

ماذا بعد العلاج؟

ماذا بعد العلاج؟

تشعر بعض السيدات بعدم الارتياح بعد انتهاء كورس العلاج، وربما تظل بعضهن تعاني من الآثار الجانبية للدواء، وغالبا ما يكن قلقات حول هل عمل الدواء بشكل صحيح أم لا.

وتتعافى السيدات كل بحسب طاقتها وإرادتها، وعلى ذلك فبعض الأمور التي سوف تناقش في السطور التالية كالعودة للعمل والاندماج مرة أخرى في المحيط المجتمعي ربما لا تشكل أولوية للبعض، ولكن في أولى أولويات البعض الآخر. ولهذا سوف نتحدث لاحقا عن كيفية الحياة مع السرطان.

هل سأشعر بالتحسن بعد تلقي العلاج؟

ربما تشعرين بتحسن بعد انتهاء العلاج مباشرة، وربما يتطلب الوضع بضعة أسابيع أو أشهر للشعور بالتحسن.

وإذا كنت تخضعين للعلاج الهرموني، فربما سيستمر العلاج لخمس سنوات. وهناك أيضا بعض الأعراض الجانبية المستمرة التي قد لا تشعرك بالتحسن بعد انتهاء العلاج. ويمكنك أن تستعيدي صحتك بعد ليلة

واحدة من إجراء عملية جراحية أو كورس مكثف من العلاج الإشعاعي أو الكيماوي. ويمكن أن تشعري بتحسن، ثم بعد ذلك ينقلب الوضع لتشعري ببعض الإرهاق والتعب.

وربما تشعرين ببعض الإحباط، وهذا أمر عادي.

هل على أن أعاود المستشفى لإجراء بعض الفحوصات؟

نعم، ففي الفترة الأولى بعد توقف العلاج الكيماوي ستترددن على المستشفى بشكل دوري، ثم بعد ذلك ستزورين المستشفى مرة أو مرتين في العام. وفي تلك الزيارات سيفحصك الطبيب للتأكد من أن كل شيء يسير على ما يرام، وأن ليس هناك علامات أو أعراض جديدة، والتأكد أيضا من إنك متأقلمة مع الحياة بعد العلاج.

وليس هناك اختبارات أو فحوصات دورية إلا الماموجرام الذي عليك أن تجريه كل عام أو عامين على الأكثر. وسوف تجرى لك أية اختبارات إذا شك الطبيب أن شيئاً غريباً ينمو في ثديك.

وتقلق بعض السيدات مع اقتراب موعد الفحص الدوري. وهو أمر طبيعي أن تقلقي حول ماذا سيجد الأطباء في الفحص الجديد. اطمأني، فسيتحدث إليك الطبيب بكل شفافية عما يجده في الفحص.

هل يمكنني ألا أذهب للفحص الدوري؟

يمكن أن يحدث ذلك. الكثيرات أوقفن الذهاب للفحص بعد التشاور مع الطبيب المعالج، غير إنهن لا بد أن يخضعن للماموجرام كل عام أو عامين كما سبقت الإشارة.

كيف أعرف أن السرطان قد عاودني؟

من الصعب وضع قائمة بالأعراض التي تنبئ بعودة السرطان مرة أخرى. ولكن بشكل عام، عليك أن تبغني أية تغيرات شكلية أو فسيولوجية تطراً عليك للطبيب المعالج. وليس كل حكة أو احمرار أو تجمع دموي يعني أن السرطان قد عادوك، بالرغم من أن ذلك هو أول ما يتبادر إلى الذهن. وإذا كانت المشكلة ليست مرتبطة بالسرطان، فاستريحي، أما إذا كانت المشكلة لها علاقة بالسرطان فإن العلاج موجود، فلا تقلقي.

هل هناك ما يمكن عمله لإيقاف عودة السرطان؟

ليس هناك شيء مؤكد. فبعض الدراسات أكدت أن السيدات اللواتي واطبن على ممارسة قدر من الرياضة بعد العلاج أبدين تحسناً ملحوظاً في الصحة العامة ومقاومة أكثر لعودة المرض. ويكون ذلك صعباً بعد هذا الكم من الأدوية الذي تعرضت له طوال فترة العلاج، ولذا فإن معظم

السيدات يشعرون بضرورة تغيير أنماط حياتهن لتحسين الصحة العامة، ومحاولة الخروج من دائرة العلاج والمرض.

أشعر بأن السرطان سيعادوني مرة أخرى، كم من الوقت سوف يستغرق هذا الشعور؟

شعورك هذا طبيعي وعادي، فمعظم الناس يمرون بهذه المرحلة العصبية. على إن الوقت اللازم للخروج من هذا الشعور يختلف من سيدة لأخرى. ومن الجيد إذا أن تتحدثي مع زوجك حول هذه المخاوف أو مع طبيبك، إذ سيساعد ذلك على الخروج من الأزمة بشكل أسرع.

فقدت ثقتي بنفسي، ففي كل مرة أخرج فيها أشعر أن الناس تعرف أنني استأصلت الثدي، فهل هناك علاج لذلك؟

تخجل بعض السيدات من مقابلة الناس، لاسيما من يعرفون أنهم خضعن لجراحة لاستئصال الثدي. ويستغرق الأمر بعض الوقت لاستعادة ثقتك بنفسك والتأقلم داخليا مع ما تم لك. وإذا كنت في مجتمع ما، كمشركة مثلا، فربما لا يعرف أحد بالأمر سوى من أردت أنت إخباره، فلا ملامح غريبة ستبدو عليك كما تتخيلين.

الجميع ينصحونني بتناسي أمر الجراحة، غير إنه من الصعب عمل ذلك، فهل أصبحت مثيرة للشفقة؟

تظن بعض السيدات إنه بمجرد علاج سرطان الثدي والشفاء منه، فلا بد أن ترجع كما كانت. والواقع ليس كذلك. ونتيجة للعلاجات والجراحة التي أجريت لك، فمن الطبيعي أن يكون شكلك الظاهري متأثراً بذلك. وإذا كنت لا تزالين تخضعين للعلاج الهرموني، فذلك أدعى أن يذكرك بالمأساة التي مررت بها. ونظراً لمخاوف الناس فإنهم يريدون أن يروك كأحسن ما كنت عليه قبل الخضوع للجراحة والعلاج.