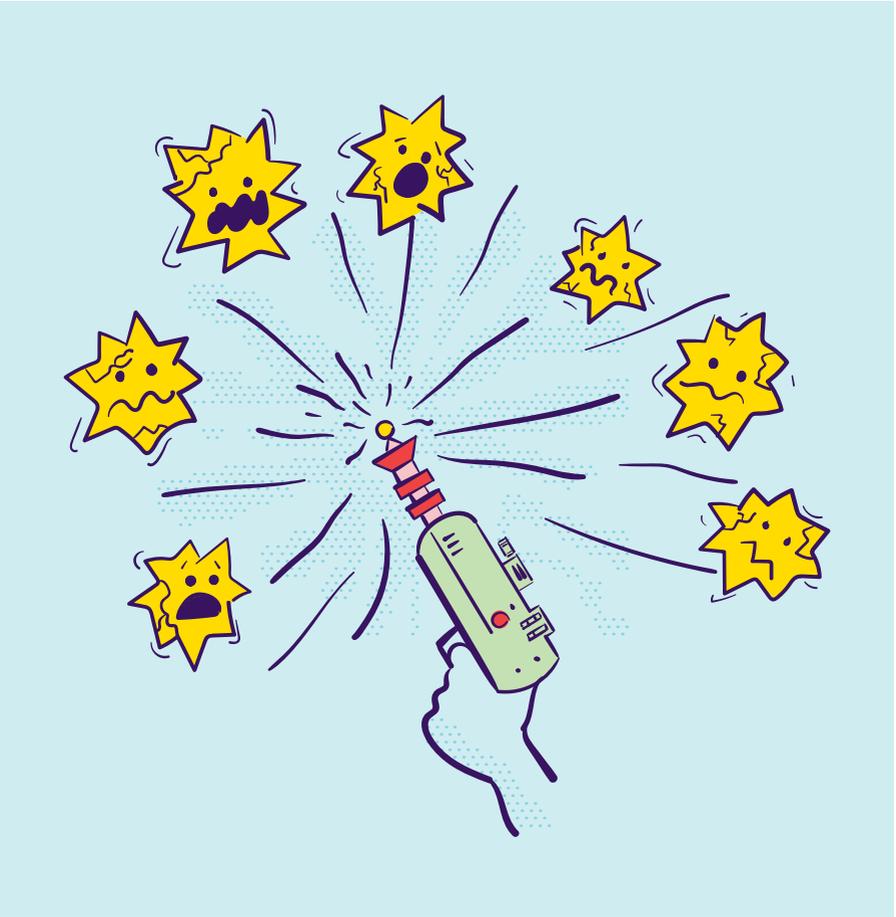


هذا الكتيّب لأولئك الذين يتلقون العلاج الإشعاعي منكم

ولوالديكم



قيمنا

نعطي الأمل لبعضنا البعض والعالم.
لدينا الشجاعة للتحدث باسم عائلاتنا.
نملك القوة لدعم الأطفال وأسرهم المتضررة.
نصنع الفرح في الحياة اليومية.

لأولئك الذين يتلقون العلاج الإشعاعي منكم

هذا الكتيب مخصص لمن يتلقون العلاج الإشعاعي منكم. نعتقد أنه من الأسهل عليك الخضوع للعلاج عندما تكون مستعدًا جيدًا. إذا قرأت المعلومات مع شخص بالغ، يمكنكما التحدث عن الأشياء التي يصعب فهمها.

يهدف العلاج الإشعاعي إلى التعاون بين الموظفين وبينك وبين والديك. من المهم أن تكون على دراية جيدة بالعلاج، لذلك نشجعك على سؤال الموظفين عن أي شيء يخطر ببالك.

ما هو العلاج الإشعاعي؟

ضوء الشمس هو أحد أنواع الإشعاع. حيث تشبه الأشعة السينية أشعة الشمس، لكن الأشعة السينية تخترق الجلد إلى الجسم.

