کارن پارلز - امی سیانو
ترجمه دکتر افشین شیرکانی - دکتر محمدرضا زندکریمی - فرانک صیانت
نظارت علمی: دکتر رضا فریدحسینی
ویراسته حمیدرضا نویدی‌مهر (کتابان)
چاپ اول / ۱۳۹۲
۲۰۰۰ نسخه / رقعی
چاپ: مؤسسه چاپ و انتشارات استان قدس رضوی
شابک جلد ۲: ۹ - ۱۸۵۴ - ۰۲ - ۹۶۴ - ۹۷۸
شابک دوره: ۴ - ۱۸۳۳ - ۰۲ - ۹۶۴ - ۹۷۸
قیمت: ۸۵۰۰۰ ریال
حق چاپ محفوظ است.

به نشر (انتشارات استان قدس رضوی)

دفتر مرکزی: مشهد، بلوار سجاده، خیابان میلاد، ص.ب. ۹۱۳۷۵/۴۹۶۹ تلفن ۰۳-۷۶۲۵۰۰۱، شماره ۰۶-۷۶۵۲۰۰۶

دفتر تهران: ۸۸۹۶۰۶۲۰، ۸۸۹۶۳۰۱، شماره ۸۸۹۶۵۹۸۲

آدرس اینترنتی: www.behnashr.com پست الکترونیک: publishing@behnashr.com

بسم الله الرحمن الرحيم

فهرست

۷	مقدمه
۱۱	پیش گفتار
۱۵-۲۵	بخش اول
	سؤال ۱-۶: معرفی اطلاعات پیش زمینه‌ای برای سرطان ریه نظیر:
	- سرطان چیست؟
	- در مورد سلول‌های سرطانی چه چیزهایی باید بدانیم؟
	- عملکرد طبیعی ریه چگونه است؟
۲۷-۴۱	بخش دوم
	سؤال ۷-۱۷: علایم سرطان ریه و چگونگی تشخیص و مرحله‌بندی آن:
	- علایم سرطان ریه چیست؟
	- سرطان ریه چگونه تشخیص داده می‌شود؟
	- مرحله‌بندی چیست و چرا مهم است؟
۴۳-۵۸	بخش سوم
	سؤال ۱۸-۲۲: نخستین چیزی که باید پس از آگاهی از سرطان ریه بدانید

- سرطان ریه چگونه درمان می‌شود؟ مراقبتهای چند منظوره چیست؟
- آیا باید نظر متخصص دیگری را هم جویا شوم؟
- چگونه می‌توانم بهترین ارتباط را با پزشکم داشته باشم؟ چه کارهایی باید انجام دهم که ملاقات من با پزشک بیشترین میزان اثربخشی را داشته باشد؟

۵۹-۷۴

بخش چهارم

سؤال ۲۳-۳۰: یافتن مراکز درمانی، مشاوره و مکانهایی که به بیماران سرطانی کمک می‌کنند.

- پیش از این من چیست؟ می‌توانم با وجود ابتلا به سرطان ریه زندگی کنم؟
- چگونه بر احساساتم پیروز شوم؟
- چگونه دوباره به زندگی برگردم پس از این که سرطان ریه تشخیص داده شد؟

۷۵/۱۰۸

بخش پنجم

سؤال ۳۱-۵۵: تعریف روش‌های مختلف درمانی از قبیل جراحی، شیمی‌درمانی، پرتو درمانی و طب مکمل و یافتن پژوهشهای بالینی نوین

- هدف از درمان چیست؟

- منظور از این که جراح می‌گوید «همه تومور را برداشته‌ام» چیست؟

- منظور از جراحی سرطان ریه چیست؟ و چگونه انجام می‌شود؟

۱۰۹-۱۳۸

بخش ششم

سؤال ۵۶-۶۹: توضیح روشهایی که پزشک شما بهترین ارزیابی و تصمیم را برای درمانتان در نظر می‌گیرد.

