



NATIONAL CENTER
FOR TUMOR DISEASES
HEIDELBERG

supported by
German Cancer Research Center (DKFZ)
Heidelberg University Medical Center
Hospital for Thoracic Diseases
German Cancer Aid

www.nct-heidelberg.de/en

دليلك



HEIDELBERG
UNIVERSITY
HOSPITAL

dkfz.

GERMAN
CANCER RESEARCH CENTER
IN THE HELMHOLTZ ASSOCIATION

عزيزي المريض / عزيزتي المريضة،

نرحب بك كمريضة أو مريض في المركز الوطني للأمراض الأورام هايدلبرغ.

من خلالنا يساندك فريق علاج متعدد التخصصات. في العيادتين الخارجيتين يعمل فريق يتكون من ممرضات وممرضين متمرسين لديهم تدريب متقدم و خبرة طويلة في مجال الأورام و مؤهلات إضافية في مجال الرعاية التلطيفية، الرعاية بالمداداة الطبيعية، المساعدة المتخصصة في علاج الألام بالإضافة إلى أخصائي الجروح، الفغرات والبوباء.

بالتعاون الوثيق مع الأطباء المعالجين والخدمات الاستشارية نحاول أن نقدم لك أفضل دعم ممكن في كل مرحلة من مراحل العلاج.

من خلال هذا الدليل نود أن نرشدك خلال رحلة علاج السرطان عبر تقديم النصائح الجيدة والمعلومات بشكل شامل. بالإضافة إلى هذا يمكنك استخدام الملف لجمع المستندات الخاصة بك وحفظها. لمزيد من المعلومات حول المركز الوطني للأمراض الأورام هايدلبرغ يمكنك الاطلاع على: www.nct-heidelberg.de

نحن هنا من أجلك!
فريق العلاج الخاص بك في المركز الوطني للأمراض الأورام هايدلبرغ

مقدم من:

تستطيع تنزيل دليل المريض في المركز الوطني
في الأمراض الأورام هايدلبرغ من هنا:

www.nct-heidelberg.de/patient-handbook



المحتوى

- 5 _____ المركز الوطني لأمراض الأورام هايدلبرغ
- 8 _____ ما يجب أن تعرفه عن علاج الورم
- 10 _____ العلاج الكيميائي
- 20 _____ الطرق الهادفة في علاج السرطان
- 22 _____ من الجيد أن نعرف
- 24 _____ الأعراض التي يتوجب عليك الإبلاغ عنها
- 26 _____ خدمات استشارية
- 30 _____ من الألف إلى الياء
- 32 _____ خريطة الموقع



تعريف!

المركز الوطني لأمراض الأورام هايدلبرغ ...

توضيح سلس

www.nct-heidelberg.de/film

المركز الوطني لأمراض الأورام هايدلبرغ

إن المركز الوطني لأمراض الأورام هايدلبرغ هو مؤسسة مشتركة بين المركز الألماني لأبحاث السرطان والمستشفى الجامعي وكلية الطب في هايدلبرغ وكذلك مؤسسة المعونة الألمانية ضد السرطان.

هدف المركز الوطني للأمراض الأورام هو نقل اخر و احدث ما توصلت اليه نتائج و ابحاث الأورام إلى مرحلة العلاج في المشفى في اسرع وقت ممكن وبالتالي السماح للمرضى من الاستفادة منها. وهذا ينطبق سواء على التشخيص أو العلاج في الرعاية اللاحقة أو الوقاية. تمثل العيادة الخارجية القلب النابض للمركز الوطني للأمراض الأورام. هنا يستفيد المرضى من خطة العلاج الفردية التي يتم وضعها في أقرب وقت من قبل مجموعة من الخبراء المتخصصين أو ما يُطلق عليهم هيئة استشاريين الأورام. توفر المشاركة في التجارب السريرية إمكانية التوصل إلى علاجات مبتكرة. وبالتالي فإن المركز الوطني للأمراض الأورام هو عبارة عن منصة تحدد اتجاه نقل نتائج البحوث الجديدة من المختبر إلى العيادة. يتعاون المركز الوطني للأمراض الأورام مع مجموعات المساعدة الذاتية ويدعمها في عملها. منذ 2015 هناك موقع ثان للمركز الوطني للأمراض الأورام (nct-dresden.de).

العنوان:

National Center for
Tumordiseases (NCT)
Im Neuenheimer Feld 460
Heidelberg 69120
☎ +49 (0)6221 56-4801
🌐 www.nct-heidelberg.de



كيف تصل إلينا ومواقف السيارات

يقع المركز الوطني لأمراض الأورام هايدلبرغ في نوينهايمر فيلد بالقرب مباشرة من مستشفيات هايدلبرغ الجامعية. مباشرة أمام المركز الوطني لأمراض الأورام هايدلبرغ تجدون محطة الباص "شتودنتنفونهايمر" التي تتوقف فيها خطوط الباصات 32/31 التابعة لشركة النقل العام راين نيكو.

عبر المستوى 99 ترتبط البنايات المنفردة ببعضها البعض ويمكن التنقل بينها على الأقدام. في الصفحة قبل الأخيرة وضعنا تحت تصرفكم خريطة للموقع كمساعدة توجيهية.

يخضع ركن السيارات في منطقة المستشفى إلى الرسوم. إلى حد 30 دقيقة يكون الركن مجانا، ثم 1,40 أورو/ للساعة والحد الأقصى للرسوم اليومية 7 أورو لليوم الواحد.

إن كانت لديك مواعيد منتظمة في المركز الوطني لأمراض الأورام فلديك الفرصة لتشتري تذاكر مخفضة ذات 5- أو 10- أماكن ركن تابعة للمستشفى في نوينهايمر فيلد. تحصل على هذه التذاكر لدى مركز إدارة الركن ومركز الاستعلامات في نوينهايمر فيلد 165، الذي يقع بين المستشفى الطبي ومبنى موقف السيارات التابع للمستشفى. تذكرة الـ 5 أماكن: 30 أورو، تذكرة الـ 10 أماكن: 60 أورو.

بالإضافة إلى ذلك يمكن للمرضى على وأقاربهم المدى الطويل التقدم بطلب للحصول على تصريح بالركن مدفوع الثمن. تحصلون على المعلومات اللازمة في مركز التوجيه والاستعلامات. إذا قدمت إلى المركز الوطني لأمراض الأورام هايدلبرغ بالسيارة وغرضك العلاج وكنت تملك بطاقة هوية لذوي الاحتياجات الخاصة مكتوب عليها "G" عندها تستطيع استعمال أماكن الركن التابعة أو عبارة "aG" للمستشفى مجانا.

إذا تم استيفاء هذه الشروط، فقم باتباع التالي:

1. عند دخولك اسحب تذكرة للركن
2. عند خروجك أمسك بطاقة الهوية لذوي الاحتياجات الخاصة ثم اضغط على زر المعلومات الفضي عند الحاجز وقرم بتسمية رقم بطاقة الهوية بعد الطلب.

لكل الأسئلة حول تحمل نفقات السفر (مثلا السفر بالتاكسي) من طرف صندوق التأمين الصحي يجيبك عنها قسم الخدمة الاجتماعية التابع للمركز الوطني لأمراض الأورام هايدلبرغ:

+49 (0)6221 56-4477

sozialarbeit@nct-heidelberg.de

في الطابق الأرضي تجدون:

البوابة/ الاستعلامات:

+49 (0)6221 56-4801

العيادة اليومية 1:

+49 (0)6221 56-6469

الإدارة العامة A (طب الأورام):

+49 (0)6221 56-8819

الإدارة العامة B (العيادة الخارجية للأشعة):

+49 (0)6221 56-7611

في الطابق الأول تجدون:

العيادة اليومية 2:

+49 (0)6221 56-7348

الإدارة العامة C (طب الأمراض الجلدية):

+49 (0)6221 56-8562

الإدارة العامة C (طب الأورام العصبية):

+49 (0)6221 56-6086

الإدارة العامة D (طب النساء):

+49 (0)6221 56-7985

الكافيتيريا

أوقات الدوام من 08:00 – 16:00

عند التسجيل يحصل المرضى الذين يتلقون علاجاً في المشفى على قسيمة أكل يوم تلقبهم للعلاج، يمكنهم استعمالها في الكافيتيريا التابعة للمركز الوطني لأمراض الأورام هايدلبرغ.

في الطابق الثاني تجدون:

قاعات المؤتمرات، التي تقع فيها المشاورات الطبية حول الأورام، وكذلك قاعة الرياضة. كما تجدون في الطابق الثاني والثالث غرف المكاتب الإدارية.

العيادات الخارجية

إعطاء المواعيد

تتبع المواعيد في العيادات الخارجية العوامل اللوجستية مثل عدد المرضى ومدة العلاج والعمليات التنظيمية الأخرى. نحاول استيعاب طلبات موعدك ولكن لا يمكننا ضمان ذلك دائماً. في حالة التأجيل أو الإلغاء، نطلب منك الاتصال بمكتب تسجيل المرضى في الوقت المناسب. نسعى لجعل إقامتك في العيادات النهارية قصيرة وفعالة قدر الإمكان. ومع ذلك، على سبيل المثال، يمكن أن تؤدي النتائج أو الأعراض التي تغيرت، وكذلك المواقف غير المتوقعة، إلى فترات انتظار طويلة. نطلب منك تضمين هذا في خطتك لـ "يوم العلاج".

الأشخاص المرافقون

يمكنك إحضار شخص لمرافقتك في العلاج. بسبب زيادة خطر العدوى، لا يُسمح للأشخاص دون سن 16 عاماً بولوج العيادة النهارية.

