

سرطان تخمدان

آنچه شما نیاز دارید بدانید

با اینکه تقریباً هر روزه مطلبی در مورد سرطان می‌شنویم، وقتی خود شما به این بیماری مبتلا می‌شوید ممکن است احساس تنهایی و ترس بر شما غلبه کند. همچنین ممکن است احساس کنید که از انواع اطلاعات اشباع شده و یا زیر فشار انواع تصمیم‌گیریها قرار دارید.

چنانچه به تازگی از ابتلا خود به سرطان تخمدان (Ovarian cancer) مطلع شده‌اید، این کتابچه اطلاعات اولیه مورد نیاز شما و خانواده‌تان را در اختیارتان می‌گذارد. این اطلاعات به شما کمک می‌کند که احساس کنید شرایط را تحت کنترل خود دارید و بتوانید با تیم بهداشتی‌تان به نحوی همکاری کنید که بهترین راه درمان برای شما انتخاب شود.

سرطان چیست؟

سرطان بیماری‌ای است که از سلولهای بدن شروع می‌شود. بدن ما ساخته شده از میلیونها سلولی است که با همدیگر گروه‌بندی شده تا بافتها و اندامهایی مثل عضلات و استخوانها، ریه‌ها، یا کبد را بسازند. ژنهای داخل هر سلول به آن دستورهای لازم جهت رشد، کار، تولید مثل و انهدام را صادر می‌کنند. در حالت طبیعی، سلولهای ما این دستورها را اطاعت می‌کنند و ما سالم می‌مانیم. در برخی موارد دستورات عملهای صادره در یک سلول مبهم و مغشوش بوده و سلول رفتار غیرطبیعی دارد. پس از مدتی، گروهی از سلولهای غیرطبیعی می‌توانند در خون یا سیستم ایمنی گردش کرده، یا تبدیل به توده یا تومور شوند.

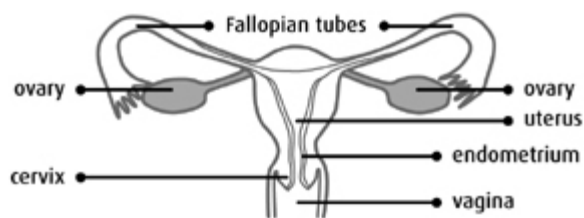
تومورها یا خوش خیم (غیرسرطانی - Benign) هستند یا بدخیم (سرطانی - Malignant). سلولهای تومور خوش خیم در یک نقطه از بدن باقی می‌مانند و معمولاً تهدیدی برای سلامتی و حیات محسوب نمی‌شوند.

سلولهای تومور بدخیم قادرند به بافتهای اطراف خود حمله کرده، در بقیه بدن پخش شوند. پخش شدن سلولهای توموری در بقیه بدن "متاستاز" (Metastases) نامیده می‌شود. نخستین نشانه آنکه یک تومور بدخیم انتشار یافته باشد، تورم غدد لنفاوی مجاور آن است، اما سرطان می‌تواند تقریباً به هر نقطه‌ای از بدن پخش شود. بسیار مهم است که تومورهای بدخیم را هر چه زودتر پیدا و درمان کنیم.

سرطانهای مختلف بر اساس نام اندامی که سرطان از آنجا شروع شده نامگذاری می‌شوند. به عنوان مثال سرطانی که از روده بزرگ شروع شده و به کبد سرایت کرده، سرطان روده بزرگ با متاستاز کبد نامیده می‌شود.

سرطان تخمدان چیست؟

سرطان تخمدان از سلولهای یک یا هر دو تخمدان شروع می‌شود. تخمدانها اندامهای کوچک تولید مثلی در زنان هستند که در دو طرف رحم نزدیک به انتهای لوله‌های فالوپ قرار می‌گیرند. تخمدانها هر ماه یک تخمک تولید می‌کنند که از یکی از لوله‌های



فالوپ به سمت رحم پایین می‌رود. تخمدانها همچنین هورمونهای زنانه استروژن و پروژسترون را تولید می‌کنند. این هورمونها به تولید مثل، عادت ماهیانه، و ساز و کار پستانها، رحم، و واژن کمک می‌نمایند.

