

راهنمای پرستاران برای مراقبت از بازماندگان سرطان: سرطان پستان

■ نویسنده

Laura M. Urquhart

■ مترجمان

دکتر نسیم ولی زاده

استادیار خون و انکولوژی دانشگاه علوم پزشکی ارومیه

رقيه اسماعیلی ذبیحی

کارشناس ارشد پرستاری گرایش داخلی جراحی

عضو هیأت علمی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی ارومیه

دکتر فرحناز وفایی زاده

متخصص داخلی - فوق تخصص خون و انکولوژی - تهران

■ ویراستاران ادبی

دکتر آرام فیضی

دکترای پرستاری؛ استادیار دانشگاه علوم پزشکی ارومیه

فرنگیس سادات شریف نیا

کارشناس مترجمی زبان انگلیسی

سرشناسه	: اورکهارت، لورا ام. Urguhart, Laura M.
عنوان و نام پدیدآور	: راهنمای پرستاران برای مراقبت از بازماندگان سرطان: سرطان پستان نویسنده (لورا ام اورکهارت): مترجمان نسیم ولی زاده، رقیه اسماعیلی ذبیحی، فرحناز وفايي زاده؛ ویراستاران ادبی فیضی، فرنگیس سادات شریفنیا.
مشخصات نشر	: تهران: جامعه نگر، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	: ۱۶۸ ص. مصور، جدول.
شابک	: ۹۹۰۰۰ ریال : ۷-۲۶۱-۱۰۱-۶۰۰-۹۷۸
وضعیت فقه، ستونبسی	: فیا
یادداشت	: عنوان اصلی: Anurses's guide to caring for cancer survivors. Breast cancer, c2010.
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: پستان - سرطان - پرستاری و مراقبت
شناسه افزوده	: ولی زاده، نسیم، ۱۳۵۲ -، مترجم
شناسه افزوده	: اسماعیلی، ذبیحی، رقیه، مترجم
شناسه افزوده	: وفايي زاده، فرحناز، مترجم
شناسه افزوده	: فیضی، آرام، ۱۳۴۴ -، ویراستار
شناسه افزوده	: شریفنیا، فرنگیس سادات. ویراستار
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۲ ۷۵۰/۷۵ RC۲۸-
رده بندی دیویی	: ۶۱۶/۹۹۴۴۹.۰۳۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۶۶۴۴۳۳



این اثر، مشمول قانون حمایت از مؤلفان و مصنفان می باشد. هیچ بخشی از کتاب به هیچ شکلی اعم از فتوکپی، بازنویسی مطالب در هرگونه رسانه ای از جمله کتاب، لوح فشرده، مجلات، بدون اجازه کتبی ناشر قابل استفاده نیست و موجب پیگرد قانونی می شود.

- راهنمای پرستاران برای مراقبت از بازماندگان سرطان: سرطان پستان
- تألیف: لورا ام. یورکهارت
- ترجمه: نسیم ولی زاده؛ رقیه اسماعیلی ذبیحی؛ فرحناز وفايي زاده
- ناشر: جامعه نگر
- نوبت و سال چاپ: اول ۱۳۹۲، شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه
- صفحه آرای: تقی زاده؛ اجرای طرح جلد: مجید شمیمی
- لیتوگرافی: آبرنگ؛ چاپ: افرا؛ صحافی: چاوش
- بها: ۹۹۰۰ تومان
- شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۱۰۱-۲۶۱-۷

ناشر برگزیده ی دانشگاهی (سال ۱۳۹۱)

• نمایشگاه و فروشگاه مرکزی نشر جامعه نگر
تهران: خ انقلاب - مقابل درب اصلی دانشگاه تهران - خ فخر رازی - خ نظری غربی - شماره ۸۲
تلفن: ۶۶۴۹۳۷۱۶ - ۶۶۴۹۴۱۸۷
• فروش اینترنتی: [www. Jameenegar.com](http://www.Jameenegar.com)