الهواتف المحمولة

من حيث المبدأ يُسمح باستخدام الهاتف الجوال في العيادات النهارية ومع ذلك، فإننا نطلب مراعاة المرضى الآخرين، بجعل نغمة الرنين هادئة وإجراء مكالمات بشكل أقل.

الإنترنت

يتم توفير الوصول إلى الإنترنت مجاناً في المستشفى عبر شبكة الانترنت اللاسلكية. يمكنك استخدام جهازك الذي يدعم الشبكة (كمبيوتر محمول، جهاز لوحي، هاتف ذكي). وفتح متصفح "Patienten-Internet" بعد اختيار شبكة الانترنت، يظهر بعد وقت قصير قناع تسجيل الدخول إن لم يتم ذلك انظر:

(<https://controller.access.network>) بعد تأكيد البنود والموافقة على الشروط يتم تنشيط استخدام الانترنت. في حالة وجود أسئلة:

الخط الساخن +49(0)6221 56-7375

التلفزيون والراديو

في مقعدك في العيادة النهارية، يمكنك مشاهدة التلفزيون أو الاستماع إلى الراديو عبر شاشة صغيرة. تستطيع استخدام سماعات الأذنين الخاصة بك أو الحصول منا على زوج سماعات مجاناً. لتجنب القمامة نطلب منك إعادة استخدامها. يُرجى التواصل معنا في هذا الشأن.

الطعام والشراب

يمكنك طبعاً إحضار الطعام والشراب إلى العيادة النهارية. مراعاة للمرضى الآخرين نرجو منك تجنب إحضار الطعام ذي الرائحة القوية مثل السمك والثوم.



مالذي يجب عليك
معرفة حول علاجك
من الورم



ما يُسمى **بالعلاج المستهدف** هو العلاج الدوائي الذي يستهدف ويهاجم مظاهر أو خصائص معينة للسرطان المسؤولة عن نمو الخلايا السرطانية، هكذا يتم تثبيط نمو الورم. فقط عندما يكون للورم مثل هذه الخصائص، يستطيع المريض الاستفادة من العلاج المستهدف. لذلك هذا العلاج ليس مناسباً لكل أنواع الأورام ولكل مريض. يكون تطبيق العلاج المستهدف وحده أو بدمجه مع علاج كيميائي أو إشعاعي. يمكن أن يسبب العلاج المستهدف آثاراً جانبية تختلف عن تلك التي تنتج بسبب العلاج الكيميائي. سيقوم طبيبك بإبلاغك مفصلاً عن العلاج التالي. ابتداءً من الصفحة 20 تجد شرحاً حول طرق الفعالية والآثار الجانبية الناتجة عن العلاج المستهدف.

تستطيع الحصول على **معلومات إضافية** من فريق العلاج وخدمة **استعلامات السرطان** التابع للمركز الألماني لأبحاث السرطان على:

www.krebsinformationsdienst.de

☎ 0800 4203040 يومياً من الساعة 08:00-20:00، المكالمات مجانية.

✉ krebsinformationsdienst@dkfz.de

قريباً ستبدأ علاجك من السرطان في المركز الوطني لأمراض الأورام. بالإضافة إلى التأثير المطلوب ضد الخلايا السرطانية يمكن أن يكون للأدوية آثار جانبية مختلفة لا يمكن الوقاية منها دائماً ولكن يوجد الآن العديد من الطرق لمنع أو تخفيف الآثار الجانبية.

يقدم لك دليل المرضى المعلومات والمساعدة لأنواع العلاج التالية:

– **العلاج الكيميائي**

– **العلاج المُوجّه**

تعمل **المواد العلاجية الكيميائية** على جميع خلايا الجسم وخاصة على تلك التي تنقسم بسرعة. ينتج عن هذا وجود آثار جانبية نود هنا أن نحيطك علماً بها. من خلال تجربتنا يمكن للتدابير الموصى بها تخفيف الآثار الجانبية وحتى منعها في أحسن الأحوال. إذا لم تكن هذه التدابير كافية ولاتزال الآثار الجانبية تحدث أو تزداد سوءاً، فُرجى إخبارنا بذلك. لا يُصح بالعلاج الذاتي في هذه المرحلة. تتوفر مجموعة من الأدوية الداعمة أو منتجات العناية الطبيعية بهدف تخفيف الأعراض. بالإضافة إلى الآثار الجانبية العامة يكون لكل مادة كيميائية آثار جانبية معينة اعتماداً على العنصر الفعال وهو ما يجب عليك معرفته. قبل بدء العلاج من الورم سيقوم الطبيب بشرح ذلك لك بالتفصيل. إن حدوث الآثار الجانبية من عدمه ومدى قوتها يختلف من مريض إلى آخر. لا تحدث جميع الآثار الجانبية المذكورة أبداً في شخص واحد. كما أن غياب الآثار الجانبية لا علاقة له بفعالية العلاج.

العلاج الكيميائي



الآثار الجانبية العامة

بمجرد حدوث الغثيان فإن تخفيفه صعب جدا ولذلك من الأفضل أن يتم قمعه بشكل وقائي بواسطة الدواء.

يمكن أن يؤدي التخلي عن الدواء الوقائي إلى تعلم الجسم للغثيان والقيء. حتى المحفزات الصغيرة مثل دخول المستشفى أو التفكير في العلاج الكيميائي يمكن أن تسبب الغثيان أو القيء. يعتبر علاج آلية «الغثيان الاستباقي» صعبا لذلك نريد فعلا تجنبه عن طريق الوقاية منه.

نوصي بما يلي:

- تناول الأطعمة سهلة الهضم. إن كان ذلك ممكنا لا تأني للعلاج ومعدتك فارغة.
- حاول خلق جو مريح طيلة فترة العلاج الكيميائي. يمكن للقراءة، الاستماع إلى الموسيقى أو مشاهدة التلفزيون أن تساعدك على الاسترخاء وتشجيت انتباهك.
- تناول وجبات صغيرة عدة مرات في اليوم بدلا من اختيار الأطعمة الباردة والجافة أو مكعبات الثلج.
- تستطيع، إن رغبت، شرب شاي الزنجبيل الطازج: قشر ملعقة صغيرة من الزنجبيل الطازج وقطعه إلى شرائح رقيقة في لتر من الماء البارد وعلية على نار خفيفة، ثم صفيه واشربه على مدار اليوم. لا يُوصى بتناوله أثناء الهبات الساخنة، الحمى، ارتفاع ضغط الدم واضطرابات النوم.
- تناول الأدوية في المنزل كما وُصفت لك. من المهم أيضا أن نخبرنا إن كان الدواء كافيا لك. إن لزم الأمر يمكن وصف أدوية إضافية لك.
- يمكن أن تكون الإجراءات الإضافية مثل العلاج بالإبر، الوخز بالإبر، العلاج العطري وإجراءات الاسترخاء داعمة للغاية، إلا أنها لاتحل محل العلاج بالأدوية.

تساقط الشعر

يعتمد حدوث تساقط الشعر على العلاج. يحدث ذلك بعد حوالي 2-4 أسابيع من إعطاء أول تثبيط للخلايا ويمكن أن يؤثر على جميع المناطق التي ينمو فيها شعر الجسم، بما في ذلك الرموش والحواجب واللحية. بعد الانتهاء من العلاج يبدأ نمو الشعر في أقرب وقت ممكن أي بعد حوالي 2-4 أسابيع. ينمو شعر الرأس حوالي سنتمتر في الشهر. يمكن للشعر الجديد أن يتغير عن الشعر الأصلي في تركيبته ولونه.

نوصي بما يلي:

- حماية جلدة الرأس الخالية من الشعر من الحرارة - خاصة أشعة الشمس وكذلك من البرد. تحتاج فروة الرأس إلى عناية بمنتج يناسبها مثل غسول مرطب ودهني قليلا.
- إذا رغبت نستطيع إعطاءك روشة لشراء باروكة شعر. ننصحك باستخدامها منذ بداية العلاج والعمل على تجهيزها في أقرب وقت ممكن.

الغثيان والقيء

الغثيان والقيء هي آليات وقائية للجسم تحميه من التسمم ومن المواد الضارة. يمكن أن يؤدي العلاج الكيميائي إلى مثل هذا التفاعل في الجسم. تعتمد درجة الغثيان المتوقعة بشكل كبير على المادة والجرعة في العلاج. لكن العوامل الشخصية الفردية يمكن أن يكون لها تأثير أيضا. يوجد الآن العديد من الأدوية الجيدة التي تعالج الغثيان والقيء بشكل وقائي ومريح. معظم المرضى يستطيعون تحمل مثل هذا العلاج الداعم بشكل جيد. وبالمقارنة مع ذلك يشكّل الغثيان غير المعالج عبئا أكبر بكثير على الجسم ويمكن أن يؤدي إلى عواقب سلبية مثل فقدان الوزن ونقص العناصر الغذائية المعدنية والوهن وآلام في المعدة إلخ.

تلقى المساعدة!

العلاج الغذائي

+49 (0)6221 56-37229

ernaehrungstherapie@nct-heidelberg.de

فقدان الشهية

في كثير من الأحيان تتغير حاسة الذوق والشم بسبب الأدوية، الأمر الذي قد يؤدي إلى تغير مذاقك بالنسبة لطعامك المعتاد. يقول الكثير من المعنيين بالأمر أن بعض الأغذية يكون طعمها معدنياً، حلوة جداً أو مالحة للغاية. عادة ما ترجع حاسة الذوق والشم بعد العلاج إلى ما كانت عليه.

