

السرطان



إعداد: د. علي العمري، د. منير الرفاعي، د. سارة الورثان، د. عائشة العصيل
مستشفى الملك فهد الجامعي بالخبر
جامعة الدمام

سجل ٧,٦ مليون حالة وفاة في عام ٢٠٠٨ وأصاب ١٣٢٥٤ في المملكة
السرطان يهدد حياة ١٣,١ مليون رجل وامرأة بحلول ٢٠٣٠

يعتبر مرض السرطان من أهم أسباب الوفاة في جميع أرجاء العالم، حيث تسبب هذا المرض في وفاة ٧,٦ مليون نسمة (نحو ١٣ % من مجموع الوفيات) في عام ٢٠٠٨. ويطلق مصطلح "السرطان" على مجموعة الأمراض التي تتميز بنمو وتكاثر غير طبيعي للخلايا التي تؤدي لتدمير الخلايا السليمة الأخرى في الجسم، وللخلايا السرطانية القدرة على التكاثر والانتقال من عضو لآخر في جسم الإنسان، فما أهم الحقائق التي يجب أن نعرفها عن هذا المرض؟

حقائق وإحصائيات

تقف سرطانات الرئة والمعدة والكبد والقولون والثدي وراء معظم الوفيات التي تحدث كل عام جراء السرطان، هناك اختلاف بين الرجال والنساء فيما يخص أنواع السرطان الأكثر شيوعاً.

تحدث ٣٠ % من الوفيات الناجمة عن السرطان بسبب عوامل خطر سلوكية وغذائية رئيسة منها عدم تناول الفواكه والخضراوات بشكل كاف، وقلة النشاط البدني، والتدخين. يقف التدخين وراء ٢٢ % من وفيات السرطان العالمية و ٧١ % من الوفيات الناجمة عن سرطان الرئة.

العدوى التي تسبب السرطان؛ مثل العدوى الناجمة عن فيروس التهاب الكبد B أو C وفيروس الورم الحليمي البشري، مسؤولة عن نحو ٢٠% من وفيات السرطان التي تحدث في البلدان المنخفضة الدخل والبلدان المتوسطة الدخل .

من الملاحظ أنّ نحو ٧٠ % من مجمل وفيات السرطان التي سُجلت عام ٢٠٠٨ حدثت في البلدان المنخفضة الدخل والبلدان المتوسطة الدخل، من المتوقع أن يتواصل ارتفاع عدد الوفيات الناجمة عن السرطان على الصعيد العالمي، وأن يناهز ١٣,١ مليون وفاة في عام ٢٠٣٠. وتشير الإحصائيات الصادرة من وزارة الصحة السعودية إلى أن نسبة الإصابة بالسرطان بين أفراد المجتمع السعودي بلغت ١٣٢٥٤ حالة حتى عام ٢٠٠٩ م.

هل نسب الوفيات الناجمة عن السرطان تعتبر مرتفعة؟

بالتأكيد فالسرطان من أهم أسباب الوفاة في جميع أرجاء العالم، فقد تسبب هذا المرض في وفاة ٧,٦ مليون نسمة (نحو ١٣ % من مجموع الوفيات) عام ٢٠٠٨، وفيما يلي أهم أنواع السرطان والوفيات الناجمة عنها:

- سرطان الرئة (١,٣٧ مليون وفاة)
- سرطان المعدة (٧٣٦ ٠٠٠ وفاة)
- سرطان الكبد (٦٩٥ ٠٠٠ وفاة)
- السرطان القولوني المستقيمي (٦٠٨ ٠٠٠ وفاة)
- سرطان الثدي (٤٥٨ ٠٠٠ وفاة)
- سرطان عنق الرحم (٢٧٥ ٠٠٠ وفاة)

هل هناك أعراض للمرض ؟ وما هي ؟

نعم، ويمكن حصر أهم الأعراض فيما يلي:

- الإحساس بالتعب الشديد.
- فقدان الوزن دون سبب واضح.
- الحمى والتعرق الليلي.
- تغيرات في الجلد، كالأحمرار، الانتفاخ، تغير اللون لداكن، أو ظهور كتل تحت الجلد وتغيرات واضحة في الشامّة أو الثؤلول.
- تغيرات في عادات التبرز كالإمساك والإسهال.
- السعال المستمر.