يستخدم العلاج الإشعاعي نوعًا خاصًا من الأشعة شديدة القوة - أقوى بكثير من تلك التي نستخدمها في الأشعة السينية العادية. يتكون جسمنا من خلايا. يمكن للأشعة تدمير الخلايا المريضة التي تنمو بشكل غير طبيعي في أجسامنا. إذ تنمو الخلايا السرطانية بشكل غير طبيعي، لذلك يُستخدم العلاج الإشعاعي على الخلايا السرطانية والأورام السرطانية.

لسوء الحظ، يمكن أيضًا أن تتلف الخلايا الطبيعية بسبب العلاج الإشعاعي، ولكن بين العلاجات ستتاح للخلايا السليمة فرصة التعافي.

يتلقى معظم المرضى العلاج الإشعاعي يوميًا من الإثنين إلى الجمعة. القليل منهم يتلقى العلاج مرتين في اليوم. ويُعطى العلاج أحيانًا في عطلة نهاية الأسبوع، لكن معظم المرضى يحصلون على استراحة بعد ذلك.

سيتم إخبارك بالضبط متى ستتلقى العلاج. إنها فكرة جيدة أن يكون لديك مخطط علاج وأن تضع علامة على كل علاج أكملته.

← انظر الصفحة 15 من الكتيب للحصول على مخطط الإشعاع الخاص بك



التحضير للعلاج الإشعاعي

إذا كنت تتلقى علاجًا على رأسك أو رقبتك أو الجزء العلوي من جسمك، فغالبًا ما يتم صنع قناع أو قالب بلاستيكي للاستلقاء عليه. سيساعدك القناع على الاستلقاء تمامًا أثناء تنفيذ العلاج. ويمكن أن تشعر بالدفء قليلاً في البداية.

- القناع مصنوع على جهاز محاكاة. بعد ذلك يتم حفظه على جهاز الإشعاع حيث ستحصل على العلاج.

- عند الانتهاء من جميع أنواع العلاج، يمكن أن تطلب أخذ القناع معك إلى المنزل!

- إذا كان عليك الانتظار لمدة طويلة، يمكنك الاستماع إلى الموسيقى، أو الرسم أو القراءة. توجد أيضًا بعض الألعاب التي يمكنك أن تستعيرها. لا تتردد في جلب موسيقاك الخاصة، أو جهازك اللوحي، أو أي شيء آخر تود قضاء الوقت معه.



عند الانتهاء من جميع أنواع
العلاج يمكن أن تطلب أخذ
القناع معك إلى المنزل.



كيف سيتم العلاج؟



ما عليك إلا الاستلقاء لبضع دقائق في آلة الإشعاع. من المهم أن تستلقي بلا حراك تمامًا، ويمكن للأشخاص العاملين هناك والديك مشاهدتك طوال الوقت.

يمكن للأطفال الصغار التمرن على هذا الوضع في المنزل. قد يتم تخدير الأطفال الأصغر سنًا، الذين لا يستطيعون الاستلقاء دون حراك، أثناء العلاج.

العلاج غير مؤلم على الإطلاق.
قد تسمع أصوات ونقر من الجهاز.

سيسألك الموظفون ووالداك على شاشة التلفزيون طوال الوقت الذي تستلقي فيه لتلقي العلاج. يمكنك التحدث مع الأشخاص في الغرفة الأخرى من خلال ميكروفون إذا كنت تريد أن تسأل عن أي شيء. إذا كنت ترغب في ذلك، يمكنك الحصول على جرس لإرسال إشارة إليهم.

يمكن لفريق العلاج إيقاف الماكينة في أي وقت، والمجيء لرؤيتك. ربما ترغب في إحضار دمية أو لعبة محشوة تحبها؟

للمساعدة في قضاء الوقت، قد يكون من الجيد أيضًا الاستماع إلى الموسيقى أو العد.

نصيحة

أولاً، تدخل إلى غرفة كبيرة ذات جدران سميكة. هناك آلة إشعاع كبيرة. بعد ذلك تحصل على المساعدة للصعود إلى المقعد، وتتلقى المساعدة للاستلقاء بشكل صحيح على طاولة العلاج. ثم يتم تشغيل الجهاز بحيث تشع الأشعة بشكل صحيح.