تسبب التغيرات في الطعم إلى فقدان الشهية الذي بدوره قد يؤدي إلى فقدان الوزن وهو ما يجب تجنبه. يُضعف النظام الغذائي السيء جسمك وقد يحد من فعالية العلاج.

نوصي بما يلي:

- مراقبة وزنك بانتظام والحصول على استشارة غذائية من فريق العلاج الغذائي.
- اشطف فمك قبل الأكل ونظف لسانك.
- إن الفرضيات، التي تدعي أن الحميات الغذائية ضد السرطان لها تأثير إيجابي على مجرى المرض أو تقوم بتجويد السرطان، لا تركز على خبرة أو أساس علمي.



نوصي بما يلي:

- انتبه لكمية المياه التي تشربها، على الأقل 1,5 لتر/ اليوم.
- تجنب ملامسة الجلد ذي الإفرازات لفترة طويلة، وخاصة عند استخدام الحفاضات بسبب سلس البول. من الضروري هنا تغيير الحفاضات بشكل متكرر.
- إذا كنت تتعرق كثيرا فاستعمل المناشف الخاصة بك وغيّر أغطية سريرك أكثر من مرة.

الإفرازات

يتم إفراز الأدوية المثبطة للخلايا عن طريق الكلية. من أجل دعم وظيفة الكلى من الضروري أن تولي اهتماما كافيا بشرب الماء.

تحتوي بعض الأدوية المثبطة للخلايا على أصباغ. لذلك يتلون البول أثناء تسريب الدواء وما يصل إلى 96 ساعة بعد ذلك حيث نجد لونه مثلا أحمر.

من الآثار الجانبية الشائعة لعلاج الورم الإسهال. يمكن أن يسبب الإسهال نقصا حادا في السوائل والمواد الغذائية. لذلك يجب عليك إعلامنا مبكرا بأيّة تغيرات في البراز، حتى تتمكن من تقديم المشورة لك في الوقت المناسب ومساعدتك علاجيا. ينطبق هذا أيضا في حالة حدوث إمساك.

يتم إفراز الأدوية المثبطة للخلايا بكميات صغيرة جدا عبر الجلد.



التغيرات المخاطية

توجد الأغشية المخاطية حول العينين والأنف والجهاز التنفسي، في الفم والجهاز الهضمي بأكمله، وكذلك في المسالك البولية والمنطقة الحساسة.

تتميز الأغشية المخاطية بالانقسام السريع للخلايا وهي بذلك عرضة بشكل خاص للأضرار التي تسببها مثبطات الخلايا. يمكن أن يسبب الضرر هناك التهابا.

الدعم السلبي هو أي تهيج وإصابة إضافية. يمكن أن يؤدي انخفاض دفاع الجهاز المناعي إلى إصابة الغشاء المخاطي. كما أن الوضع الغذائي الرديء يؤدي إلى حساسية الغشاء المخاطي بسبب نقص العناصر المغذية والفيتامينات.

يمكن أن يحدث تلف الغشاء المخاطي بدرجات متفاوتة من الشدة، في شكل احمرار أو تورم أو حتى آفات نزفية. على أية حال فإن تلف الغشاء المخاطي مؤلم وقد يؤثر بشدة على نظامك الغذائي مثلا. لذلك افحص جميع مناطق الغشاء المخاطي وأبلغنا بالتغيرات، حتى نشير عليك باتخاذ التدابير المناسبة لك.

نوصي باتباع ما يلي:

- الانتباه إلى نظافة جيدة للفم. قم أيضا بتنظيف لسانك.
- حافظ على رطوبة الأغشية المخاطية من خلال الشطف المتكرر للفم بالماء.
- استخدم فرشاة أسنان ناعمة وعلكة خالية من السكر لتنظيف الأسنان وتشحيط اللعاب. نوصي باستخدام حذر لخيط الأسنان والفرشاة الصغيرة ما بين الأسنان.
- إن رغبت تستطيع شطف فمك بشاي البابونج أو المريمية: صب ملعقتين صغيرتين من أزهار البابونج أو المريمية مع 300 مل من الماء الساخن، غطيها لمدة ثلاث دقائق ثم صفيها. من الأفضل الحصول على الشاي الطبي من الصيدلية. الرجاء عدم استعمال شاي المريمية في حالة الصرع.



تغيرات في الجلد والأظافر

تشمل الآثار الجانبية الأكثر شيوعاً لدى علاج الخلايا تغيرات متعددة في الجلد والأظافر بشكل كلي أو جزئي.

عموماً يكون الجلد شديد الحساسية للأشعة فوق البنفسجية أثناء علاج الورم وبالتالي يجب تجنب أشعة الشمس المباشرة.

بالإضافة إلى ذلك قد يطرأ تغير في لون الجلد (فرط التصبغ) والذي لا يمكن علاجه بشكل وقائي ولكن يختفي عادة بعد نهاية العلاج.

من الأمور الشائعة أيضاً التي وقعت ملاحظتها جفاف الجلد والحكة. هناك عدد كبير من منتجات العناية المرطبة والمهدئة. في هذا النطاق يستطيع الأطباء وموظفو التمريض تقديم تقديم المشورة لك بشكل فردي.

- تجنب النيكوتين والكحول

- تجنب الطعام الساخن جدا وذو الحواف الحادة.

- من الأفضل تناول الأطعمة الباردة والمشروبات المجمدة.

- انتبه إلى نظافة المناطق الحساسة نظافة تامة وناعمة باستخدام مستحضر التنظيف المعتدل والمحايد ذي الـ اس- الهيدروجيني المحايد، أو باستخدام المستحضرات التي تحتوي على البابونج ومناشف الغسيل الناعمة.

- تجنب استخدام السدادات القطنية قدر الإمكان.

- تجنب استخدام سراي المنطقة الحميمة وارتدي ملابس داخلية من القطن.

بالإضافة إلى التغيرات التي تحدث في الأغشية المخاطية، قد تؤدي أيضاً بعض الأسباب الجسدية والنفسية إلى تغيرات في حياتك الجنسية. لا تخجل من مناقشة أية صعوبات في هذا الصدد مع طبيبك المعالج أو فريق الإرشاد النفسي التابع لقسم الأورام.



نوصي بما يلي:

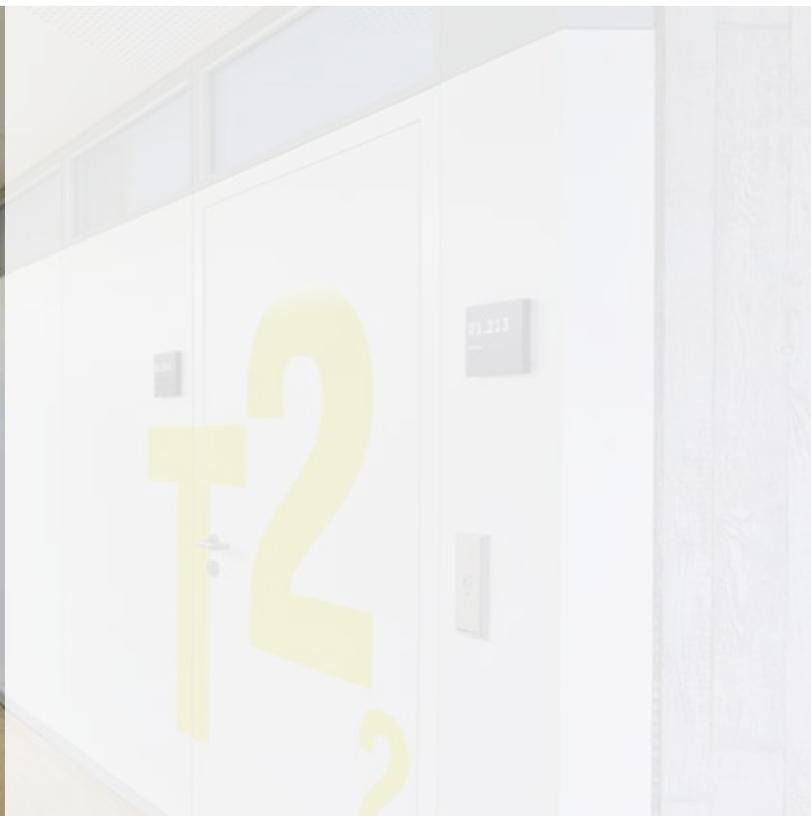
- اعتن بأظفرك جيدا، نظفها يوميا واستعمل الكريم.
- بعد حمام فاتر لليدين والقدمين قص أظفرك بشكل مستقيم كما يجب أن تكون قصيرة.
- إن استطعت استخدم مبرد الأظافر المخصص للاستعمال مرة واحدة فهو أقل خشونة من المبرد المعدني. تأكد من برد الأظافر من أسفل إلى أعلى.
- لا تدفع جلد الظفر إلى الخلف وتجنب قضم الأظافر.
- ارتد قفازات قطنية لحمايتها من المطبات.
- إن لزم الأمر ضع طلاء أو مقوي الأظافر بحماية من الأشعة فوق البنفسجية.
- عند الضرورة استخدم مستحضر طبي للعناية باليدين والقدمين.

بعض مثبطات الخلايا معروفة بتأثيرها الضار على الأظافر. إذا تلقيت هذا العلاج فإننا نقترح عليك أن تبقي يديك باردة في عبوات باردة ومجمدة أثناء الحقن. الهدف من ذلك هو تقليل التأثير الضار للعلاج الكيميائي على طبقة الظفر عن طريق انقباض الأوعية الدموية في الأصابع بسبب البرد.