- عمدتاً ۳ نوع اصلی سرطان تخمدان وجود دارد که بسته به نوع سلولهایی که سرطان از آنجا شروع شده دسته‌بندی می‌شوند:
- سرطان سلولهای پوششی که از رویه خارجی تخمدان (پوشش) شروع می‌شود و شایع‌ترین نوع سرطان تخمدان محسوب می‌گردد.
 - تومورهای سلول زایا که از سلولهای تخمک درون تخمدان شروع می‌شود و عموماً در زنان جوان و یا بچه‌ها دیده می‌شود.
 - تومورهای بافت همبند که از سلولهایی که ساختار و چهارچوب تخمدان را شکل می‌دهند شروع می‌شود.

علت بروز سرطان تخمدان چیست؟

عامل منحصر به فردی که سرطان سلولهای پوششی تخمدان را به وجود بیاورد وجود ندارد، ولی مطالعات نشان داده است که چند عامل باعث بالا رفتن احتمال ابتلا به این نوع سرطان می‌شوند:

- سن، بویژه سنین بین ۴۰ تا ۸۰ سال
- سابقه سرطان تخمدان یا پستان در فامیل بخصوص اگر ژنهای BRCA1 یا BRCA2 وجود داشته باشند، و یا احتمالاً وجود سرطانهای روده بزرگ، رحم و لوزالمعده.
- هورمون‌درمانی (Hormone Replacement Therapy-HRT)

محققین همچنین بر این اعتقادند که عوامل زیر نیز باعث افزایش احتمال ابتلا زنان به سرطان تخمدان می‌شوند:

- استفاده از داروهای باروری
- هم عادت ماهیانه زودرس و هم یائسگی دیررس در یک فرد که باعث می‌شود در طول زندگی تعداد دفعات قاعدگی افزایش یابد.

البته بسیاری از خانمها بدون وجود هیچکدام از عوامل بالا مبتلا به سرطان تخمدان می‌شوند.

عواملی که باعث کاهش احتمال ابتلا به سرطان سلولهای پوششی می‌شوند عبارتند از:

- حاملگی
- مصرف داروهای جلوگیری از بارداری
- شیر دادن با پستان
- بستن لوله‌های رحمی (فالوپ) یا برداشتن کامل رحم

چگونه سرطان تخمدان تشخیص داده می‌شود؟

پزشک ممکن است بعد از صحبت با شما و یک معاینه کامل بدنی که شامل معاینه حفره شکمی - لگنی هم باشد، مشکوک به سرطان تخمدان شود. برای تأیید سرطان تخمدان آزمایشهای تشخیصی ویژه‌ای وجود دارد که عبارتند از:

تصویربرداری: شامل عکس‌برداری با اشعه ایکس، سونوگرافی، سی.تی.اسکن (توموگرافی محوری کامپیوتری)، ام.آر.آی (تصویربرداری رزونانس مغناطیسی) و اسکن استخوان است که بافتها، اندامها و استخوانها را با جزئیات بیشتری بررسی می‌کند. ممکن است این اقدامات برای بیمار خوشایند نباشند، اما معمولاً بدون درد هستند.

آزمایشهای خون: خون بیمار گرفته شده و انواع مختلف سلولهای خونی از نظر طبیعی بودن تعداد و شکل ظاهری مورد مطالعه قرار می‌گیرد. نتایج نشان می‌دهد که اندامهای بدن شما تا چه حد درست کار می‌کنند و ممکن است وجود سرطان را هم معلوم کند. آزمایشهای دیگری نیز وجود دارند که وجود شاخص‌های سرطان را بررسی می‌کنند. شاخص سرطان CA-125 ممکن است در شایع‌ترین انواع سرطان تخمدان دیده شود.