يتم ذلك من قبل الموظفين باستخدام عدد قليل من أشعة الضوء الحمراء أو الخضراء وشاشة تلفزيون يمكنهم من خلالها قراءة المعلومات من جهاز محاكاة التصوير المقطعي المحوسب.

يستغرق الإعداد بعض الوقت لأنه يجب أن يكون دقيقًا تمامًا. الضوء في الغرفة خافت.

عندما يتم إعداد الجهاز بالكامل، يغادر الآخرون ويذهبون إلى غرفة صغيرة بجوار المكان الذي تستلقي فيه، حيث يمكنهم مشاهدتك على شاشة التلفزيون.

من المهم أن تبقى مستلقيًا بهدوء تام حتى تصل الأشعة إلى المكان الذي ينبغي أن تصل إليه بالضبط. لحسن الحظ، هذا لا يستغرق سوى بضع دقائق.

التأثيرات الجانبية



تؤثر الأشعة أيضاً على الخلايا السليمة في جسمك، لذلك قد تتعرض لتأثيرات جانبية بعد العلاج. وتعتمد التأثيرات الجانبية على المكان الذي تتلقى فيه العلاج في جسمك، ومقدار الإشعاع الذي يجب إعطاؤه.

التهاب الجلد

يكون للإشعاع أكبر تأثير داخل الجسم، إلا أن الجلد في منطقة العلاج يمكن أن يتحول إلى اللون الأحمر ويصبح مؤلماً قليلاً، مثل «حروق الشمس» تقريباً. إن استخدام مرطب عادي يمكن أن يكون مفيداً. عندما تحتاج إلى الاغتسال، يمكنك الاستحمام بصابون لطيف. جفف نفسك بعناية شديدة عند الانتهاء.

يشعر العديد من المرضى بالتعب أكثر بعد العلاج. استرح بقدر ما تحتاج. من الجيد قضاء بعض الوقت في الخارج كل يوم، حيث أن الهواء النقي مفيد لك. وتحتاج إلى شرب الكثير من السوائل أثناء تلقي العلاج الإشعاعي وفي الأيام التي تلي ذلك. يجب طرد العديد من الخلايا المريضة من جسمك وذلك يتطلب الكثير من السوائل لطردها.

جفاف وتقرح الفم والحلق

العدوى

نحن بحاجة إلى مراقبة خلايا الدم لديك. مهمة خلايا الدم البيضاء هي الدفاع عن الجسم ضد الالتهابات. يكون لدينا عادة ما بين 3 و10 آلاف مليون خلية في كل لتر من الدم! يمكن أن يدمر العلاج الإشعاعي بعضها ويمكن للأطباء رؤية ذلك عند فحص دمك.

إذا تلقيت إشعاعاً على فمك أو حلقك، فمن السهل أن تصاب بالجفاف والالتهاب في الفم والحلق. لإفراز المزيد من اللعاب، امضغ علكة أو مُصِّق أقرص المُصِّق الخالية من السكر.

تنمو البكتيريا جيداً بشكل خاص عندما يكون الفم والحلق متقرحين. لذلك من المهم للغاية أن تغسل أسنانك بفرشاة أسنان ناعمة بعد كل وجبة. من الجيد أيضاً شطف فمك بمحلول ملحي فيسيولوجي (0.9%).

تساقط الشعر

بعد العلاج الإشعاعي للرأس، قد تفقد شعرك لفترة من الوقت. يحدث هذا عادة بعد حوالي أسبوعين من بدء العلاج.

يمكنك الحصول على شعر مستعار/غطاء الرأس إذا كنت راغبًا في ذلك. إنها فكرة جيدة أن تذهب إلى صانع الشعر المستعار قبل أن تفقد شعرك حتى يتمكن من رؤية شكل شعرك للعثور على شعر مستعار يشبه شعرك.

بعد حوالي ستة أشهر من آخر علاج، عادة ما ينمو شعرك مرة أخرى. وقد يكون أخف قليلاً في مكان سقوط الإشعاع.

قد يكون من الجيد أن تتعلم المدرسة أو روضة الأطفال أنك تتلقى العلاج الإشعاعي. سيسعد الطبيب أو الممرضة أو اختصاصي العلاج الإشعاعي أن يساعدوا في إبلاغ المدرسة أو الروضة.