نوصي بما يلي:

- استخدام زيوت الاستحمام ذات الاس - الهيدروجيني المحايد 5 وكذلك المنتجات التي تحتوي على اليوريا (5-10%).
- اغتسل أو تحمم بماء فاتر دون فرك مكثف. يجب تفريش البشرة الحساسة بدلا من فركها.
- تجنب ملامسة الجلد للمطهرات القوية ومواد التجميل الكحولية (العطور ومستحضرات ما بعد الحلاقة).
- احمر نفسك من أشعة الشمس المباشرة في كل فصول السنة واستخدم منتجات الحماية من الأشعة فوق البنفسجية (على الأقل درجة حماية 50).

يمكن لعوامل تثبيط الخلايا أن تلحق الضرر بالخلايا الموجودة في طية الظفر، مما يؤدي أحيانا إلى تصبغ وتغيرات في نمو أظافر اليدين والرجلين. كما يمكن أن يتسبب في هشاشة الأظافر، ظهور الداحس وفي حالات نادرة ينفصل الظفر بالكامل. بعد انتهاء العلاج على أقصى تقدير تبدأ الأظافر في النمو من جديد. يجب على العموم حماية الأظافر من التلف الذي تسببه الآلات والاشعاع فوق البنفسجي.



متلازمة اليد والقدم

يكون لبعض مَثَبَطَات الخَلَايَا تَأْثِير جَانِبِي مَعِين نَرَاه خَاصَةً فِي كَفِي الْيَدَيْنِ وَبَاطِنِ الْقَدَمَيْنِ. اعْتِمَادًا عَلَى دَرَجَةِ الشَّدَةِ تَشْمَلُ الْأَعْرَاضُ الْاضْطِرَابَاتِ الْحَسِيَّةِ، وَخِزَا، احْمَرَارًا، ارْتِفَاعًا فِي دَرَجَةِ الْحَرَارَةِ، تَوْتِرًا، تَوْرَمٍ وَتَقَشُّرِ الْجِلْدِ. يُمْكِنُ أَنْ تَتَشَكَّلَ قَرْحَةٌ وَقَدْ تَتَضَرَّرُ الْأَنْسِجَةُ بِشَكْلِ دَائِمٍ. يَجِبُ أَنْ يَتِمَّ تَنْسِيقُ عِلَاجِ مِتْلَازِمَةِ الْيَدِ وَالْقَدَمِ بِشَكْلِ مَنفَرِدٍ. مَنِ الْمَهْمُ هُنَا أَنْ تَبْلُغْنَا إِنْ كَانَتْ أَعْرَاضُ مِتْلَازِمَةِ الْيَدِ وَالْقَدَمِ قَدْ بَدَأَتْ فِي الظُّهُورِ أَوْ التَّغْيِيرِ.

اعتلال الأعصاب

قد تسبب بعض الأدوية المثبطة للخلايا تلفًا في الجهاز العصبي. الأعراض هنا متعددة، منها الأحاسيس التي تكون غير طبيعية، خدر، تشنجات عضلية، اضطرابات القدرات الحركية الدقيقة، ألم تلقائي في الراحة، ألم في الحركة، ألم في اللمس وتغيرات جلدية. بالإضافة إلى ذلك قد يتعرض المريض إلى فقدان الطاقة، اختلال في الحركة أثناء الوقوف أو المشي. يشمل هذا ظهور أعراض على أطراف أصابع اليدين والقدمين والتي تنتشر تدريجياً على شكل قفاز أو جورب.

نوصي بما يلي:

- حافظ على اليدين والقدمين باستخدام لوشن مرطب او مستحضرات تحتوي على اليوريا (5-10%).
- لا تستخدم منتجات العناية التي تحتوي على الزيوت الأساسية أو المعطرة بشدة.
- تجنب الاحتكاك والضغط على الجلد، على سبيل المثال بسبب الأحذية الضيقة والملابس المقيدة بحزام وغيره والأقمشة الخام.
- تجنب الضغط الشديد على اليدين والقدمين، مثلاً بسبب العزف على الكمان أو البيانو والرماية والبولنغ. لا تبرم الأغطية الدوارة للكؤوس والقوارير بيديك العاريتين.
- تجنب مواد التنظيف المنزلية ومساحيق غسيل الأطباق والأقمشة.
- تجنب درجات الحرارة القصوى مثل الماء الساخن أو الساونا أو غرفة البخار.
- عدم ممارسة أنواع الرياضة التي تتعرق فيها بشدة أثناء دورات العلاج الكيميائي وفيما بينها.
- لا تمش حافي القدمين.
- استخدم مستحضراً طبياً للعناية باليدين والقدمين.

نوصي بما يلي:

- اتبع علاجاً طبيعياً ورياضياً وحركياً محترفاً وخصوصاً.
- اجراء تمارينات منتظمة على وظائف أصابع اليدين والقدمين.
- اجراء تدرجات حسية مع حمام الفول، كرة القنفذ وباللطف ذات الرغبة الجامدة.
- افحص الجلد بانتظام لمعرفة الإصابات ونقاط الضغط وتوخي الحذر عند قص الأظافر. حسب رغبتك تستطيع تطبيق مقشر بالزيت والسكر: اخلط ملعقة صغيرة من السكر مع ملعقة صغيرة من زيت الزيتون لفرك يديك أو قدميك من مرة إلى مرتين في الأسبوع لمدة تتراوح بين 5-10 دقائق. انتبه لخطر الانزلاق لدى فرك القدم.
- قم باستشارتنا فيما يخص العلاج الطبيعي. يمكنك استعمال مثلاً أكونيت زيت مضاد للألم، زيت الخزامي والملح الأساسي.

أبلغ فريق العلاج الخاص بك في حالة ظهور أي من الأعراض المذكورة أعلاه.

تلقى المساعدة!

قسم الحركة، الرياضة والسرطان

+49 (0)6221 56-5918

krebssport@nct-heidelberg.de

الإرهاك

الإرهاك هو تعب مستمر يصعب التغلب عليه ويترك شعورا بالإرهاق التام على المستوى العاطفي، العقلي والجسدي. يتميز هذا النوع من التعب بكونه غير مرتبط بالساعة البيولوجية الشخصية أو المجهود السابق. لا يجلب النوم أو الراحة أي تحسن كبير في هذا المجال.

يعاني العديد من المرضى من التعب أثناء مرضهم وعلاجهم وغالبا ما تتأثر نوعية حياتهم سلبا جراء ذلك. الأسباب هنا كثيرة، والورم نفسه قد يسبب الإرهاك. ولكن لا ننسى أن أنواع العلاج مثل الكيميائي، الإشعاعي والجراحي قد تكون مسؤولة عن ذلك أيضا. كما يمكن أن يتمثل السبب في الآثار الجانبية المرتبطة بالمرض مثل فقر الدم، الأكم، سوء التغذية أو التغيرات الهرمونية أو الإلتهابات. أخيرا وليس آخرا يلعب الإجهاد العقلي أيضا دورا في تطور التعب. على الرغم من أن الوضع قد يستمر من أسابيع إلى شهور إلا أن الإرهاك عادة ما يتحسن بمرور الوقت. على قدر اختلاف الأسباب تكون أنواع وتوصيات العلاج أيضا مختلفة. لهذا يمكننا فقط إعطاء بعض النصائح العامة هنا. اعتمادا على ما إذا كان نوع الإرهاق هنا عاطفي أو بدني نوصيك عند الضرورة بالتوجه إلى قسم العيادة الخارجية للأمراض النفسية أو قسم "الحركة والسرطان" التابع للمركز الوطني للأمراض الأورام هايدلبرغ.

نوصي بما يلي:

- حاول ايجاد توازن بين مراحل النشاط وفترات الراحة.
- النوم لا يجعل الشخص دائما نشطا. خلال النهار تجنب النوم الطويل بمراحله العميقة.
- قمر بتضمين النشاط البدني الخفيف كعادة منتظمة في روتينك اليومي. ننصحك بالبقاء في نطاق خياراتك.
- المشي المنتظم في الهواء النقي يوفر أكسجيننا إضافيا ويولد الطاقة.
- يمكن للرياضة الخفيفة مثل المشي، ركوب الدراجة والسباحة أن تقلل من التعب. لا تطلب التميز الذي تكون قد حققتة قبل مرضك.

تلقي المساعدة!

علم نفس مرضى الأورام

+49 (0)6221 56-4727

✉ psychoonkologie@nct-heidelberg.de

حركة، رياضة وسرطان

+49 (0)6221 56-5918

✉ krebssport@nct-heidelberg.de



تغيرات في تكوّن الدم

يمكن أن تؤثر علاجات الورم بشكل سلبي على تكون الدم في نخاع العظم.

وهذا ينطبق أيضا على:

- خلايا الدم البيضاء (الكريات البيض)، مما يزيد من ارتفاع خطر العدوى.
- خلايا الدم الحمراء (الكريات الحمراء)، والتي تعد مرادفة لفقر الدم وقد تؤدي إلى التعب والارهاق السريع.
- الصفائح الدموية (الخثرات)، مما يتسبب في ارتفاع الميل إلى النزيف.

خطر العدوى

كما ذُكر سابقا، قد يؤدي العلاج الكيميائي إلى نقص الكريات البيض أي إلى انخفاض إنتاج خلايا الدم البيضاء. نتيجة لذلك يزداد ارتفاع خطر العدوى. قد تكون الحمى أول علامة على وجود العدوى.