- بهترین درمان استاندارد مراحل مختلف سرطان ریه غیرسلول کوچک چیست؟

- بهترین درمان استاندارد سرطان ریه کوچک چیست؟

- من سرطان ریه سلول کوچک دارم و پزشکم پرتودرمانی پیشگیرانه بر جمجمه‌ام را پیشنهاد کرده است. این چه نوع درمانی است و چگونه بفهمم که برایم مناسب است؟

بخش هفتم

۱۳۹-۱۵۶

سؤال ۷۰-۷۹: تشریح عوارض شیمی درمانی چیست؟

- شایع ترین عوارض جانبی شیمی درمانی چیست؟
- شمارش سلولهای خون چیست، آیا باید از آن اطلاع داشته باشیم؟
- چرا معمولاً احساس خستگی می‌کنم؟ برای رفع آن، چه می‌توانم انجام دهم؟
- پس از - اتمام دوره درمانی‌ام، آیا از بین خواهد رفت؟

بخش هشتم

۱۵۷-۱۷۲

سؤال ۸۰-۸۵: کنترل علائم سرطان، عوارض داروها و افزایش ظرفیت ریه و درمان

- چگونه نفس تنگی را بهتر کنترل کنم؟
- چگونه دردم را کنترل کنم؟
- آیا من مستعد لخته‌گی خون هستم؟ آمبولی ریه چیست؟

بخش نهم

۱۷۳-۱۸۶

سؤال ۸۶-۹۳: تمهیداتی برای تغییر نحوه زندگی پس از تشخیص سرطان ریه

- چه نوع تغذیه‌ای پس از تشخیص سرطان داشته باشم؟
- آیا نوع تغذیه بر طول عمر من پس از تشخیص سرطان ریه مؤثر است؟
- اگر من سیگاری باشم، دلیلی برای ترک آن وجود دارد؟

بخش دهم

۱۸۷-۱۹۶

سؤال ۹۴-۹۷: مشکلات ناشی از شکست درمان

- چگونه تصمیم بگیرم که درمانم را متوقف کنم؟
- وصیت‌نامه چیست؟
- برای مرگم چگونه آماده شوم؟

بخش یازدهم

۱۹۷-۲۰۷

سؤال ۹۸-۱۰۰: توصیه‌هایی برای پیشگیری و غربالگری سرطان ریه

۶ ♦ سرطان ریه چیست؟ چه باید کرد؟

- آیا سرطان ریه قابل پیشگیری است؟ پیشگیری شیمیایی چیست؟
- آیا آزمایش غربالگری برای سرطان ریه وجود دارد؟
- چرا روند مبارزه با سرطان ریه کند است؟ من چه کمکی می‌توانم انجام دهم؟

۲۰۹-۲۲۴

شرح واژه‌های کلیدی

www.ketab.ir

مقدمه

امروزه سرطان ریه با آنچه در ۲۰ سال گذشته یا حتی شش سال قبل بود، تفاوت دارد؛ یعنی زمانی که این کتاب برای نخستین بار به چاپ رسید. در طی چندین سال، درمانهای نوینی برای سرطان ریه ابداع و آزمایش شده‌اند. تکنیکهای نوین جراحی که درد کمتری ایجاد می‌کنند و دوره‌های پس از عمل کوتاه‌تری دارند، در تمام دنیا در دسترس هستند. ابزار رادیولوژیک جدید، امکان تمرکز بر اندام خاص را فراهم می‌کند؛ به نحوی که تنها تومور را هدف قرار می‌دهد و به بافت‌های سالم اطراف آن آسیبی نمی‌رساند. داروهای شیمی درمانی مکمل و درمانهای هدفمند (که به طور ویژه برای تهاجم به سلولهای سرطانی طراحی شده‌اند)، نزد بیماران مبتلا به این بیماری و خانواده‌های آنها امیدهای تازه‌ای را ایجاد کرده‌اند.

این کتاب مروری است بر سرطان ریه برای کسانی که می‌خواهند از بیماری و نحوه تشخیص آن و نیز عوارض ناشی از درمان آگاهی بیشتری داشته باشند. تشخیص سرطان ریه ترسناک بوده و باعث تغییر در زندگی فرد می‌شود، اما بخش کلیدی زندگی با سرطان ریه، درک واقعیتها و داشتن روحیه مثبت و امیدوار است. این کتاب برای پاسخ دادن به بعضی از شایعترین پرسشهای بیماران و عزیزان آنها طراحی شده، در حالی که منابعی را برای مطالعه بیشتر نیز فراهم نموده است.