اذهب إلى صانع الشعر المستعار قبل أن تفقد شعرك حتى يتمكن من رؤية شكل شعرك للعثور على شعر مستعار يشبه شعرك.

نصيحة

مشاكل في المعدة

إذا كنت تتلقى العلاج الإشعاعي للمعدة، فقد تعاني من الإسهال وربما الغثيان والقيء. وقد يستمر الإسهال لفترة بعد انتهاء العلاج.

ويمكن أن تصاب أيضًا بالغثيان بعد العلاج الإشعاعي للرأس. ويمكن أن تستلم أدوية للإسهال والغثيان. تناول حصصًا صغيرة من الطعام، ولكن على مرات كثيرة، وحاول شرب الكثير من السوائل.

يقدم هذا الكتيب بعض النصائح الغذائية لمن يعانون من الغثيان والإسهال. إنه مكتوب لوالديك لأنهما من يشترتان الطعام ويحضرانه في أغلب الأحيان.



العلاج الإشعاعي للرأس

التأثيرات اللاحقة

يعمل العلاج الإشعاعي في الجسم لعدة أسابيع بعد انتهاء العلاج. بعد حوالي 4-6 أسابيع من انتهائه، قد يعاني بعض الأطفال من إجهاد وغثيان وقيء وحمى بشكلٍ مؤقت. هذا عادة ما يمر من تلقاء نفسه.

بعد انتهاء العلاج الإشعاعي، يجب ترطيب الجلد والعناية به في منطقة العلاج. استخدم مرطبًا عاديًا بدون رائحة وملابس خفيفة لا تهيج الجلد. ستختفي الخطوط الموجودة على البشرة تدريجيًا. يجب الامتناع عن فركها، حيث ستصاب بالقروح بسهولة.

ويمكن أن تحدث تأثيرات لاحقة للعلاج الإشعاعي. لدى جمعية سرطان الأطفال كتيب يسمى «التأثيرات المتأخرة بعد علاج السرطان»، وقد يكون من الجيد قراءته. إذا كانت لديك أسئلة حول العلاج والتأثيرات المحتملة بعد العلاج، فإننا نوصيك بتدوينها، وإلا فسيكون من السهل نسيانها غالبًا. اعرض أسئلتك على الأشخاص الذين يعالجونك وسوف يجيبون بأفضل ما في وسعه

إذا كنت تتلقى علاجًا إشعاعيًا للرأس، فيجب عليك ارتداء غطاء الرأس عندما تكون في الخارج تحت أشعة الشمس. ومن الأفضل ارتداء ملابس قطنية خفيفة وملابس لا تسبب الحكّة أو ملابس لا تكون ضيقة. يفضل ألا تتعرض منطقة العلاج لأشعة الشمس المباشرة لمدة عام بعد العلاج. وذلك لأن منطقة العلاج يمكن أن تصبح أكثر قتامة (مصبوغة) وتأثرًا بحروق الشمس من بقية أجزاء الجسم.

عندما تكون في الخارج تحت أشعة الشمس خلال فصل الصيف، يجب عليك دائمًا وضع كريم واقي من الشمس ذي عامل حماية عالٍ على المنطقة المعالجة، خاصةً في المكان الذي تلقيت فيه الأشعة.

← يمكن الرجوع أيضًا إلى كتيب التأثيرات المتأخرة للحصول على مزيد من المعلومات بعد العلاج.

يمكنك أيضًا رسم أو كتابة شيء تحبه - ويفضل أن يكون شيئًا قد تجربته فيما يتعلق بالعلاج الإشعاعي. من الجيد أن تعود للاطلاع عليه فيما بعد.

نصيحة

نصائح غذائية

غالبًا ما يسبب العلاج الإشعاعي للرأس والرقبة تقرحات في الفم. ومن ثم يُنصح بتجنب الأطعمة القاسية والأطعمة ذات المذاق الحامض. يستحسن تقديم طعام لين وخفيف بطعم محايد. يمكن أن يساعد مص مكعب ثلج أو مصاصة مثلجة، وقد يكون من الأسهل شرب السوائل باستخدام ماصة (قشة).