إذا ارتفعت درجة حرارة جسمك عن 38 درجة أو عانيت من قشعريرة، فيجب عليك الاتصال فورا بفريق العلاج الخاص بك (انظر «الأعراض التي تحتاج إلى الإبلاغ عنها»). في معظم الحالات سنطلب منك الحضور إلى عيادتنا للتشخيص والعلاج. يجب معالجة العدوى في أسرع وقت ممكن؛ حيث قد يؤدي التأجيل إلى تهديد حياة المريض.

لا تستطيع مواجهة التغيرات التي تطرأ على تكوّن الدم بنفسك من خلال التدابير السلوكية. طبيبك هو من سيتخذ التدابير المناسبة.



علاجات السرطان المُستهدِفة



العلاج بالأجسام المضادة

تأثير

يتم توجيه العلاج بالأجسام المضادة ضد بعض خصائص خلية الورم أو أنها تقوم بتثبيط نمو أو منع الإمدادات عن الخلايا السرطانية.

الآثار الجانبية

في أحسن الحالات يتعرف العلاج بالأجسام المضادة فقط على الخلايا السرطانية. بالرغم من ذلك فإن خصائص الخلايا السرطانية، التي تتعرض للهجوم، قد تحدث أيضا بشكل جزئي في الخلايا السليمة. لذلك قد تسبب هذه الأنواع من العلاج آثارا جانبية. تتوقف الآثار الجانبية على المادة المستعملة في العلاج. سيقوم طبيبك بشرح طريقة العمل بالضبط والآثار الجانبية المحتملة.

العلاجات المناعية

تأثير

تهدف العلاجات المناعية إلى دعم أو تنشيط الدفاع المناعي للجسم بشكل خاص من أجل اكتشاف الخلايا السرطانية ومهاجمتها.

الآثار الجانبية

ينطوي التنشيط الخاص للجهاز المناعي على خطورة استهداف الخلايا المناعية أيضا لخلايا الجسم السليمة وتسبب تفاعلا مناعيا ذاتيا. من الآثار الجانبية نجد مثلا التهاب الجلد والرئة والكبد والغدة الدرقية والكلية أو الجهاز الهضمي. تعتمد ردود الفعل المحتملة على المادة العلاجية. سيقوم طبيبك المعالج بشرحها مفصلا. بالإضافة إلى ذلك يحصل المرضى على بطاقة طوارئ خلال فترة العلاج المناعي.

العلاجات المستهدفة هي أنواع جديدة من علاج السرطان بالأدوية، فهي جزء من العلاج الذي يشار إليه غالبا باسم العلاج المُشخص. يهاجم هذا العلاج بعض سمات أو خصائص معينة تتماشى مع الورم وبالتالي يمكنه إيقاف نمو الورم، إبطاء عملية التمثيل الغذائي أو تنشيط الجهاز المناعي.

وهو يركز على الخصائص البيولوجية للورم. تُسمى هذه الخاصية المتغيرة مقارنة مع الخلية السليمة بالوصمة الحيوية. يستطيع المريض الاستفادة من مثل هذا العلاج المستهدف فقط عندما يكون للورم هذه الخاصية. لذلك هذا العلاج ليس متاحا لكل أنواع الورم. يجب على العلاجات المستهدفة مهاجمة الخلايا السرطانية فقط إن أمكن. ومع ذلك قد تصل الهياكل المستهدفة للعقاقير الجديدة جزئيا أيضا إلى الخلايا السليمة. لهذا تسبب هذه العلاجات في ظهور آثار جانبية.

تستطيع الحصول على المزيد من المعلومات الأساسية من خدمة معلومات السرطان التابعة لمركز أبحاث السرطان الألماني على الرابط التالي

www.krebsinformationsdienst.de

0800 4203040 يوميا من 08:00 - 20:00

المكالمة مجانية

krebsinformationsdienst@dkfz.de

من الجيد معرفة ...

التطبيب الذاتي

يمكن لبعض الأدوية، حتى تلك النباتية التي تبدو غير ضارة، أن تؤثر على أثر علاجات السرطان وعلى آثارها الجانبية.

ينطبق هذا أيضا على:

- الأدوية الموجودة في صندوق الدواء المنزلي مثل أدوية الصداع والنوم.
- الأدوية التي تتناولها بسبب أمراض أخرى مثل أدوية القلب والسكري.
- ما يُسمى بالعلاجات والمكونات الطبيعية التي تعتمد بالأساس على النباتات مثل نبتة العرن، الجريب فروت، القنفذية أو الإشنسا وكذلك نبتة الجنكة.
- المكملات الغذائية مثل الفيتامينات والعناصر النادرة والإنزيمات.

أبلغ فريق العلاج الخاص بك عن علاجك الذاتي في الوقت المناسب، ويُفضل أن يكون ذلك قبل أو في بداية علاج الورم وفي حال ظهور أي تغيير.

طرق الشفاء التكميلية والبديلة

تؤدي الرغبة في النشاط والمساهمة في نجاح العلاج بالعديد من المرضى إلى اتباع علاجات تكميلية. من المهم في هذا السياق التمييز بين العلاج التكميلي والذي له تأثير داعم وثبت علميا (بالأدلة) والطب البديل، الذي غالبا ما يفتقر إلى الدليل وبالتالي يُصنف على أنه مشكوك فيه.

لا يُعتبر كل ماهو نباتي أو طبيعي آمنا للاستخدام إذ يُمكن أن يسبب آثارا جانبية وتفاعلات شديدة.

دع فريق العلاج الخاص بك يقدم لك المشورة المناسبة في إطار رغبتك في اتخاذ تدابير داعمة.

لاتخاذ القرار المناسب قم بالاطلاع على صفحات تقدم لك.

المعلومات مثل www.krebsinformationsdienst.de

أو www.prio-dkg.de

أبلغ فريق العلاج الخاص بك عن العلاجات الداعمة.

الجرعة المناسبة

يتم تنسيق معظم أنواع علاج الورم في جرعاتها لتتوافق معك خصيصا كمريض. مع الجرعة المناسبة والصحيحة يتم تحقيق أفضل نجاح علاجي ممكن. يتم ضبط الجرعة على مساحة سطح الجسم بالمتر المربع والتي تُحسب من طولك ووزن جسمك. لذلك من الضروري أن تعطينا طولك الفعلي في بداية العلاج. نظرا لأن وزن جسمك قد يتعرض للتغير يجب عليك تحديد وزنك الحالي يوم العلاج وتخبرنا به. في حالة وجود تقلبات شديدة في الوزن قد يكون من الضروري ضبط جرعة العلاج.

قسطر بوابي

بشكل عام نوصي بتركيب قسطر بوابي بغرض تقديم المواد المثبطة للخلايا بشكل آمن. إن تقديم الأدوية المثبطة للخلايا عن طريق القسطار الوريدي الطرقي قد يسبب تهيجا أو التهابا وريديا وأضرارا دائمة. الرجاء أن تستعلم عن الطريقة المناسبة لتقديم العلاج لك.

تلقى المساعدة!

للاستشارة حول القسطر البوابي

+49 (0)6221 56-6220

www.klinikum.uni-heidelberg.de/portzentrum

علاج الأسنان

يجب عليك إخبار طبيب الأسنان أنك بصدد تلقي علاج كيميائي بسبب السرطان. من المهم أن تراجعنا قبل حدوث تدخلات جراحية كبيرة في أسنانك. يشمل هذا إزالة سن أو أكثر، علاج جذور أو تلبس الأسنان. في بعض الحالات يجب اجراء استراحة علاجية، حيث أن التدخلات المذكورة قد تؤخر التئام الجروح أو تؤدي إلى عدوى شديدة.

الآثار الجانبية المتأخرة

هناك آثار جانبية لا يمكن أن تحدث إلا بعد أسابيع أو سنوات. إذا اشتكيت من أي شيء وذهبت إلى الطبيب يجب عليك أن تخبره عن علاج الورم، حتى لو كنت قد انتهيت منه بالفعل أو كان ذلك قبل عدة سنوات.

الأعراض التي يجب الإبلاغ عنها

عند ظهور الأعراض المكتوبة باللون البرتقالي يُرجى الاتصال فورا بالفريق المعالج. خارج أوقات دوام المركز الوطني لأمراض الأورام، في الليل أو في عطلة نهاية الأسبوع يجب عليك الاتصال بإحدى عيادات الطوارئ التابعة للمستشفى الجامعي:

☎ +49 (0)6221 56-8611 **المستشفى الطبي**

☎ +49 (0)6221 56-4002 **مستشفى أمراض النساء/ الجلدية**

☎ +49 (0)6221 56-6999 **مستشفى أمراض الرأس**

تجد المعلومات الهامة لفريق العلاج في المركز الوطني لأمراض الأورام هايدلبرغ، والتي يجب أن تدرجها في موعدهك التالي، على الصفحة المقابلة باللون الأزرق.



الحمى	< 38 درجة مئوية
الرئتان	ضيق التنفس صعوبة في التنفس ألم أثناء التنفس سعال علامات الزكام
المثانة	تقلصات المثانة ألم عند التبول دم في البول لون البول غامق جدا رائحة البول كريهة جدا كميات البول قليلة
الأعصاب	وخز في اليدين، الأصابع أو الرجلين إحساس بالخدر أعراض شلل تشنجات عصبية آلام حادة آلام مزمنة
الجهاز الهضمي	آلام في البطن إسهال (< 6 مرات في اليوم أو تشنجات شديدة) دم في البراز قيء (< 5 مرات في اليوم) حرقة في المعدة صعوبة في البلع
الجلد	تشققات في الجلد احمرار كبير أو طفح جلدي بثور في الجلد بثور متقيحة اليرقان
احتباس الماء	تورم الذراعين والساقين
الغشاء المخاطي في الفم	آفات مخاطية (إصابات) حرقة تكون طبقات لا يمكن إزالتها بالشفط شعور بالجفاف

خدمات الاستشارة



كمريض في عيادتنا النهارية ليس فقط الأطباء والممرضون من يقومون بخدمتك وتقديم المساعدة والمشورة إنما أيضا موظفو خدمات الاستشارة للمركز الوطني للأمراض الأورام.