اطلاعات موجود در این کتاب به شما کمک می‌کند تا اهمیت داشتن نقش فعال در تصمیمهای مربوط به درمان را درک کنید. یک

تصمیم مهم برای هر فرد در مورد درمان سرطان ریه این است که شرکت در پژوهشهای بالینی را حق خود بداند. کسانی که در گذشته در پژوهشهای بالینی شرکت کرده‌اند، امکان پیشرفت در درمان را برای امروز فراهم نموده‌اند، پیشرفتهای بیشتر و معالجات نوین اتفاق نمی‌افتند، مگر این‌که بیماران در تحقیقات بالینی شرکت داشته باشند. اگر تمایل به شرکت در یک پژوهش بالینی را دارید و پزشکان این مسأله را با شما در میان گذاشته است، آن را مطرح کنید تا فرصتی برای شرکت شما باشد.

شاید بهترین جنبه این کتاب این باشد که گویای این است که شما تنها نیستید. هر ساله، برای بیش از ۲۰۰۰۰۰ آمریکایی، سرطان ریه تشخیص داده می‌شود. از این رو، افرادی هستند که می‌توانید با آنها صحبت کنید و نیز گروه‌هایی برای حمایت شما وجود دارند که می‌توانید به آنها تکیه نمایید. در مورد یافتن شبکه‌های حمایتی در این زمینه، با پزشک، پرستار یا مددکار خود صحبت کنید یا با مرکز سرطان تماس بگیرید.

دانسته‌های بسیاری در مورد سرطان ریه وجود دارد. با این حال، مطالب زیادی هم کشف نشده است. دکتر «شیلر و همکاران» وی (www.Nationallungcancerpartnership.org) مشارکت ملی برای سرطان ریه را فراهم نمودند تا زمینه‌های بیشتری برای تحقیق در مورد بیماری ایجاد، و این آگاهی داده شود که سرطان ریه ممکن است برای هر فردی اتفاق بیفتد: جوان یا پیر، زن یا مرد، فرد سیگاری، کسی که قبلاً سیگار مصرف می‌کرده است، یا کسی که اصلاً سیگاری نبوده است. ما این امکان را به بیماری می‌دهیم که در مورد بهترین درمان حق انتخاب داشته باشد. به پزشکان آموزش می‌دهیم تا بیماری را به طور زود رس تشخیص

بدهند و مناسب‌ترین درمان را در دسترس داشته باشند و این آگاهی عمومی را در مورد این‌که این بیماری کشنده است و ارزش حمایت کردن از بیمار را ندارد، از بین ببرند. ما همچنین تحقیقات مربوط به سرطان ریه را از نظر مالی حمایت می‌کنیم و طرفداران سرطان ریه را آموزش می‌دهیم تا وضعیت بیماری را در جامعه خود بهبود ببخشند و حمایت مالی آن را افزایش دهند.

آگاهی در مورد سرطانهای دیگر و میزان تحقیقات انجام شده در خصوص آنها، پیشرفت زیادی کرده است. برای مثال، موفقیت در غربالگری درمان و مراقبت سرطان پستان رشد بسیاری کرده است به این دلیل که بیماران به هم می‌پیوندند و این باعث افزایش آگاهی نسبت به بیماری و افزایش بودجه تحقیقات در این زمینه می‌شود. ما به شرایط مشابهی در مورد سرطان ریه نیاز داریم. همچنین، به افرادی نیاز داریم که مبتلا به سرطان بوده و در مورد بیماری خود توضیح دهند و در جهت افزایش آگاهی و بودجه تحقیقات تلاش کنند. بر اساس این نیاز، واحد اطلاع رسانی در مورد سرطان ریه طراحی شد که تعداد موارد و شرکت‌کننده‌ها هر سال در حال افزایش است و در جوامع مختلف نسبت به بیماری توجه بیشتری شده است.

با مطالعه این کتاب، گام نخست را برای درک بیماری برداشته‌اید. زمانی که آگاهی بیشتری نسبت به بیماری سرطان ریه پیدا کنید، توانایی شما برای مراقبت و افزایش کیفیت زندگی‌تان بیشتر می‌شود.