نمونه‌برداری: معمولاً برای تشخیص قطعی سرطان ضروری است. در نمونه‌برداری یا بیوپسی سلولها یا بافتهای بدن برداشته شده و زیر میکروسکوپ بررسی می‌گردد. اگر سلولها سرطانی باشند، مطالعات بیشتر برای تعیین سرعت رشد آنها انجام می‌شود. روشهای متعددی برای انجام نمونه‌برداری وجود دارد. در مورد سرطان تخمدان، پزشک گاهی مجبور است که بافتهای اطراف تخمدان را هم آزمایش کند. این کار ممکن است بوسیله دستگاه کوچکی بنام لاپاروسکوپ و تحت بی‌حسی موضعی انجام گیرد، یا ممکن است نیاز به جراحی (لاپاروتومی) با بیهوشی عمومی باشد.

آزمایشها، درجه سلولهای سرطانی را نیز مشخص خواهند کرد. سلولهای با درجه پایین آهسته‌تر تقسیم می‌شوند و تومور حاصله عموماً تهاجم کمتری دارد. سلولهای با درجه بالا سریعتر تقسیم می‌شوند و تومور معمولاً بیشتر پخش می‌شود.

مرحله‌بندی سرطان چیست؟

وقتی که تشخیص قطعی سرطان داده شد، دانستن اینکه سرطان شما در چه مرحله‌ای است اهمیت دارد. این کمک می‌کند که بهترین نوع درمان برای شما تعیین شود. مرحله سرطان بستگی به اندازه تومور و میزان گسترش سرطان به قسمتهای دیگر بدن دارد. تعیین مرحله دقیق سرطان گاهی فقط بعد از جراحی یا آزمایشهای اضافی امکان‌پذیر است و برداشتن بعضی از غدد لنفاوی نزدیک به محل سرطان ممکن است ضروری باشد.

گاهی اوقات مرحله سرطان به صورت شماره صفر، یک، دو، سه، و چهار، تعریف می‌شود و شماره‌های بزرگتر برای سرطان‌هایی که بیشتر پخش شده‌اند استفاده می‌گردند. گاهی از سیستم‌های دیگر نظیر TNM نیز استفاده می‌شود. از پزشک خود بخواهید به شما توضیح دهد که سرطان شما در چه مرحله‌ای است و معنی شماره‌ها و حروف چیست.

چه نوع درمانی خواهید داشت؟

هیچ سرطانی شبیه دیگری نیست. پزشک، نوع و درجه سرطان‌تان، نوع درمانی را که با توجه به شواهد علمی با نوع سرطان شما مطابقت دارد، و مسایل مربوط به سلامتی‌تان را در نظر می‌گیرد و شما را تشویق می‌کند که برای انتخاب درمان نهایی کمک کنید. از پزشک سؤال کنید که آیا نوع درمان بر بچه‌دار شدن شما تأثیر می‌گذارد یا نه. در برخی موارد تخمک و جنین را می‌توان تا بعد از درمان نگهداری نمود.

درمان شما توسط یک تیم بهداشتی شامل پزشکان، پرستاران و سایر متخصصین انجام می‌شود. در صورت نیاز از هر یک از آنها برای راهنمایی کمک بخواهید.

بیماران سرطانی اغلب درمانهای ترکیبی دارند و درمان شما ممکن است شامل یکی از روشهای زیر باشد:

جراحی: عمل جراحی برای برداشتن تومور و بافتهای اطراف آن است. تصمیم انجام جراحی بستگی به محل تومور و نزدیکی آن به اندامهای حیاتی دارد. برای سرطان تخمدان معمولاً جراحی توصیه می‌شود و از طریق برشی در ناحیه شکم (لاپاروتومی) صورت می‌گیرد. معمولاً یک یا هر دو تخمدان، رحم، لوله‌های فالوپ و چربیهای که درون شکم را می‌پوشانند (آمیتوم)، به همراه غدد لنفاوی اطراف برداشته می‌شوند.

پرتودرمانی (Radiation therapy): از اشعه ایکس با انرژی بالا برای تخریب سلولهای سرطانی استفاده می‌شود. عوارض جانبی آن ممکن است ناشی از آسیب به بافتهای نزدیک تومور باشد، اما معمولاً می‌توان آنها را کنترل کرد. در پرتودرمانی خارجی، اشعه با دقت به تومور تابیده شده و از اصابت آن به بافتهای سالم اطراف اجتناب می‌شود.