كل مريض له تاريخ منفرد ويبحث بالتالي عن إجابات لكل أسئلته. وهو ما من شأنه، بالإضافة إلى المرض والعلاج، أن يؤثر على مجالات مختلفة من حياته. سواء كان ذلك يتعلق بأسئلة حول التغذية، تخوف أو مخاوف حول الحالة المرضية أو مشاكل يومية معينة مثل رعاية الأطفال، الأعباء المهنية والمالية: نحن موظفو الخدمات الاستشارية في المركز الوطني للأمراض الأورام نأخذ الوقت الكافي لإعلامك وتقديم المشورة والدعم لك وقت الحاجة.

هذا ينطبق أيضا على الأقارب إذ نجتمع مع بعضنا جميعا ونبحث معك عن إمكانيات لحل مشاكلكم والإجابة على أسئلتكم.

إذا كانت لديك أية أسئلة فتواصل مع الممرضين في العيادة الخارجية أو اتصل بنا مباشرة.

يمكن الاطلاع على تفاصيل الاتصال بخدمة الاستشارة في هذا الدليل على الصفحة التالية وفي الكتيب المرفق "معلومات - مشورة - دعم".



خدمة الاستعلامات حول السرطان

التابعة للمركز الألماني لأبحاث السرطان
استشارة تلفونية مجانية:
يوميًا من الساعة 8:00 - 20:00
☎ 0800 4203040
✉ krebsinformationsdienst@dkfz.de
🌐 www.krebsinformationsdienst.de

استشارة سريرية حول الاثبات**المستشفى الطبي**

Im Neuenheimer Feld 410
69120 Heidelberg
☎ +49(0) 6221 56-37922
✉ beate.herrmann@med.uni-heidelberg.de
🌐 www.klinikum.uni-heidelberg.de/ethikberatung

علم نفس مرضى الأورام

المركز الوطني لأمراض الأورام هايدلبرغ
Im Neuenheimer Feld 460
69120 Heidelberg
☎ +49 (0)6221 56-4727
✉ psychoonkologie@nct-heidelberg.de
www.nct-heidelberg.de

فريق الرعاية التلطيفية SAPHiR

Im Neuenheimer Feld 305
69120 Heidelberg
☎ +49 (0)6221 56-35610
✉ NCT.SAPHIR@med.uni-heidelberg.de
www.klinikum.uni-heidelberg.de

الرعاية الروحية

Medizinische Klinik I-IV, Innere Medizin
Im Neuenheimer Feld 410
69120 Heidelberg

الرعاية الروحية الكاثوليكية في المستشفى:

☎ +49 (0)6221 56-36599

الرعاية الروحية البروتستانتية في المستشفى:

☎ +49 (0)6221 56-36546

الرعاية الروحية الإسلامية في المستشفى:

0179 9120631 عربي - ألماني

0152 54648499 تركي - ألماني

عرض للأطفال ذوي الوالدين المصابين بالسرطان

المركز الوطني لأمراض الأورام هايدلبرغ
Im Neuenheimer Feld 460
69120 Heidelberg
☎ +49 (0)6221 56-4727
✉ psychoonkologie@nct-heidelberg.de
🌐 www.klinikum.uni-heidelberg.de

حركة، رياضة مع السرطان

المركز الوطني لأمراض الأورام هايدلبرغ
Im Neuenheimer Feld 460
69120 Heidelberg
☎ +49 (0)6221 56-5918
✉ krebssport@nct-heidelberg.de
🌐 www.nct-heidelberg.de

رعاية تلطيفية للاجتماع

المركز الوطني لأمراض الأورام هايدلبرغ
Im Neuenheimer Feld 305
69120 Heidelberg
☎ +49 (0)6221 56-6331
✉ brueckenpflege@med.uni-heidelberg.de
🌐 www.klinikum.uni-heidelberg.de

العلاج بالتغذية

المركز الوطني لأمراض الأورام هايدلبرغ
Im Neuenheimer Feld 460
69120 Heidelberg
☎ +49 (0)6221 56-37229
✉ ernaehrungstherapie@nct-heidelberg.de
🌐 www.nct-heidelberg.de

مكتب هايدلبرغ للمساعدة الذاتية

Alte Eppelheimer Straße 38
69115 Heidelberg
☎ +49 (0)6221 184290
✉ info@selbsthilfe-heidelberg.de
🌐 www.selbsthilfe-heidelberg.de

في الحالات الطارئة يمكن توفير عضو من الرعاية الروحية ذي خلفيات دينية متنوعة عبر بوابة مستشفى أمراض النساء الجامعي
☎ +49 (0)6221 56-7856

مستشفى الأمراض الصدرية

التابع للمستشفى الجامعي هايدلبرغ

Amalienstraße 5

69126 Heidelberg

☎ +49 (0)6221 396-0

🌐 www.thoraxklinik-heidelberg.de**مركز علاج الأكم والطب التلطيفي**

التابع للمستشفى الجامعي هايدلبرغ

Im Neuenheimer Feld 131

69120 Heidelberg

☎ +49 (0)6221 56-6254

✉ schmerzzentrum@med.uni-heidelberg.de🌐 www.klinikum.uni-heidelberg.de**الخدمة الإجتماعية**

المركز الوطني لأمراض الأورام هايدلبرغ

Im Neuenheimer Feld 460

69120 Heidelberg

☎ +49 (0)6221 56-4477

✉ sozialarbeit@nct-heidelberg.de🌐 www.nct-heidelberg.de**مركز أمراض الثدي في المستشفى****الجامعي للأمراض النسائية**

Im Neuenheimer Feld 440

69120 Heidelberg

☎ +49 (0)6221 56-7856

🌐 www.klinikum.uni-heidelberg.de**مركز القسطر البوابي**

العيادة الخارجية لمستشفى هايدلبرغ الجراحي

Im Neuenheimer Feld 110

69120 Heidelberg

☎ +49 (0)6221 56-6220

🌐 www.klinikum.uni-heidelberg.de/portzentrum

من الألف إلى الياء

هناك بعض المصطلحات التي تواجهك في مرضك ولم تسمعها من قبل. في ما يلي بعض المصطلحات الطبية التي قد تواجهها كجزء من علاجك. بشكل عام: إذا استعصى عليك فهم شيء ما فيرجى السؤال.

العلاج المساعد

هو علاج يأتي بعد الاستئصال الجراحي للورم ويهدف إلى تدمير الخلايا الورمية الدقيقة والكامنة.

داء الثعلبية

تساقط الشعر

فقر الدم

”فقر الدم“، نقصان الكريات الحمر

العلاج المضاد للهرمونات

علاج بالعقاقير يقوم بالضغط على الهرمونات الجنسية. يتم علاج الأورام التي تعمل فيها الهرمونات كمحفز للنمو.

علاج بالأجسام المضادة

علاج موجه بالأدوية ذات الأجسام المضادة تعمل على بُنى معينة على سطح الخلايا السرطانية.

استسقاء بطني

تراكم السوائل في تجويف البطن، مثلاً بسبب تسلسل الورم إلى الصفاق.

حميد

حالة صحية

خزعة

سحب أنسجة من الجسم للفحص النسيجي بهدف إجراء تشخيص دقيق.

الإسهال

إسهال



التقيؤ فيء

كريات الدم الحمراء

خلايا الدم الحمراء التي تنقل الأكسجين.

الهيموغلوبين

لبنة بناء البروتين التي تربط الاوكسيجين في خلايا الدم الحمراء. إن كانت نسبة الهيموغلوبين المقاسة في الدم منخفضة للغاية فيعني هذا أن الجسم يعاني من فقر في الدم.

ورم سرطاني

ورم خبيث، سرطان

العلاج الإستشفائي

علاج استشفائي

الكريات البيض

خلايا الدم البيضاء وظيفتها الدفاع ضد مسببات الأمراض والأجسام الغريبة. وهي جزء من الجهاز المناعي.

خبيث

خبيث

نقائل سرطانية

نقائل سرطانية لورم خبيث ناتجة عن انتشار الخلايا السرطانية من الورم الأصلي (الورم الرئيسي).

الغثيان

غثيان، ميل للقيء

العلاج قبل الإستئصال

وهو علاج قبل الاستئصال الجراحي المُخطط له للورم الهدف منه تقليله وقتل الأورام الدقيقة المُحتملة في وقت مبكر. علاوة على ذلك يمكن تقييم استجابة الورم للعلاج.

الاعتلال العصبي

اعتلال الأعصاب والذي يسبب عدم الراحة مثل التمثل، الوخز أو الخدر.

وذمة

احتباس الماء في الأنسجة خاصة في اليد والكاحلين والجفون.

العلاج المسكن

يهدف هذا العلاج إلى تخفيف الأعراض وتحسين نوعية الحياة.

الانصباب الجنبي

تراكم السوائل في الفجوة بين الرئة وجدار الصدر، مثلا بسبب الإصابة بورم غشاء الجنب.

القسطرة البوابية

مدخل دائم مزروع تحت الجلد للوصول إلى الدورة الدموية في الأوردة بهدف الحقن وسحب الدم.