يعاني معظم الأطفال من ضعف الشهية عند إصابتهم بالغثيان والإسهال. السعرات الحرارية مهمة، لذا دع طفلك يختبر ما يجد مذاقه جيدًا. حيث يشعر بعض الأطفال بتحسن إذا تم إعطاؤهم الحليب على شكل لبن مخمر ولبن زبادي. ويمكنك استخدام مركز مغذٍ لطفلك بمثابة مكمل إضافي.

هناك عدد من المنتجات في السوق، أسأل الصيدلي. إذا كان طفلك يفقد الوزن ويعاني من مشاكل كبيرة في الحصول على ما يكفي من السوائل، فقد تحتاج إلى استخدام التغذية الأنبوبية أو التغذية الوريدية.

يوصى أيضًا بتناول وجبات صغيرة منتظمة بفاصل 2-3 ساعات عند إصابة الطفل بالإسهال. تذكر أيضًا أن طفلك يحتاج إلى الكثير من السوائل خلال فترة الإسهال.

← راجع كتيب التغذية الخاص بنا للحصول على مزيد من النصائح العظيمة.

يعتبر الغثيان والإسهال من التأثيرات الجانبية الشائعة للعلاج الإشعاعي. يعاني الأطفال الذين يتلقون العلاج الإشعاعي من ضعف الشهية لفترات بسبب العلاج. ويشعرون بالغثيان والحساسية من الرائحة والمذاق. من المهم أن يكون للطعام الذي يتناوله الأطفال قيمة غذائية عالية. ويمكن أن يكون هذا الطعام العصيدة، والبطاطس، والآيس كريم، واللبن الزبادي والمعكرونة، مع إضافة الكريمة ومسحوق غذائي.

المشروبات الغازية والحمضية مثل المياه المعدنية وعصير التفاح والكولا يمكن أن تكون مفيدة لعلاج للغثيان، إلا إذا كان لديك تقرحات في فمك. عندها يجب تجنب هذه المشروبات. بالنسبة لبعض المرضى، من الجيد أن يبدووا يومهم بتناول البسكويت أو الخبز المحمص وبعض الماء قبل النهوض من السرير. ثم يمكنهم تناول وجبة الإفطار بعد ذلك بقليل. يجد البعض أيضًا أن التفاح المبشور والخضروات النيئة مفيدة لعلاج للغثيان. تجنب الأطعمة القوية والدسمة.

الأطعمة ذات المذاق «المحايد»، مثل الأرز والمعكرونة والبطاطس، أو الأطعمة الباردة، عادة ما تكون جيدة المذاق. ويمكن أن يكون من الحكمة تجنب الأطعمة المفضلة خلال هذه الفترة لأن هذه الأطعمة قد ترتبط لاحقًا بالغثيان. يمكن أن يساعدك تنظيف أسنانك بالفرشاة قبل الأكل. يستفيد بعض الأشخاص أيضًا من الأدوية المضادة للغثيان.

نبذة عن جمعية سرطان الأطفال

جمعية سرطان الأطفال هي منظمة

تطوعية تعمل في كافة أنحاء البلاد.

يقع مكتبنا في أوسلو، ولدينا جمعيات في المقاطعات تديرها عائلات لديها أو كان لديها أطفال مصابون بالسرطان. تعمل الجمعيات من أجل العائلات بصفة تطوعية. هدفنا هو إنقاذ الأطفال من الموت بسبب السرطان.

تأسست جمعية سرطان الأطفال لمساعدة الأطفال والمراهقين المصابين بالسرطان وأسرهم. نمد يد العون لجميع أفراد الأسرة، أي أن الخدمات المقدمة تشمل الطفل المريض وأشقائه ووالديه جميعًا. تعاقب بعض الأطفال المرضى، وبعضهم يعاني من الأعراض، والبعض الآخر يخضع للعلاج، وقضى البعض الآخر نحبه، مع الأسف. في المستشفيات، تنظم جهات الاتصال من الأقران التابعين لنا اجتماعات مع أولياء الأمور لإتاحة الفرصة للأسر الجديدة للتحدث إلى شخص ما. عندما يتم تشخيص طفلك بمرض خطير مثل السرطان، قد يخفف عنك وجود شخص يعاني ما تعانيه للتحدث معه. كما نقدم تجارب إيجابية للأطفال الذين يتعين عليهم البقاء في المستشفى لفترات طويلة.