رجینا ویدارا

پیش گفتار

در دهه‌های گذشته سرطان ریه از جمله بیماری‌های نادر به شمار می‌آمد. امروزه با پیشرفت و گسترش کارخانه‌های تولید دخانیات در جهان، سرطان ریه به شایع‌ترین علت مرگ و میر ناشی از بدخیمی‌ها در دنیا مبدل شده است. کسانی که سیگاری نیستند، چنانچه با افراد سیگاری ازدواج کنند، ۳۰٪ بیشتر در معرض ابتلا به سرطان قرار دارند. مسیرهای هوایی در ریه‌ها به وسیله مژکها پوشیده شده است. وظیفه اصلی این مژکها، جارو کردن میکروبها، ویروسها و سایر آلاینده‌های هوایی است. این مژکها در اثر استعمال دخانیات از کار می‌افتند و سبب می‌شود فرد در معرض عفونتهای میکروبی، ویروسی و آلاینده‌های هوایی قرار بگیرد که خطر ابتلا به سرطان ریه را افزایش می‌دهد. علاوه بر دود سیگار، ۵٪ از علل ابتلا به سرطان ریه عوامل محیطی ناشی از آلاینده‌ها مانند دود ماشین و کارخانه‌ها، گاز رادون و آبهای حاوی آرسنیک می‌باشد. سایر سرطانها مانند سرطان پستان، کولون و پروستات برای تشخیص زودهنگام دارای آزمایش غربالگری هستند، اما سرطان ریه با وجود پیشرفتهای شگفت انگیز جهان پزشکی، هنوز فاقد آزمایش مناسب برای تشخیص زودهنگام است. با وجود این، اگر نشانه‌هایی مانند سرفه مزمن، خس خس

سینه، خستگی و خلط خونی داشتید، بلافاصله با پزشک خود مشورت کنید. در این کتاب سعی شده علاوه بر پرداختن به سرطان ریه به زبانی ساده، راه‌های تشخیص، درمان و پیشگیری ارائه گردد و به بیمار به عنوان یک انسان دارای حق زندگی نگریسته و «چگونه زیستن با سرطان ریه» آموزش داده شود تا بتوان لحظه‌های اندک عمر را پربارتر ساخت.

سرطان ریه از یک طرف از گشوده‌ترین سرطانها و از طرف دیگر یکی از قابل پیشگیری‌ترین آنهاست. ترک دخانیات یا سیگار، یکی از بهترین راه‌های پیشگیری از این سرطان است.

این کتاب در ۱۱ فصل تدوین و تلاش شده در ترجمه متن حاضر امانت و محتوای علمی جملات حفظ شود و نگارش متن برای بیماران ساده، روان و قابل فهم باشد تا در کنار پزشکان، پرستاران و دانشجویان پزشکی، آنها نیز بتوانند اطلاعات کلی و جامعی در مورد این بیماری و «چگونه زیستن با سرطان ریه» به دست آورند.

با وجود موفقیت‌های حیرت‌آور علم پزشکی، ناگفته‌های فراوانی در مورد سرطان ریه وجود دارد. امید است در آینده نزدیک با همت و تلاش دانشمندان عرصه پزشکی، خبرهای نوید بخشی در راه باشد. در پایان، از همکاران فرهنگ دوست انتشارات آستان قدس رضوی «به نشر» کمال سپاس و امتنان را دارم. شاید انتشار این اثر، بهترین هدیه‌ای باشد که به بیماران سرطان ریه می‌توان تقدیم کرد. چنانچه خوانندگان عزیز با ارائه نظرهای خود، در بازوی هر چه بیشتر این کتاب ما را یاری نمایند، مزید امتنان است. در تدوین این کتاب، ادعای کشف حقیقت نداریم بلکه گامی است که در راه حقیقت برداشته‌ایم. به گفته سهراب سپهری:

کار ما نیست شناسایی «راز» گل سرخ

کار ما شاید این است،

که در «افسون» گل سرخ شناور باشیم.
پشت دانایی اردو بزنیم.
دست در جذبه یک نور بشویم و سرخوان برویم.
کار ما شاید این است،
که میان گل نیلوفر و قمر،
پی آواز حقیقت بدویم.

دکتر رضا فرید حسینی
متخصص ریه - فوق تخصص آلرژی و ایمونولوژی بالینی
استاد دانشگاه علوم پزشکی مشهد