

www.albenalamar.com.sa

إدارة المبيعات  
0508525283  
إدارة المشاريع  
0551864775  
الرقم الموحد  
920001925

إدارة المبيعات  
0508525283  
إدارة المشاريع  
0551864775  
الرقم الموحد  
920001925

M-10

شهران  
15  
سنة

أحلام

# لا يشمل التي تنشأ من مكان آخر في الجسم وتنتشر إلى العظم

## خلل الـ «دن.أ» من أسباب الإصابة بسرطان العظام وأعراضه الحمى والتعرق وفقدان الوزن

سرطان العظم عن الأضراس والنسج الأخرى، يعرض الجراح العظم المفقود ببعض العظم من مناطق أخرى من الجسم، أو بواسطة جراحة تعويضية معدنية.

3. الجراحة لسرطان غير مؤثر بالأطراف:

قد يزيل الجراح العظم وبعض النسج حوله (مثلاً: سرطان يصيب الضلع)، يمكن أن يزال السرطان مع الحفاظ على أكبر جزء من العظم قدر المستطاع (مثلاً: سرطان العمود الفقري) يمكن أن يستبدل العظم المستأصل خلال الجراحة بجزء من عظم من مكان آخر من الجسم، أو بوسائل معدنية تعويضية خاصة.

العلاج الشعاعي:

يعطى العلاج الشعاعي عادة لمدة خمسة أيام في الأسبوع، مع فترة استراحة في نهاية الأسبوع، وتستمر كل مرحلة من العلاج الشعاعي عادة ما بين 10 إلى 15 دقيقة، ويحتاج معظم المرضى من أسبوعين إلى خمسة أسابيع من العلاج.

والعلاج الشعاعي يمكن أن يستخدم لتصغير حجم سرطان العظم، مما يمكن الجراح من إزالة السرطان الكلي جراحيًا.

العلاج الكيميائي:

هو علاج نواتي يستخدم مواد كيميائية لقتل الخلايا السرطانية، ويعطى العلاج الكيميائي في أغلب الأحيان وريدياً.

\* استشاري مساعد علاج الأورام



الفواكه والخضار تخفف من خطر الإصابة بأمراض السرطان (الشرق)

سرطان العظم ما زالت مجهولة حتى الآن، إلا أنه من المعروف أن الإصابة بسرطان تبدأ كخلل في (دن.أ) إحدى الخلايا، يمرضها على النمو والانقسام بشكل عشوائي.

كيفية انتشاره تنمو معظم السرطانات وتنتشر إلى أجزاء أخرى من الجسم عبر الجهاز اللمفاوي الذي يتكون من سلسلة من العقد المنتشرة عبر الجسم. كما يمكن له أن ينتقل عبر الدم، وهذا ما يفسر انتشاره إلى الرئتين، حيث تنتسب الخلايا السرطانية من العظام لتنتقل عبر التيار الدموي إلى الرئتين.

معدنة سرطان الرئة الثانوي.

عوامل الخطر

- وجود إصابة سابقة
- بالورم الأروميسي الشبكي Retinoblastoma (وهو سرطان ناسر يصيب الأطفال في العين).
- الإصابة بمتلازمة لي Li-Fraumeni syndrome (مرض وراثي نادر).
- الإصابة ببدء ما هيبت Pages disease (وهو مرض عظمي غير شائع يظهر بضعف في العظام).
- التعرض السابق لكميات كبيرة من الإشعاعات، كحالات العلاج بالأشعة.
- المتلازمات الجينية الوراثية، كمتلازمة Rothmund-Thomson syndrome والأعسران المتعددة Multiple exostoses.
- الفئق السري: نلت الأبحاث على أن احتمال الإصابة بـ Ewing sarcoma يرتفع إلى ثلاثة أضعاف لدى المولودين بفئق سري.

لتشخيص

- مسح العظام Bone scans: يمكن أن يزودنا بمعلومات عن داخل العظم، أكثر تفصيلاً من الأشعة السينية.
- التصوير المقطعي المحوسب Computerized CT (tomography): غالباً ما يستخدم هذا النمط من التصوير للتحقق من انتشار السرطان للرئتين.
- التصوير بالرنين المغناطيسي Magnetic resonance (imaging): وهي طريقة فعالة لتحديد قياس وانتشار أيام من الأورام السرطانية داخل العظم.
- التصوير المقطعي بالإصدار البوزيتروني PET emission tomography): تستخدم في الطب النووي تقوم على توليد صورة ثلاثية الأبعاد

د. حسام عبد الخالق \*

يعد سرطان العظام من الأنواع غير الشائعة من أنواع السرطان، ويمكن لسرطان العظام أن ينشأ من أي عظم في الجسم، إلا أن العظام الطويلة التي تشكل الرضامين والساقين هي الأكثر تضرراً، وهناك أنواع عدة لسرطان العظام، بعضها يصيب الأطفال، إلا أن أغلبها يصيب البالغين.