فهرست مطالب

فصل یکم. مقدمه ای بر بقا	۵
فصل دوم. مروری بر تشخیص و مداخله های درمانی سرطان سینه	۹
فصل سوم. پیگیری و تحت نظر بودن: غربالگری، آزمایش و ارزیابی	۱۵
فصل چهارم. مداخلات برای عوارض جانبی سرطان و درمان سرطان	۳۱
فصل پنجم. عوامل دارویی به عنوان درمان های کمکی	۱۰۹
فصل ششم. رفتارهای سالم	۱۱۳
فصل هفتم. ارتباط و روابط بین فردی	۱۴۵
فصل هشتم. رشد روحی و بقا	۱۵۱
فصل نهم. هماهنگی در مراقبت	۱۶۱

مقدمه

ما چه می‌خواهیم از این چرخ سداد این هم آوایی برای همدلی است دل چو با دیگر دلان همساز گشت زنده دل آن کس که با دیگر دلان	جز وداد و همدلی و مهر و داد همدلی درمان هر مرده دلی است دیو غم برگرد او هرگز نگشت هم نوا گردید و شد از مقبلان
---	--

با پیشرفت جراحات بشری و صنعتی شدن آنها، تغییر در نحوه زندگی و شیوه تغذیه و بوجود آمدن آلودگی‌های زیستی محیطی باعث بروز و افزایش نوع خاصی از بیماری‌ها من جمله سرطان گردیده است که طبق آمار در شهرهای صنعتی با سرعت بیشتری رو به گسترش می‌باشد.

با اعتقاد بر این نکته، که با تشخیص به موقع و درمان اصولی و صحیح، هرگونه بیماری حتی سرطان قابل کنترل می‌باشد؛ با ترجمه این کتاب برآن شدیم که به طور ساده، مفید و قابل فهم از نتایج سالیان طولانی تحقیق و پژوهش، ویزیت و درمان مبتلایان به سرطان استفاده نموده و یک راهنمای اصولی و کاربردی که کمک بسیاری در کنترل این بیماری و عوارض جسمی، روحی و روانی، اجتماعی و اقتصادی آن می‌نماید، به این بیماران و خانواده هایشان تقدیم نماییم.

این کتاب پاسخگویی مناسب برای سوالات متعددی است که در ذهن بیماران مبتلا به سرطان و خانواده شان نقش می‌بندد. به کارگیری از مطالب این کتاب با افزایش سطح آگاهی در مورد سرطان و عوارض آن و روش‌های صحیح در مراقبت ویژه از بیماران سرطانی، باعث افزایش راندمان و تسریع روند بهبودی ایشان شده و نحوه صحیح مواجهه با سرطان را به بیماران و خانواده‌های دردمندشان می‌آموزد.

این کتاب برگ سبزی است برای جامعه پزشکی، پرستاران، بیماران و خانواده‌هایی که با سرطان پستان در حال مبارزه می‌باشند.

با امید ریشه‌کن شدن کامل این بیماری در دنیا و بهبودی همه بیماران مبتلا به سرطان و به‌خصوص مادران، این ایثار گران بی‌مدعی.

در پایان بر خود لازم می‌دانم از سرکار خانم شیوا نادری که زحمت قابل مطالب این کتاب را بر عهده داشتند کمال تشکر و قدردانی را نموده و برای همه آنهایی که به نحوی در ترجمه‌ی این کتاب نقش داشته‌اند آرزوی موفقیت و بهروزی نمایم.

دکتر نسیم ولی زاده

مهر ماه ۹۲

مقدمه‌ی بر بقا

در سه دهه اخیر پیشرفت‌های شگرف در زمینه تحقیقات مربوط به سرطان، باعث ایجاد تغییراتی در اقدامات بالینی و افزایش بقای افراد مبتلا به سرطان شده است. هنگامی که قانون ملی سرطان^۱ در سال ۱۹۷۱ به تصویب رسید، شعار این بود: "سرطان یک جهاد ملی". در حالی که در آن زمان، هدف اصلی، درمان بیماری بود ولی امروزه تخمین زده می‌شود که ۶۲ درصد از بالغین و ۷۵ درصد از کودکانی که در آنها سرطان تشخیص داده شده است، انتظار می‌رود بتوانند به ترتیب تا ۵ و ۱۰ سال به زندگی خود ادامه دهند. البته در کنار افرادی که بیماری سرطان آنها درمان شده، افرادی دیگر با بیماری‌شان به عنوان شرایطی مزمن زندگی خواهند کرد. گروهی دیگر نیز با عوارض جانبی بلندمدت درمان‌شان سازش خواهند یافت. قابل ذکر است که این شرایط ممکن است بسته به تجربه‌ی فرد از تشخیص سرطان تغییر یابد. در سال ۱۹۸۶، مفهوم بازماندگی سرطان^۲، توسط مجمع ملی بازماندگان سرطان^۳ در زمینه انکولوژی معرفی گردید. به علت پیشرفت‌هایی که در پیشگیری، تشخیص و درمان سرطان ایجاد شده است، تعداد افرادی که مبتلا به سرطان تشخیص داده شده‌اند، در حال افزایش است؛ به طوری که مشتمل بر ۱۲ میلیون بازمانده سرطان در ایالات متحده وجود دارد.