الانتكاس

انتكاس، معاودة ظهور الورم بعد العلاج السابق.

العقد اللمفاوية الحارسة

”حارس“ العقد اللمفاوية. العقدة اللمفاوية الأولى داخل منطقة تصريف لمفاوي محددة.

تحديد درجة الانتشار

تقييم مدى انتشار الورم مثلا بواسطة الموجات فوق الصوتية للمنطقة العليا من البطن، تصوير ومضي للهيكل، أشعة سينية للصدر، تصوير مقطعي محوسب، تصوير بالرنين المغناطيسي.

الأدوية الداعمة

علاج داعم؛ مصطلح عام للأدوية والتدابير التي تُستخدم لمنع أو تخفيف الأعراض والآثار الجانبية للعلاج مثل العلاج الكيميائي.

الصفائح الدموية

الصفائح الدموية، وظيفتها مهمة تتمثل في الإرقاء أي وقف نزيف الدم والتئام الجروح.

واصر ورمي

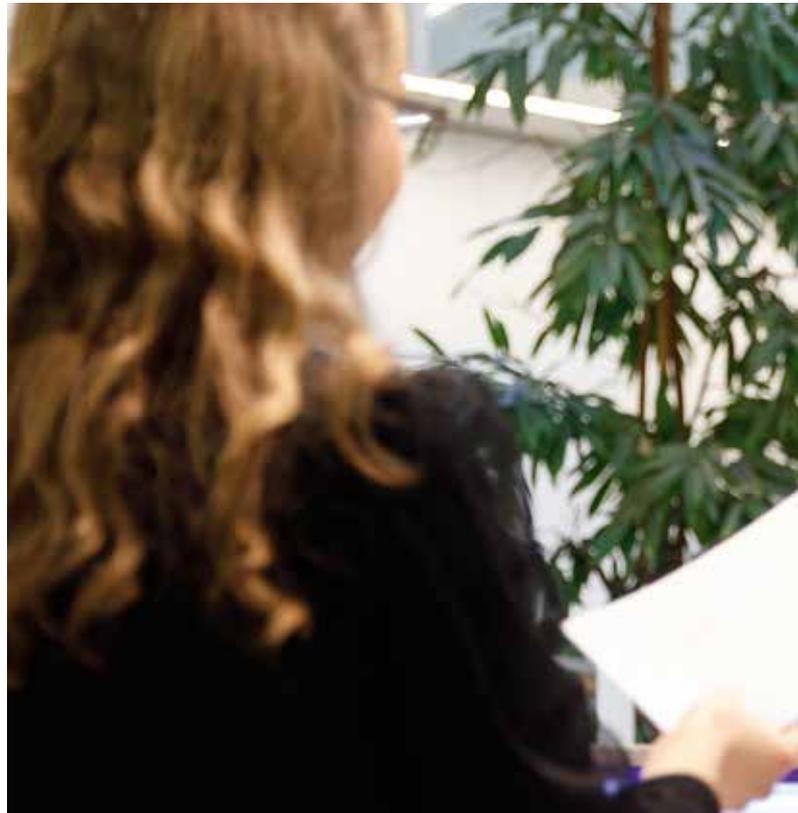
البروتينات الناتجة عن الورم والتي يمكن اكتشافها في الدم.

دورة العلاج

المعنى من هذا اللفظ في سياق علاج الورم هو تسلسل مراحل العلاج.

العلاج الكيماوي

هي الأدوية التي تُعطى بالتسريب أو على شكل أقراص، الهدف منها تثبيط أو تدمير الخلايا الخبيثة أثناء نموها. يُسمى العلاج بمثبطات الخلايا العلاج الكيماوي.

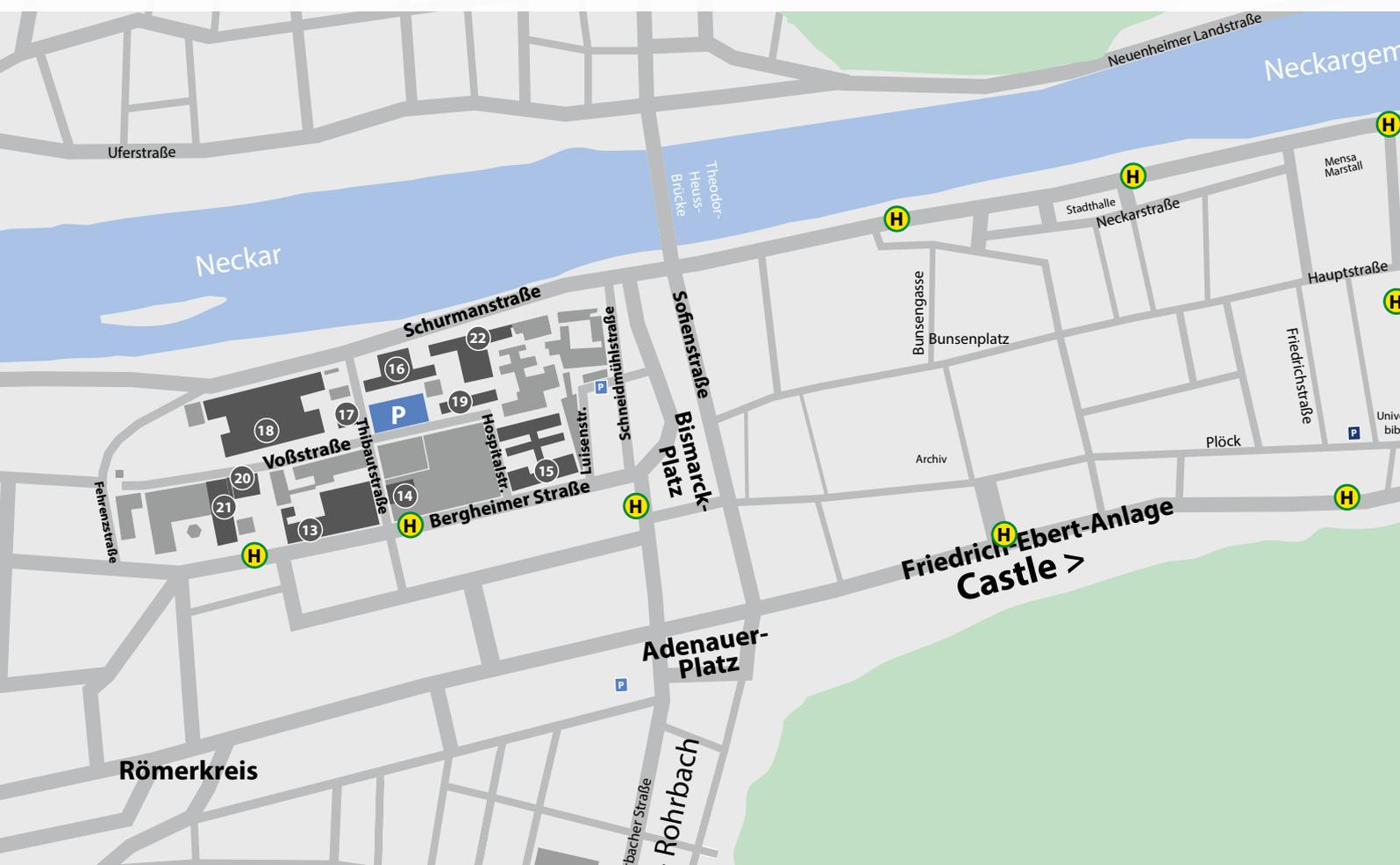


هایدلبرگ، برغهایم

Bergheimerstraße 54	Family Therapy	13
Thibautstraße 3	Clinical social medicine	14
Bergheimerstraße 20	Medical Psychology	15
Voßstraße 2–4	Psychiatric Outpatient Clinic	16
Thibautstraße 2	Psychosomatic Outpatient Clinic	17
Voßstraße 4	Psychiatric Hospital (Entrance)	18
Voßstraße 2	Prinzhorn Collection	19
Voßstraße 11	Child and Adolescent Psychiatry /Medical Services	20
Bergheimerstraße 58	Psychosomatic and Psychiatric Hospital	21
Voßstraße 2, Building 4410	Coordination center for clinical studies	22

هایدلبرگ، نوینهایمرفیلد

INF 400	Center for Otorhinolaryngology	1
INF 410	Department for Internal Medicine	2
INF 430	Children's Hospital	3
INF 131	Pain Center	4
INF 110	Department of Surgery	5
INF 224/220/221	Pathological Institute	6
INF 280	DKFZ (German Cancer Research Center)	7
INF 305	Institute for Immunology, Medical Biometry and Computer Science	8
INF 366	Institute for Human Genetics	9
INF 450	Ion Beam Therapy Center	10
INF 460	NCT	11
INF 440	Women's and Dermatology Hospital, Genetic Outpatient Clinic	12



33

أماكن ركن للمرضى والزوار
الصراف الآلي

Im Neuenheimer Feld (INF)