سرطان العظام الأولي هو سرطان يبدأ في العظم، فمصطلح (سرطان العظام) لا يشمل عادة السرطانات التي تنشأ من مكان آخر في الجسم وتنتشر (تنتقل) إلى العظم، وهو ما يدعى بسرطان العظام الثانوي، وعلى العكس من سرطان العظام الأولي، فهي شائعة في حالات السرطان المتقدم.

أنواع سرطان العظم

الأنواع الأربعة الأكثر شيوعاً من سرطان العظام الأولي هي:

1. الساركوما العظمية Osteosarcoma
2. ساركوما إيوينج Ewing sarcoma
3. الساركوما الغضروفية.
4. ساركوما الخلايا الغزلية Spindle cell sarcoma.

وهناك أنواع أخرى أكثر ندرة من سرطان العظام، وهي:

- السورم الحبيبي Chordoma
- الساركوما العنقية (الغرنج)

Angiosarcomas (الوعائي)

إن أكثر الأعضاء المهددة بانتشار سرطان العظام هي الرئتين، حيث تتطور إصابة بسرطان الرئة الثانوي الذي يتميز بصعوبة معالجته.

وعندما يشخص سرطان العظام قبل انتشاره إلى خارج العظم، فإن الشفاء غالباً ما يكون ممكناً، وتدعى هذه الحالة بسرطان العظام الموضعي، أما عندما تنتقل الإصابة بسرطان العظام إلى أجزاء أخرى من الجسم (سرطان العظام المنتشر)، فإن الإنذار غالباً ما يكون سيئاً، لأن الشفاء هنا غير ممكن.

الأعراض والعلامات

ألم العظام الذي يبدأ عادة على شكل مضط في العظم المتأثر، ويتطور تدريجياً إلى ألم متواصل، يسوء خلال الليل، وعند استخدام العظم.

يمكن أن يلاحظ وجود التهاب وتورم في المنطقة المحيطة للعظم المصاب.

ومن الأعراض الأخرى لسرطان العظام:

- الحمى: حيث ترتفع درجة الحرارة لتصل إلى 48 مئوية (100.4 درجة فهرنهايت)، أو أكثر.
- التعرق.
- خسارة وزن غير مبررة.
- ضعف في العظام قد يؤدي أحياناً إلى حدوث كسور.
- إرهاق وتعب.

أسباب سرطان العظام

أسباب الإصابة بمعظم

**أنتم تخصصي**

**ضرورة التوعية بسرطان العظم**

يستعين بعض المرضى بأعراض سرطان العظم، اعتقاداً منهم بأنها التهاب بالعظم، أو الفواصل، أو على أنها عارض طبيعي بعد أي إصابة مباشرة للعظم، لكنها دليل على وجود خلل فيسبب ضرراً كبيراً.

وسرطان العظام من الأمراض السرطانية غير الشائعة، ومن الضروري التوعية بأعراضها وعلامات الإصابة بسرطان العظم، سواء من قبل المراكز الصحية، أو الكادر الطبي، أو الجهات التعليمية والترفيهية، وجمعيات مساندة المرضى والمؤسسات الحكومية والخاصة، بالتعاون مع الشؤون الصحية.

ويعد الإعلام دوراً أساسياً في التوعية الصحية، حيث يخاطب جميع شرائح المجتمع.

ويعد مركز الأورام أحد أهم المراكز المتخصصة في المنطقة الشرقية بشكل عام، ويولي مستشفى الملك فهد التخصصي في الدمام بشكل خاص الصدارة في تقديم خدمة متميزة لعلاج مرضى الأورام في المنطقة الشرقية، ولأجل هذه المهمة الجليلة يقوم المركز بتغطية أربعة محاور:

- أورام البالغين، وزراعة الخلايا الجذعية.
- أورام الأطفال، وزراعة الخلايا الجذعية.
- العلاج التلطيفي.
- العلاج الإشعاعي.

يقوم كل قسم من هذه الأقسام بالاتزام بمنهج طبي متطور ومتنوع يحرص على توفير مجموعة كبيرة من التخصصات المتعددة التي تخدم حاجات المريض، منذ بناء علاقه بالمستشفى حتى يتمثل للشفاء بإذن الله، بل إن الأقسام تقوم برعاية أكثر تخصصية لكل نوع من الأورام، مع مراعاة الاحتياجات كافة، والتخصصات المتعلقة بالأعمار كافة.

نطاق الخدمات:

يتنوع نطاق خدمات المركز إلى ثلاثة أقسام مهمة، هي:

- الأورام الصلبة.
- أمراض الدم والخبيثة.
- علاج نخاع العظام والخلايا الجذعية، وأمراض الدم الصلبة الخبيثة، مضافاً إليها فشل نخاع العظام، وتعقيدات فقر الدم الخلفي.
- ويقوم المركز بتقديم برامج رعاية متميزة لعدد من التخصصات، بحيث يتضمن كل برنامج منها طريقة أو أكثر من طرق العلاج التالية: (العلاج الكيميائي، والعلاج الإشعاعي، والعلاج بالأشعة السينية بتعريض الجسم كاملاً لها، والعلاج عن طريق الجراحة، أو العلاج عن طريق زرع نخاع العظم، أو القيام بالعلاج الذاتي، أو التنسي للخلايا، أو العلاج المناعي).
- كما يقوم قسم العلاج بالأشعة على تطوير تقنية حديثة في العلاج بالإشعاع الداخلي.
- ولأن عملية تقديم الرعاية تقوم على عمليات متعددة ومعقدة، فإن المركز يحرص تمام الحرص على تقديم برامج تنحلات داعمة ونشطة من قبل اختصاصيين تغذية، واختصاصيين لهما مابين وعلماء النفس، وأطباء مؤهلين.