مفهوم بازماندگان سرطان به طرق مختلف تعریف شده است که هم افرادی که به تازگی تشخیص سرطان برایشان داده شده و هم آنهایی که دوره درمان‌شان تمام شده را شامل می‌شود. با این وجود، سرطان گروه دیگری را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد که شامل خانواده‌ها و مراقبین بیماران سرطانی می‌باشد. در سه چهارم از خانواده‌های آمریکایی حداقل یک نفر از اعضای خانواده گرفتار سرطان است. در تأیید تأثیرات گسترده‌تر سرطان، مؤسسه ملی سرطان^۴، گروه دیگری را

1. National Cancer Act

2. Cancer Survivorship

3. National Coalition for Cancer Survivorship (NCCS)

4. National Cancer Institute (NCI)

به‌نام بازماندگان ثانویه که شامل مراقبین و اعضای خانواده این افراد می‌باشد در تعریف بازماندگان سرطان گنجانند. این تعریف گسترده‌تر، منجر به افزایش آگاهی در زمینه تأثیر تشخیص سرطان بر اعضای خانواده شد و برای مراقبین در سیاست‌ها و قانونگذاری اهمیت بیشتری لحاظ کرده است. این گروه به‌طور فزاینده‌یی مشوق وضع قوانینی همچون قانون مرخصی استعلاجی و خانواده^۱ در سال ۱۹۹۳ بوده است.

در جهت نیل به اهداف این کتابچه، بازماندگان سرطان به شکل زیر:

فردی که در او سرطان تشخیص داده شده است، از زمان تشخیص تا بقیه عمر وی که شامل پایان عمر نیز می‌شود، همچنین اعضای خانواده و مراقبین بازماندگان سرطان تعریف می‌شود.

گزارش مؤسسه پزشکی^۲ در سال ۲۰۰۴ با عنوان «از بیمار سرطانی تا بازمانده از سرطان: فراموش‌شده در جریان گذر»، پیشنهاداتی به بیماران سرطانی و حامیان آنها از جمله مراقبین، مدیران آموزشی، سیاست‌گذاران، مسؤولین بیمه، کارفرمایان، محققان، نمایندگان مردمی و منتخب ارایه نمود. مسأله مهمی که گروه مراقبین بهداشتی اغلب به‌علت پیچیدگی مراقبت و عوارض بلندمدت این بیماری با آن درگیرند این است که چگونه نیازهای بازماندگان سرطانی را هماهنگ کنند. در این راستا، سیستم مراقبت بهداشتی نیز نیازمند تغییراتی است تا به نیازهای منحصربه‌فرد بازماندگان سرطان توجه نموده و بین مراقبین هماهنگی ایجاد نماید.

درمان اصلی سرطان به‌علت دشواری و به‌کارگیری روش‌های مختلف، نیازمند هماهنگی مراقبتی بین مراقبین بهداشتی رشته‌های مختلف است. حتی ممکن است بعضی درمان‌های کمکی مثل مهار هورمونی تا سال‌ها بعد از درمان اصلی ادامه یابند به‌علت نامشخص بودن اثرات تأخیری درمان سرطان و احتمال بروز آنها سال‌ها بعد از درمان اولیه و همچنین احتمال سرطان ثانویه در مورد سرطان‌های خاص و درمان آنها و خطر عود و گسترش بالقوه سرطان‌های ثانویه، پایش و غربالگری تا سال‌ها بعد از درمان اولیه ضروری است. امروزه به‌علت درمان‌های رو به گسترش سرطان، مفهوم این بیماری نیز تغییر کرده است. سرطان به‌عنوان یک بیماری مزمن مثل دیابت، با عود و بهبودهایی همراه است و نیازمند درمان اضافی، در نظر گرفته می‌شود. به‌علت ماهیت مزمن سرطان، درمان آن ممکن است حتی در طول مرحله‌ی بقا نیز لازم باشد تا طول عمر فرد طولانی شود، علایم تسکین یافته و کیفیت زندگی فرد نیز ارتقا یابد.