تريد جمعية سرطان الأطفال أن تكون أكبر قوة محركة في النزوح تركز على التوعية بمرض سرطان الأطفال في وسائل الإعلام والمجتمع. كما نساهم في البحث والتعليم لمكافحة السرطان عند الأطفال.



← سجل على
barnekreftforeningen.no

انضم إلى العضوية

ماذا تعني عضوية جمعية سرطان الأطفال؟

بصفتك عضوًا، تتمتع بمقدرة فريدة على التأثير على ظروف الأطفال والمراهقين المصابين بالسرطان وأسرهم.

نصائح

اتصل بالجمعية التابعة لمقاطعتك أو موظفي جمعية سرطان الأطفال وأخبرنا بما يهمك.

تُستخدم رسوم العضوية في الأنشطة التي تُقام في جمعية المقاطعة التي تنتمي إليها. وتمكّنك عضوية جمعية سرطان الأطفال من التعرف على مجتمع من الأسر يهرون أو كانوا يهرون بنفس حالتك. تقدم الجمعية المعلومات والنصائح والدعم في جميع مراحل الطفل المصاب أو الذي كان مصابًا بالسرطان

جهة الاتصال

Barnekreftforeningen 2023 ©
رقم المنظم 985 550 999

المحتوى المنقح:

Steinunn E. Egeland
ممرضة السرطان، عيادة الأطفال،
ريكهوسبييتال، مستشفى جامعة أوسلو

Bernward Zeller
كبير الأطباء المتخصصين في
الأورام، مستشفى جامعة أوسلو

Hilde Frøland Hauge
ممرضة السرطان،
عيادة الأطفال، مستشفى ريكهوسبييتال

Ragnhild Hals
ممرضة / مستشار السرطان
عيادة الأطفال، مستشفى ريكهوسبييتال

Mathilde Haraldsen Normann
اختصاصية علاج إشعاعي،
قسم العلاج الإشعاعي

Benedicte Krydsby
ممرضة، عيادة العلاج الإشعاعي
مستشفى الراديوم

Elin Busterud
ممرضة، عيادة العلاج الإشعاعي
مستشفى الراديوم

Neuschnee AS / Maren Tanke التصميم

Mathilde Haraldsen Normann / OUS، التصوير

Per Marius Didriksen، Pasientfotograf
Radiumhospitalet / OUS، Unsplash

Konsis Grafisk AS الطباعة

إذا كان لديك أي أسئلة حول
العضوية أو جمعية سرطان
الأطفال، يرجى الاتصال بنا.

البريد الإلكتروني

kontakt@barnekreftforeningen.no

رقم الهاتف

+47 919 02 099

عنوان الزائرين

Tollbugata 35
0157 Oslo

العنوان البريدي

Postboks 78 Sentrum
0101 Oslo



يرجى التسجيل في

barnekreftforeningen.no

جمعيات مقاطعتنا

تيليمارك

telemark@barnekreftforeningen.no

ترومس وفينمارك

troms.finnmark@barnekreftforeningen.no

ترونديلاغ

trondelag@barnekreftforeningen.no

فيستفولد

vestfold@barnekreftforeningen.no

ويستلاند

vestland@barnekreftforeningen.no

اوستفولد

ostfold@barnekreftforeningen.no

أغدير

agder@barnekreftforeningen.no

بوسكيرود

buskerud@barnekreftforeningen.no

المناطق النائية

innlandet@barnekreftforeningen.no

مور ورومسدال

more.romsdal@barnekreftforeningen.no

نوردلاند

nordland@barnekreftforeningen.no

أوسلو وأكيرشوس

oslo.akershus@barnekreftforeningen.no

روغالاند

rogaland@barnekreftforeningen.no



Prosjektet er støttet av
Stiftelsen Dam (2022/HE2-417894).

مايو 2023



من أجل تقديم التبرعات

حساب التبرع

7058 09 33333

vppps

02099

barnekreftforeningen.no