شیمی‌درمانی (Chemotherapy): استفاده از داروهایی است که در توانایی رشد و گسترش سلولهای سرطانی اختلال ایجاد می‌کنند. در ضمن درمان، سلولهای سالم نیز ممکن است آسیب ببینند و شما ممکن است عوارض جانبی مانند تهوع، استفراغ، بی‌اشتهایی، خستگی، ریزش مو و افزایش خطر عفونت را تجربه کنید. اکثر افراد شیمی‌درمانی را نسبتاً خوب تحمل می‌کنند و عوارض جانبی در آنها معمولاً می‌تواند کاهش یافته یا کنترل شود. سرطان تخمدان اغلب به خوبی به شیمی‌درمانی جواب می‌دهد. دارو ممکن است به طریق خوراکی یا تزریق داخل وریدی مصرف شود و یا مستقیماً به داخل شکم وارد گردد.

مراقبتهای حمایتی: به همه بیماران سرطانی مراقبتهای حمایتی پیشنهاد می‌شود که به آنها کمک می‌کند تا بر عوارض جانبی درمان و همچنین مسایل احساسی و عاطفی، روحی و مسایل عملی مثل نیاز به کمک در خانه و ایاب و ذهاب برای درمان فائق آیند. برای بیمارانی که سرطانشان قابل معالجه نیست، ممکن است برنامه‌های درمانی تسکینی (palliative) در دسترس باشد.

درمانهای تکمیلی، مانند مراقبه (meditation) یا تماس درمانی (therapeutic touch) همراه با درمانهای مرسوم به کار می‌روند. تحقیقات بیشتر برای درک چگونگی عملکرد و اثربخشی آنها مورد نیاز است، ولی بسیاری از مردم می‌گویند که این نوع درمانها به آنها کمک کرده است.

درمانهای جایگزین، مانند طب سنتی چینی یا رژیمهای غذایی مخصوص، به جای درمانهای متداول به کار می‌روند. چون تا به حال ایمنی یا اثربخشی آنها مورد ارزیابی قرار نگرفته، هنوز نمی‌دانیم که آیا آنها برای شما مضر خواهند بود یا در جهت درمان سرطان عمل خواهند کرد.

چنانچه در فکر استفاده از درمانهای تکمیلی یا جایگزین هستید، بسیار مهم است که تا حد امکان در مورد آنها تحقیق و با تیم درمانی خود مشورت کنید، زیرا ممکن است بر آزمایشها یا درمانها تأثیر بگذارند.

آزمونهای کلینیکی چیست؟

آزمونهای کلینیکی (clinical trials) مطالعات علمی‌ای هستند که روشهای جدید پیشگیری، درمان، یا کنترل سرطان را آزمایش می‌کنند. آزمونهای درمانی کلینیکی راه‌های جدید درمان سرطان مانند داروهای جدید یا ترکیبی از درمانهای موجود را بررسی می‌نمایند. این مطالعات به دقت کنترل می‌شوند تا اطمینان حاصل شود که برای افراد ایمن و مؤثر هستند. از پزشک خودتان بپرسید که آیا آزمون کلینیکی مناسبی برای شما به عنوان یک انتخاب درمانی وجود دارد. شما ممکن است از آن سود ببرید و در آینده سایر بیماران سرطانی نیز از آن بهره‌مند شوند.

چه نکات دیگری لازم است که بدانید؟

ملاقاتهای پیگیرانه و منظم با پزشکتان برای نظارت بر روند بهبود شما حتی بعد از اتمام درمانتان مهم است. شما در ابتدا تقریباً هر سه ماه و سپس با فاصله‌های بیشتر ویزیت خواهید شد. پزشک ویزیت‌های منظم را برای چک کردن سلامت عمومی شما پیشنهاد می‌کند ولی از شما می‌خواهد که در صورت نگرانی یا بروز مشکل غیرمعمول بلافاصله او را ببینید.