پرستاران انکولوژی، موقعیت منحصربه‌فردی در تسهیل مراقبت از بازماندگان سرطان و حمایت از بیماران در طول درمان و همچنین مراحل قبل و بعد از تشخیص سرطان دارند. این پرستاران

نته‌تها در درمان سرطان نقش دارند، بلکه می‌توانند نقش‌های آموزش‌دهنده، راهنما، مشاور، پرستار پیشرفته بالینی و حامیان بیماران سرطانی را به‌عهده بگیرند. همچنین اهمیت نقش آنان در گزارش سال ۲۰۰۴ مؤسسه پزشکی و گزارش آتی کارگروه مجمع سیاست ملی سرطان وابسته به IOM^۱ به‌خوبی نشان داده شده است.

ارتقای رفتارهای بهداشتی در بیمارانی که تحت درمان سرطان می‌باشند اغلب نادیده گرفته می‌شود. در حالی که به دلیل میزان بالای بقا، بازماندگان از این بیماری نیازمند شروع یا حفظ رفتارهای بهداشتی نظیر: تغذیه، ورزش منظم و ترک سیگار می‌باشند. هدف از پیگیری درمان در این بیماران معمولاً پایش و غربالگری است. در حالی که مباحث مربوط به سلامتی می‌تواند توسط مراقبین اداره شود. معمولاً تشخیص سرطان به‌منزله زنگ بیداری است که افراد را به مراقبت از خود به شیوه‌های جدید ترغیب می‌کند. پرستاران انکولوژی موقعیت مهمی در ارتقای رفتارهای بهداشتی و ارجاع سریع بازماندگان به منابع حمایتی دارند.

امروزه معمولاً بعد از تشخیص و درمان اولیه، ارجاع سریع به مراکز بازماندگان سرطان وجود ندارد و از آنجا که مراقبت‌های پیگیری اغلب در میان متخصصان انکولوژی و مراقبین اولیه سازمان‌یافته نیست، باعث ایجاد سردرگمی، ترس و پیگیری ناکافی در بیماران می‌شود. البته برنامه‌های بقا به‌طور گسترده‌یی توسط پرستاران انکولوژی و کارکنان بخش‌ها ایجاد شده تا بتوانند نیازهای بازماندگان سرطان را مورد توجه قرار دهند. از آنجا که سرطان ممکن است تشخیص، درمان و الگوهای بقای درازمدت متفاوتی داشته باشد، این کتابچه برای تشخیص سرطان خاصی طراحی شده است تا به پرستاران انکولوژی کمک نماید مراقبت‌های خود را با بازماندگان این نوع سرطان خاص متناسب سازند. در پایان آرزو مندیم این کتابچه بتواند آگاهی از نیازهای بازماندگان سرطان را افزایش دهد و کیفیت زندگی بیماران را در طول، قبل و بعد از درمان سرطان بهبود بخشد.

⑦ ضمیمه

مراقبت از بازماندگان سرطان روزبه‌روز در حال رشد و تحول می‌باشد. اخیراً برنامه جدید درمانی و خلاصه‌هایی به‌صورت طبقه‌بندی‌شده برای انواع مختلف سرطان و همچنین فرمت‌های خاصی برای بازماندگان سرطان پستان و کولون به وب‌سایت مجمع امریکایی انکولوژی بالینی ارسال شده است. علاوه بر این خلاصه درمان جهت بازماندگان سرطان سلول‌های کوچک و سرطان سلول‌های غیرکوچک در سایت cancer.net موجود است. بالاخره، خلاصه‌درمان‌های طبقه‌بندی

1. The IOM National Cancer Policy Forum
2. American Society of Clinical Oncology (ASCO)

شده دوستدار بیمار اخیراً توسط جامعه سرطان آمریکا^۱ ایجاد شده است و به‌زودی در وب‌سایت این جامعه در لینک بازمانده جدید، قابل دسترسی خواهد بود.

www.ketab.ir