- آلام مستمرة في مفاصل وعضلات الجسم .
- إفرازات غير طبيعية أو نزف.

ما أسباب المرض ؟

السبب الأساس لتكون الخلايا السرطانية هو حدوث تغير جيني للحمض النووي للخلية؛ ما يجعلها تنقسم بشكل غير منتظم وسريع جداً، مؤدياً لإنتاج خلايا مشوهة، وهي تسمى الخلايا السرطانية.

ما الأسباب المؤدية لحدوث التغيرات الجينية للخلايا؟

هناك نوعان من مسببات المرض:

- ١- أسباب داخلية غير معروفة.
- ٢- أسباب ومؤثرات خارجية باتت معروفة كالتعرض لبعض أنواع الأشعة والمواد الكيماوية المسرطنة والتدخين.

ما أهم عوامل الخطورة المؤدية للإصابة بالسرطان؟

أهم عوامل الخطورة المؤدية للإصابة هي :

- استهلاك التبغ أو مشتقاته.
- زيادة الوزن أو السمنة.
- قلة تناول الخضراوات والفاكهة.
- الخمول البدني.
- تعاطي الكحول.
- أنواع العدوى المنقولة جنسياً مثل العدوى بفيروس الإيدز والفيروس المسبب لسرطان عنق الرحم.
- تلوث الهواء في المدن.
- التعرض للدخان الناجم عن حروق الوقود الصلب داخل المباني.
- التاريخ العائلي للإصابة بالسرطان: تتحمل الوراثة ٥-١٠ % من نسبة الإصابة بالسرطان؛ تذكر الدراسات أن بعض أنواع السرطان تنتقل بالوراثة كسرطان الثدي مثلاً، لكن ليس بالضرورة أن كل من لديه عامل وراثي يصاب بالسرطان.
- وجود مضاعفات لأمراض مزمنة كالتهابات الأمعاء والقولون المتكررة قد تزيد احتمال الإصابة بالسرطان.
- البيئة المحيطة : التواجد في المناطق الصناعية والعمل في أماكن يكثر فيها التعرض لمواد كيماوية يزيد احتمال الإصابة بالسرطان.

- العمر: معظم حالات السرطان تكتشف عند سن ٥٥ وأكبر، إلا أن السرطان ممكن أن يُكتشف عند أية مرحلة عمرية.
- الحالة الصحية: هناك علاقة بين الأمراض المزمنة والسرطان مثل مرض التهاب القولون المزمن.

هل من سبيل للحد من خطورة المرض ؟

يمكن الحد من خطورة السرطان إذا تم الكشف عن الحالات وعلاجها في المراحل المبكرة، وتنقسم جهود الكشف المبكر عن السرطان إلى عنصرين:

١- التشخيص المبكر: وهو التعرف على علامات السرطان الأولى (مثل العلامات التي تميز سرطان عنق الرحم وسرطان الثدي والسرطان القولوني المستقيمي وسرطان الفم) من أجل تيسير التشخيص والعلاج قبل أن يبلغ المرض مراحل متقدمة.

وتكتسي برامج التشخيص المبكر أهمية خاصة في الأماكن الشحيحة الموارد، حيث يتم تشخيص معظم الحالات عندما يكون المرض قد بلغ مراحل متقدمة للغاية، وحيث تتعدم وسائل تحري المرض.

٢- التحري: وهو السعي بشكل منهجي إلى تطبيق اختبار على سكان لا تظهر عليهم أية أعراض، والغرض من ذلك هو الكشف عن حالات شاذة توحى بوجود سرطانات معينة أو حالات سابقة للسرطان وإحالتها بسرعة إلى المرافق المعنية للاستفادة من خدمات التشخيص والعلاج.

