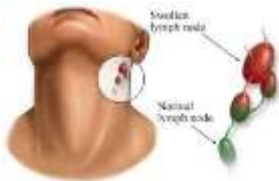


# لنفوم (سرطان غدد لنفاوی)

سیستم لنفاوی یک شبکه بهم پیوسته از عروق، غدد و اندام های اختصاصی است که نقش های متعددی مانند عملکرد دفاعی دارد. لنفوم بیماری بدخیم این سیستم می باشد که در آن سلول های سیستم لنفاوی دچار اختلال در رشد شده، به سرعت و خارج از کنترل و نظم طبیعی عمل می کنند. این بدخیمی می تواند کبد، طحال، مغز استخوان یا هر جای دیگر بدن را مبتلا نماید. لنفوم ها به دو دسته تقسیم می شوند: لنفوم هوچکین و لنفوم غیر هوچکین. تفاوت این دو در نوع و سرمنشاء سلول بدخیم است. علاوه بر این سیر این دو بیماری و پاسخ آن ها به درمان نیز تفاوت زیادی دارد.

## علائم و نشانه های لنفوم هوچکین:

• شایع ترین علامت لنفوم هوچکین بزرگی بدون درد گره های لنفی گردن، کشاله ران و یا زیر بغل می باشد.



- تبی که علتی برای آن یافت نشود
- تعریق شبانه
- خستگی مداوم
- کاهش وزن بدون توجیه
- لکه های قرمز رنگ روی پوست و خارش پوست

## تشخیص لنفوم هوچکین:

تشخیص لنفوم هوچکین با برداشت کامل غده لنفاوی به وسیله جراحی و بررسی ساختمان سلول های تشکیل دهنده آن زیر میکروسکوپ انجام می شود. در شک به لنفوم، بررسی سابقه پزشکی، معاینه بالینی، انجام آزمایشات و عکسبرداری های مختلف لازم می شود.

## تشخیص لنفوم غیر هوچکین:

بدخیمی سلول های لنفوئیدی که از انواع با رشد بسیار آهسته و تدریجی تا انواع بسیار تهاجمی متغیر می باشد.



## درمان:

درمان این بیماران با شیمی درمانی از چند دارو، اشعه درمانی یا ترکیب آنها انجام شده و در نوع لنفوم هوچکین تقریباً در ۹۰ درصد سبب بهبودی کامل بیمار می‌شود.

## شیمی درمانی:

اگر چه شیمی درمانی و پرتو درمانی شایع ترین روش های درمان لنفوم غیرهوچکین است، پیوند مغز استخوان و جراحی نیز گاهی اوقات به کار برده می‌شوند.

## تغذیه در لنفوم:

افراد مبتلا به لنفوم معمولاً به انرژی بیشتری نیاز دارند نیاز به انرژی ممکن است در طی درمان لنفوم به وسیله شیمی درمانی و یا در صورت وجود عفونت و درجه حرارت بالای بدن افزایش یابد. منابع مفید جهت تامین انرژی شامل غذاهای حاوی نشاسته می‌باشد. در ضمن پروتئین ها، ویتامین ها و مواد معدنی نیز بسیار لازم و مفید می‌باشد. تحقیقات نشان می‌دهد بیمارانی که خوب تغذیه می‌شوند دوزهای بالاتر شیمی درمانی را بهتر تحمل می‌کنند و افراد مبتلا به سوءتغذیه زودتر خسته می‌شوند.

## عوارض جانبی شیمی درمانی و نحوه مقابله با آنها:

بیمار گرامی عوارض جانبی شیمی درمانی مثل کاهش اشتها، زخم دهان، تهوع و تغییر حس چشایی ممکن است توانایی شما را در خوردن و آشامیدن تحت تأثیر قرار دهد. رعایت موارد زیر به شما در کنترل عوارض ناشی از شیمی درمانی کمک خواهد نمود:

- کاهش تحمل غذا: برای افزایش تحمل غذا وعده هایی با حجم کم ولی دفعات زیاد و همچنین نوشیدنی های مغذی مصرف نمائید.



- تهوع: برای کاهش تهوع، غذاهای خشک و ساده، نوشیدنی های مغذی و بیسکویت های زنجبیلی مصرف نمائید.



- احساس سیری سریع: مصرف وعده‌های غذایی با حجم کم ولی دفعات زیاد، و عدم مصرف نوشیدنی به هنگام خوردن غذا می‌تواند احساس سیری سریع را کاهش دهد (می‌توانید نوشیدنی را ۳۰ دقیقه قبل و یا ۱ ساعت بعد از غذا بنوشید).

- زخم دهان: غذاهای نرم و مایع مصرف نموده و از غذاهای سفت و تند پرهیزید. برای نوشیدن از نی استفاده کنید و همچنین از پزشک داروهای برای مراقبت دهان درخواست کنید.



- تغییرات حس چشایی: دندان‌های خود را به طور مرتب مسواک کنید از دهان شویه‌های تجویز شده استفاده کرده و همچنین غذاهایی که مزه خوبی دارند میل نمائید.

- اسهال: استفاده از داروی ضد اسهال، مصرف رژیم کم فیبر و رژیم کم چرب مؤثر است. مایعات مناسب جایگزین استفاده کنید.

- یبوست: افزایش مایعات و رژیم حاوی فیبر بالا و داروهای ملین در رفع یبوست مفید است.

- افرادی که شیمی درمانی می‌شوند و سیستم ایمنی بدن آنها ضعیف می‌باشد باید از مصرف شیر و محصولات لبنی محلی که پاستوریزه نشده و تخم مرغ خام، تخم مرغی که کم پخته شده، مغز، ماهی خام و یا ماهی نیمه پخته خودداری نمایند.



واحد آموزش به بیمار - مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی حضرت رسول اکرم (ص)



# آموزش به بیمار

کد ۴۲

## لنفوم



مطبیم‌کننده: مهین قاسمی (کارشناس ارشد آموزش بهداشت و ارتقا سلامت)

تأییدکننده: دکتر محمد فرناوش (متخصص کودکان، فوق تخصص خون و آنکولوژی

اطفال، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران)

دکتر نفیسه انصاری نژاد (فوق تخصص خون و سرطان بالغین، عضو هیئت علمی دانشگاه

علوم پزشکی ایران)

سال ۱۴۰۳

آدرس: خیابان سارخان - خیابان نیایش - مجتمع آموزشی درمانی حضرت رسول اکرم (ص) - تلفن: ۶۴۳۵۱

<http://hrmc.iums.ac.ir/>