برداشتن هر دو تخمدان منجر به یائسگی و ناباروری می‌شود و ممکن است فعالیتهای جنسی را نیز تحت تأثیر قرار دهد. چنانچه این موارد برای شما مسئله‌ساز خواهد شد، با پزشک خود درباره دیگر گزینه‌های ممکن صحبت کنید. گاهی اوقات جراحی یا لاپاراسکوپی دوم برای بررسی اثرات درمان توصیه می‌شود.

چگونه به خودتان کمک کنید؟

مثبت بودن: مثبت بودن یعنی یافتن بهترین راهی که شما می‌توانید با سرطان برخورد کنید، و البته هر کس روش خود را دارد. مثبت بودن به این معنا نیست که همیشه شاد و خوشحال به نظر بیایید یا از صحبت کردن و فکر کردن در مورد سرطان و سختی‌هایش پرهیز کنید. اما به این معنا است که با یافتن فعالیتهای آرام‌بخش و شادکننده که ذهن، روح و جسم شما را شاداب می‌سازند، از خود مراقبت کنید.

قبول کمک: احتمالاً متوجه خواهید شد که خانواده و دوستانتان می‌خواهند به شما کمک کنند؛ به آنها اجازه این کار را بدهید. برخی از افراد درمی‌یابند که گفتگو کردن با یک داوطلب آموزش دیده که تجربه ابتلا به سرطان را دارا است، می‌تواند کمک مؤثری باشد. در مورد دسترسی به این گونه کمک‌ها در جامعه خود سؤال و تحقیق کنید.

افزایش آگاهی: با تیم بهداشتی خود راحت و روراست باشید. نگرانی‌ها و سؤالات خود را با آنها در میان بگذارید. آنها کمک خواهند کرد تا پشتیبانی و اطلاعاتی را که لازم دارید بدست آورید.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد سرطان و سرویسهای قابل دسترسی در جامعه‌تان لطفاً با یکی از متخصصین اطلاع‌رسانی ما از طریق شماره تلفن رایگان ۱-۸۸۸-۹۳۹-۳۳۳۳ تماس بگیرید، به آدرس info@cis.cancer.ca نامه الکترونیکی (e-mail) بفرستید، و یا از وبسایت "انجمن کانادایی مبارزه با سرطان" www.cancer.ca دیدن کنید.

کاری که ما انجام می دهیم

با سپاس از همکاری داوطلبان و کارمندان، و گشاده‌دستی مردم خیر، "انجمن کانادایی مبارزه با سرطان" پیشتاز مبارزه با سرطان است. این انجمن وظایف زیر را عهده‌دار می‌باشد:

- سرمایه‌گذاری در تحقیقات برای انواع سرطانها
- نمایندگی و وکالت مردم در سیاستگذاری‌های مربوط به سلامت و بهداشت عمومی جامعه
- ترویج یک روش زندگی سالم برای کمک به کاهش خطر ابتلا به سرطان
- در اختیار گذاشتن اطلاعات جامع و موثق در مورد سرطان
- حمایت از افراد مبتلا به سرطان

جهت کسب جدیدترین اطلاعات در مورد سرطان و خدمات ما، و یا برای اهدا کمک نقدی با ما تماس بگیرید.

این بروشور حاوی اطلاعات عمومی است که توسط "انجمن کانادایی مبارزه با سرطان" تهیه شده است.

این اطلاعات جایگزین توصیه‌های افراد ذیصلاحی که خدمات بهداشتی ارائه می‌دهند، نمی‌گردد.

مطالب این بروشور را می‌توان بدون اجازه کپی برداری و تکثیر نمود، اما باید این عبارت در آن قید شده باشد:

Ovarian Cancer: What you need to know.

271501

Canadian Cancer Society 2005

این بروشور توسط "گروه ایرانی حمایت از بیماران سرطانی" (ICSG) در سال ۲۰۰۶ از انگلیسی به فارسی ترجمه شده است.

بیایید سرطان را ریشه کن کنیم