وتضمن برامج التحري فعالية خاصة فيما يخص أشكال السرطان الشائعة التي يوجد بخصوصها اختبار تحر عالي المردود وميسور التكلفة ومقبول ومتاح لمعظم السكان المعرضين للخطر. وفيما يلي بعض أساليب التحري عن المرض:

- الفحص البصري باستخدام حمض الأسيتيك، لتحري سرطان عنق الرحم في الأماكن الشحيحة الموارد.

- اختبار لطاخة بابا نيكولا، لتحري سرطان عنق الرحم في الأماكن المتوسطة الدخل والأماكن المرتفعة الدخل.

- تصوير الثدي الشعاعي، لتحري سرطان الثدي في الأماكن المرتفعة الدخل.

وقد يقوم الطبيب بأحد الإجراءات التالية لتشخيص المرض حسب حالة المريض وهي:

- الفحص السريري: يفحص الطبيب جسم المريض، ويبحث عن أي كتلة أو تغير في لون الجلد، أو زيادة في الحجم تدل على حدوث السرطان.

- فحوصات المختبر : ويتم ذلك بأخذ عينة من الدم، للكشف عن السرطان مثل سرطان الدم.

- الأشعة : تعمل الأشعة على فحص العظام والأعضاء الداخلية مثل الأشعة الصوتية، وأشعة العظام، والتصوير بالرنين المغناطيسي، والأشعة المقطعية.

• الخزعة : هناك طرق مختلفة لجمع عينة الخزعة، ويعتمد أخذ الخزعة على نوع السرطان وموقعه في الجسم، وفي معظم حالات السرطان يكون هذا الفحص أفضل طريقة لتشخيص المرض.

يساعد تشخيص السرطان في مرحلة مبكرة على سرعة علاج الحالة، ومن ثم الشفاء بإذن الله، ويساعد الفحص الطبي الدوري على اكتشاف السرطان في مرحلة مبكرة، ويجرى بصورة منتظمة للفئات الأكثر عرضة للإصابة بالمرض، وقد أوصت الجمعية الأمريكية للسرطان بمجموعة فحوصات طبية تجرى للوقاية من السرطان للبالغين.

من هي الفئة الأكثر عرضة للإصابة ؟ وهل للسن دور في ذلك ؟

السن له دور خاصة عند النساء، ويمكن تصنيف احتمالات الإصابة بأنواع معينة من السرطان، كالتالي:

- النساء من سن ٢١ فأكبر أكثر عرضة لسرطان عنق الرحم.
- النساء من ٤١ فأكبر أكثر عرضة لسرطان الثدي.
- النساء والرجال من سن ٥٠ فأكبر أكثر عرضة لسرطان القولون.
- الرجال من سن ٥٠ سنة فأكبر أكثر عرضة لسرطان البروستات.

ما مراحل الإصابة بالسرطان ؟

بشكل عام يمكن تصنيف السرطان بأربع مراحل، وتعد المرحلة الرابعة الأكثر خطورة.

ما مضاعفات السرطان ؟

يتضاعف المرض في شكل المراحل التالية:

- التفاعل غير الطبيعي للجهاز المناعي مع السرطان : في بعض الحالات يتفاعل الجهاز المناعي ويهاجم الخلايا السليمة.
- انتشار المرض: قد يهاجم السرطان أجزاء أخرى من الجسم، وغالبًا يمكن التحكم فيه ؛ لكن لا يمكن علاجه.
- عودة المرض مرة أخرى : بعض أنواع السرطان من الممكن أن تعاود الظهور مرة أخرى، لذلك من المهم متابعة الحالة بعد العلاج، وعمل الفحوصات الطبية الدورية.

ما أهم ما يجب أن نعرفه عن علاج هذا المرض؟

يجب أن نعرف أن العلاج يعتمد على عوامل هي:

١- نوع السرطان.

٢- نوع الخلايا وحجمها وموقعها.

- ٣- المرحلة التي وصل إليها.
- ٤- الحالة الصحية للمريض.
- ٥- تقبل الجسم المصاب العلاج.