Dossenheimerstraße

Blumenthalstraße

Mönchhofstraße

Berlinerstraße

Jahnstraße

Vangerowstraße

Bergheimer Straße

Mittermaierstraße

Central Station

Neuenheimer
Gartenbrücke

< Mannheim
Airport
A 656

Mannheimer Straße

Wieblinger Weg

Stauwehr

Ernst-Walz-
Brücke

Technologiepark

Klausenpfad

Public
swimming
pool

ZOO

Canteen

Botanic Garden

Kirschnerstraße

Petrol Station

P 699

P VZM Süd

P 3

P 8

P 7

P 22

P 300

P 160

P 35

P

11

12

10

1

9

2

8

7

6

5

4

3

33

B 3

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

Tiergartenerstraße

Tiergartenerstraße

Stauwehr

Ernst-Walz-
Brücke

Mannheimer Straße

Wieblinger Weg

Neuenheimer
Gartenbrücke

< Mannheim
Airport
A 656

Central Station

Mittermaierstraße

Bergheimer Straße

Vangerowstraße

Jahnstraße

Berlinerstraße

Mönchhofstraße

Blumenthalstraße

Klausenpfad

Technologiepark

Public
swimming
pool

ZOO

Canteen

Botanic Garden

Kirschnerstraße

Petrol Station

P 699

P VZM Süd

P 3

P 8

P 7

P 22

P 300

P 160

P 35

P

11

12

10

1

9

2

8

7

6

5

4

3

33

B 3

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

Tiergartenerstraße

Tiergartenerstraße

Stauwehr

Ernst-Walz-
Brücke

Mannheimer Straße

Wieblinger Weg

Neuenheimer
Gartenbrücke

< Mannheim
Airport
A 656

Central Station

Mittermaierstraße

Bergheimer Straße

Vangerowstraße

Jahnstraße

Berlinerstraße

Mönchhofstraße

Blumenthalstraße

Klausenpfad

Technologiepark

Public
swimming
pool

ZOO

Canteen

Botanic Garden

Kirschnerstraße

Petrol Station

P 699

P VZM Süd

P 3

P 8

P 7

P 22

P 300

P 160

P 35

P

11

12

10

1

9

2

8

7

6

5

4

3

33

B 3

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

Tiergartenerstraße

Tiergartenerstraße

Stauwehr

Ernst-Walz-
Brücke

Mannheimer Straße

Wieblinger Weg

Neuenheimer
Gartenbrücke

< Mannheim
Airport
A 656

Central Station

Mittermaierstraße

Bergheimer Straße

Vangerowstraße

Jahnstraße

Berlinerstraße

Mönchhofstraße

Blumenthalstraße

Klausenpfad

Technologiepark

Public
swimming
pool

ZOO

Canteen

Botanic Garden

Kirschnerstraße

Petrol Station

P 699

P VZM Süd

P 3

P 8

P 7

P 22

P 300

P 160

P 35

P

11

12

10

1

9

2

8

7

6

5

4

3

33

B 3

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

Tiergartenerstraße

Tiergartenerstraße

Stauwehr

Ernst-Walz-
Brücke

Mannheimer Straße

Wieblinger Weg

Neuenheimer
Gartenbrücke

< Mannheim
Airport
A 656

Central Station

Mittermaierstraße

Bergheimer Straße

Vangerowstraße

Jahnstraße

Berlinerstraße

Mönchhofstraße

Blumenthalstraße

Klausenpfad

Technologiepark

Public
swimming
pool

ZOO

Canteen

Botanic Garden

Kirschnerstraße

Petrol Station

P 699

P VZM Süd

P 3

P 8

P 7

P 22

P 300

P 160

P 35

P

11

12

10

1

9

2

8

7

6

5

4

3

33

B 3

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

Tiergartenerstraße

ادعم عمل المركز الوطني للأمراض الأورام

هدفنا هو الانتصار على السرطان. بفضل دعمكم سنصل إلى هذا الهدف قريباً.

زر صفحة التبرع لدينا

🌐 www.nct-heidelberg.de/spenden

تواصل معنا

Im Neuenheimer Feld 460,

Heidelberg 69120

☎ +49 (0)6221 56-5755

✉ spenden@nct-heidelberg.de

حساب التبرع للمركز الوطني للأمراض الأورام

Nationales Centrum für

Tumorerkrankungen Heidelberg

LBBW Stuttgart

IBAN: DE64 6005 0101 7421 5004 29

D 100 70680 P : (الرجاء الإدلاء به)

هيئة التحرير

الناشر

المركز الوطني للأمراض الأورام هايدلبرغ في

Im Neuenheimer Feld 460,

69120 Heidelberg,

🌐 www.nct-heidelberg.de

فكرة

إيفا كلاين ممرضة، أخصائية تمريض للرعاية التلطيفية، المركز الوطني للأمراض

الأورام هايدلبرغ، نيكول لودفيغ، ممرضة متخصصة في قسم الأورام، مركز

الأبحاث الألماني للسرطان هايدلبرغ

تأليف وإدارة المشروع

إيفا كلاين ممرضة، أخصائية تمريض للرعاية التلطيفية، المركز الوطني للأمراض

الأورام هايدلبرغ، د. فريديريكه فلنبرغ قسم التواصل، المركز الوطني للأمراض

الأورام هايدلبرغ

استشارات متخصصة

مارتن إهمان صيدلاني متخصص في الصيدلة السريرية، المعالجة المثلية

والعلاج الطبيعي، المستشفى الجامعي هايدلبرغ، الأستاذة د. جيسিকা هاسل،

رئيسة مركز سرطان الجلد والمشرقة عليه، المركز الوطني للأمراض الأورام

هايدلبرغ، البروفيسور الدكتور يورغن كراوس رئيس قسم علاج المناعة، المركز

الوطني للأمراض الأورام هايدلبرغ، د. عماد معتوق رئيس قسم العيادة

الخارجية لعلم نفس مرضى الأورام، المركز الوطني للأمراض الأورام هايدلبرغ،

البروفيسور الدكتور شنيفايس رئيس قسم الأورام النسائية، المركز الوطني

لأمراض الأورام هايدلبرغ، يورغن فالتر رئيس قسم الخدمات الاجتماعية،

المركز الوطني للأمراض الأورام هايدلبرغ

المصادر

A. Margulies, Th. Kroner, A. Gaisser, I. Bachmann-Mettler (2017)

Onkologische Krankenpflege. Springer-Verlag, Th. Kroner, A. Margulies, Ch.

Taverna, C. Studer (2017) *Medikamente in der Tumorthapie: Handbuch für die*

Pflegepraxis. Springer-Verlag, Krebsinformationsdienst am DKFZ Heidelberg

PRIO Prävention und Integrative Onkologie, eine Arbeitsgemeinschaft der

Deutschen Krebsgesellschaft DKG

تصميم

Unit Werbeagentur ش.ذ.م.م.، فاينهايم

طباعة

NINO Druck GmbH

دليل الصور

المركز الوطني للأمراض الأورام هايدلبرغ، فيليب بنيامين، فرانك أوكرت

pixabay.com, 123rf.de

من أجل قراءة النص بشكل أفضل، تم حذف استخدام كلا النوعين من أشكال الجنس.

لا يوجد تفضيل لجنس على آخر.



قوي من خلال شركاء أقوياء

في المركز الوطني للأمراض الأورام هايدلبرغ يشترك كل من مركز أبحاث السرطان الألماني ومستشفى هايدلبرغ الجامعي في جهودهما لصالح جميع المرضى. تقوم هيئة مكافحة السرطان الألمانية بدعم المركز الوطني للأمراض الأورام باعتباره مركزاً رائداً في أمراض الأورام.

www.nct-heidelberg.de

المركز الوطني للأمراض الأورام هايدلبرغ

إن مستشفى هايدلبرغ الجامعي هو أحد أهم المراكز الطبية في ألمانيا. كما تُعد كلية الطب واحدة من مؤسسات البحوث الطبية المشهورة عالمياً. الهدف المشترك هو تطوير التشخيص والعلاجات



HEIDELBERG
UNIVERSITY
HOSPITAL

المبتكرة بالإضافة إلى تطبيقها بسرعة لصالح المريض. يعمل في المستشفى والكلية حوالي 13,000 ويتم تدريب ما يقارب من 4,000 طالب. في أكثر من 50 قسم سريري مختص ذي 2,000 سرير يوجد أكثر من 65,000 مريض من ذوي الإقامة الكاملة، و56,000 مريض وأكثر من 1,000,000 مريض يتم علاجهم كل سنة في العيادة الخارجية.

يُعد مركز الأبحاث الألماني للسرطان الذي يضم أكثر من موظف 3,000 أكبر مؤسسة للأبحاث الطبية

dkfz.

GERMAN
CANCER RESEARCH CENTER
IN THE HELMHOLTZ ASSOCIATION

الحيوية في ألمانيا. في مركز الأبحاث الألماني للسرطان يقوم أكثر من 1,000 عالم وعالمة بإجراء بحوث حول كيفية تطور السرطان، تسجيل عوامل الخطورة والبحث عن استراتيجيات جديدة تمنع إصابة الناس به. يتم تمويل المركز من الوزارة الاتحادية للتعليم والبحث العلمي بنسبة 90% والـ 10% من ولاية بادن فوتمبرغ وهو عضو في جمعية هلمهولتس لمراكز البحوث الألمانية.

تأسست المعونة الألمانية ضد السرطان في



عام 1974 على يد الدكتور ملديرد شيل. هدف هذه المنظمة غير الربحية هو مكافحة أمراض السرطان بجميع مظاهره. تعتبر منظمة المعونة الألمانية ضد السرطان من أهم الممولين من القطاع الخاص في مجال أبحاث السرطان في ألمانيا.





NATIONAL CENTER
FOR TUMOR DISEASES
HEIDELBERG

supported by
German Cancer Research Center (DKFZ)
Heidelberg University Medical Center
Hospital for Thoracic Diseases
German Cancer Aid

www.nct-heidelberg.de/en



HEIDELBERG
UNIVERSITY
HOSPITAL



GERMAN
CANCER RESEARCH CENTER
IN THE HELMHOLTZ ASSOCIATION