أنواع العلاج وطرق الاستخدام

يقتضي العلاج الحرص بعناية على اختيار تدخل واحد أو مجموعة من التدخلات، مثل الجراحة والمعالجة الإشعاعية، والمعالجة الكيميائية، والغرض المنشود هو ضمان الشفاء للمرضى، وتحسين نوعية حياتهم، ويكمل الدعم النفسي خدمات التشخيص والعلاج. وتقسم طرق العلاج إلى:

- العلاج الجراحي: للتخلص من الورم.
- العلاج الكيميائي: وهو أدوية تعمل على قتل الخلايا السرطانية.
- العلاج الإشعاعي: باستخدام أشعة عالية الطاقة مثل أشعة إكس.
- زراعة خلايا الجذع: بواسطة نقل نخاع العظم، ويمكن أن يؤخذ من المريض أو من متبرع.
- العلاج البيولوجي: يساعد الجهاز المناعي للجسم على الكشف عن الخلايا السرطانية ومحاربتها.
- العلاج الهرموني: بعض أنواع السرطان تتغذى على هرمونات الجسم مثل سرطان الثدي والبروستات، فعند التخلص من هرمون الجسم تموت الخلية السرطانية.
- العلاج التلطيفي: وهو العلاج بغرض التحكم في مضاعفات المرض.

هل يمكن علاج السرطانات التي يمكن الكشف عنها في مراحل مبكرة؟

يتسم بعض أكثر أنواع السرطان شيوعاً، مثل سرطان الثدي وسرطان عنق الرحم وسرطان الفم والسرطان القولوني المستقيمي، بمعدلات شفاء مرتفعة عندما يتم الكشف عنها في مراحل مبكرة وعلاجها استناداً إلى أفضل الممارسات في هذا المجال.

ما سبل علاج السرطانات الأخرى التي يمكن الشفاء منها؟

يتسم بعض أنواع السرطان من قبيل سرطانات الدم والأورام اللمفية التي تصيب الأطفال والأورام المنوية الخصيوية، رغم انتشارها الواسع، بمعدلات شفاء مرتفعة إذا تم توفير العلاج المناسب للمصابين بها.

ما الرعاية الملطفة؟

الرعاية الملطفة عبارة عن علاج يرمي إلى التخفيف من الأعراض الناجمة عن السرطان، بدلاً من علاجها، وتمكّن تلك الرعاية من ضمان المزيد من الراحة للمرضى؛ وهي من الاحتياجات الإنسانية الملحة بالنسبة لكل المصابين بالسرطان وغيره من الأمراض المزمنة المميتة في جميع أنحاء العالم.

وتمس الحاجة إلى تلك الرعاية بوجه خاص في الأماكن التي ترتفع فيها أعداد المرضى المصابين بحالات متقدمة تقلّ حظوظ الشفاء منها.

ويمكن عن طريق الرعاية الملطفة، التخفيف من المشكلات الجسدية والنفسية الاجتماعية والروحانية لدى أكثر من ٩٠ % من المصابين بحالات سرطانية متقدمة، وهنا نتطرق للاستراتيجيات الصحية العمومية الفعالة، التي تشمل الرعاية المجتمعية والمنزلية، من التدابير الضرورية لتوفير خدمات التخفيف من الألم وخدمات الرعاية الملطفة للمرضى وأسرهم في الأماكن الشحيحة الموارد. كذلك لا بدّ من تحسين فرص الحصول على المورفين الفموي للتخفيف من الألم المعتدل إلى الشديد الذي يعاني منه أكثر من ٨٠ % من مرضى السرطان في مرحلة المرض النهائية.

هل من سبل للوقاية من السرطان ؟

حتى الآن لا توجد طريقة محددة للوقاية من السرطان، لكن هناك عوامل تقلل من خطورة المرض، وهي كالتالي:

- الامتناع عن التدخين: فهناك علاقة قوية بين السرطان والتدخين، خصوصاً سرطان الرئة.
- تجنب التعرض المباشر لأشعة الشمس، خصوصاً الأشعة فوق البنفسجية الضارة، بالجلوس في الظل، وارتداء الملابس الواقية، واستخدام كريم واقٍ من أشعة الشمس.
- التغذية السليمة: باختيار الأغذية الغنية بالفاكهة والخضراوات، واختيار الحبوب الكاملة كالشوفان، والأرز البني، والقمح المجروش.
- مارس الرياضة بانتظام: ممارسة الرياضة لمدة ٣٠ دقيقة يومياً تساعد على تقليل فرصة حدوث السرطان.
- الحفاظ على الوزن المثالي، حيث أثبتت الأبحاث أن هناك علاقة بين السمنة والسرطان، ويمكن الوصول إلى الوزن المثالي بالرياضة المنتظمة والتغذية السليمة.
- إجراء الفحص الطبي بانتظام.
- التطعيمات حيث توجد فيروسات محددة تسبب السرطان مثل: فيروس التهاب الكبد الوبائي (ب) الذي يسبب سرطان الكبد، والفيروس المسبب لسرطان عنق الرحم، وبإمكان التطعيم أن يقيك - بإذن الله - من هذه الفيروسات.
- أخذ قسط كافٍ من النوم والراحة.
- تجنب ضغوط الحياة وممارسة الهوايات.

نسمع عن سرطان الغدد الليمفاوية فما هو؟

تسمى العُقد الليمفاوية الغدد الليمفاوية، وتلعب دوراً حيوياً في قدرة الجسم على محاربة الفيروسات والبكتيريا وغيرها من أسباب الأمراض. ويتألف النظام الليمفاوي من شبكة من الأعضاء والأوعية والعُقد

الليمفاوية الموجودة في جميع أنحاء الجسم، فهناك نحو ٦٠٠ عُقدة ليمفاوية يقع معظمها في الرأس والعنق، وفي منطقتي الإبط والفخذ.

العُقدة الليمفاوية عقد صغيرة تشبه حبة الفاصوليا، وهي مجموعة من الخلايا على شكل كبسولة من النسيج الضام، وهذه الخلايا هي مجموعة من الخلايا اللمفية التي تنتج البروتين والجزيئات التي تستحوذ على الميكروبات، مثل الفيروسات، وتعمل اللمفاويات على تصفية السائل الليمفاوي المتنقل في الجسم. وتقع الغدد الليمفاوية في مجموعات، وكل مجموعة تخص منطقة معينة من جسمك، وغالبًا يقع التضخم في العنق، الذقن، والإبط ومنطقة الفخذ، كما أن موقع تضخم الغدد الليمفاوية قد يساعد على تحديد السبب الكامن وراء الإصابة.

وغالبًا عندما تتورم العقد الليمفاوية تكون ملتهبة نتيجة الإصابة بالعدوى، ومع ذلك هناك العديد من الأسباب المحتملة، لتضخم الغدد الليمفاوية، ويعتمد علاج التهاب وتورم الغدد الليمفاوية على مسبب المرض.

ما أعراض سرطان الغدد الليمفاوية؟

تتشابه أعراض الإصابة بسرطان الغدد الليمفاوية لدى الأطفال والبالغين، ومن أهم أعراض وعلامات المرض تورم الغدد الليمفاوية في الجسم (قد يصاحب ذلك وجود ألم أو دون ألم)، والشعور بالتعب والإرهاق، والحمى، والتعرق الليلي، والحكة، ونقص الوزن غير المبرر.

ما أسباب الإصابة بسرطان الغدد اللمفاوية ؟

مازالت أسباب الإصابة بسرطان الغدد الليمفاوية غير واضحة، ولكن هناك بعض العوامل التي قد تزيد فرصة حدوث المرض كالوراثة وأمراض المناعة والإصابة بالعدوى الفيروسية (نقص المناعة البشرية والتهاب الكبد سي) والإصابة بالبكتريا والتعرض للمواد الكيميائية كالمبيدات والأسمدة والمذيبات.

ما سبل علاج سرطان الغدد الليمفاوية ؟

يعتمد العلاج على نوع السرطان ومدى سرعة تكاثره ومرحلة التشخيص، ومن المهم تحديد عمر المريض وحالته الصحية، وقد يكون العلاج بالأشعة أو الجراحة أو العلاج الكيميائي.