**الحرر**

**غذاء**

**«أوميغا 3» والبروتين الصحي يقللان من أعراض سرطان العظام**

ابتسام الغاوي \*

تشمل أعراض سرطان العظام الألام في العظام، وتورماً بالقرب من المنطقة المتضررة. وكذلك الضعف في العظام، وفقدان الوزن والإرهاق.

ولذلك لابد من الحفاظ على نظام غذائي غني بالعناصر الغذائية والمتوازنة للمساعدة على محاربة سرطان العظام وأعراضه:

1. تناول الأطعمة التي تحتوي على مضادات الأكسدة التي تساعد على حماية الجسم من ضرر الجذور الحرة، وهي عوامل ضارة في الجسم يمكن أن تؤدي إلى العدوى والمرض. كما تلعب مضادات الأكسدة دوراً مهماً في بناء نظام مناعة قوية يمكن أن تساعد على محاربة كثير من الأمراض. ويوصى المركز الطبي في جامعة ميريلاند بتناول الأطعمة الغنية بالمواد المضادة للأكسدة، من أجل توفير دعم للمناعة، وللمساعدة في مكافحة سرطان العظام. والأطعمة الغنية بالمواد المضادة للأكسدة موجودة في الفواكه والخضروات، وتشمل التوت، والكرز، والطماطم، والقرنبيط، والسبانخ، واللفت... الخ.
2. تتصفح جامعة ميريلاند باستهلاك أوميغا 3 الدهنية التي قد تساعد في تقليل الأعراض الناتجة من سرطان العظام، بتناول جرعة واحدة، أو اثنتين، على شكل كبسولات، أو تناول ملعقة طعام من الزيت مرتين في اليوم، من أجل الحد من التهاب العظام، وتقوية الجهاز المناعي. أما مصادر الغذاء الجيدة من الدهون الموجودة في أوميغا 3، فتشمل سمك السلمون، والسردين، والوجون، وبنور الكتان، وزيت بذور الكتان.

تحسين

أوميغا 3 الدهنية تتفاعل مع بعض الأنوية، مثل أنوية سيولة الدم، ويمكن أن يتسبب ذلك في مشكلات. ويمكن التحقق من ذلك مع الطبيب المعالج قبل تناول أحماض أوميغا 3. ومن المهم أن تستهلك كمية كافية من البروتين الصحي في كل يوم، من أجل الحد من آثار العلاج الكيميائي، مثل وهن العضلات، وفقدان الوزن. ويمكن أن تستهلك مزيداً من البروتين، لأنه يساعد على بناء الخلايا.

مصادر البروتين الصحية ذات نوعية جيدة، وتشمل اللحوم الخالية من الدهن، والفاصوليا، وأسماك المياه الباردة، والبيض العضوي، ومصبل اللبن.

\* اختصاصية التغذية العلاجية

**إضاءة وقائية**

**نصائح للعيش مع سرطان العظام**

- احرص على اختيار طبيبك بدقة، بحيث يشعر بالأمان والراحة النفسية.
- تأكد من أن طبيبك قادر على شرح المرض، والتواصل معك بشكل واضح وفعال.
- لا تقارن خططك العلاجية بمرضى آخرين، فكل مريض حالته الصحية والجسدية المختلفة.
- انظر لمرضك نظرة إيجابية، فالله إذا أحب عبداً ابتلاه.

**دواء**

**نسبة الشفاء من سرطان العظام تزداد بالكشف المبكر عن المرض**

لجنة التثقيف الصحي

يختلف سرطان العظم حسب نشأته، وهو يقسم إلى نوعين، سرطان العظم الأولي، وهو نادر ما يحدث، ويبدأ في العظم نفسه، والأخر هو سرطان العظم الثانوي، وينشأ في مكان ما في الجسم، وفي مرحلة لاحقة ينتقل إلى العظام، مثل سرطان الثدي المنتشر للعظام.

وسرطان العظم الثانوي هو أكثر شيوعاً من سرطان العظام الأولي، وتجب ملاحظة أن مصطلح سرطان العظم الأولي لا يشير إلى السرطان الذي يصيب خلايا نخاع العظم.

وأكثر أنواع سرطان العظام الأولي شيوعاً هي: (السرطان العظمي، وهو يصيب الأنسجة النامية في أنسجة العظم، والسرطان الغضروفية، وهو يصيب الغضروف الملائص للعظم، وسرطان إيوينج، وهو يصيب الأنسجة غير الناضجة في أنسجة العظم، والسرطان العظمي، وسرطان إيوينج يصيب معظم الأحيان الأطفال والمراهقين والشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 10 و20 سنة، بينما نوع السرطان الغضروفية أكثر شيوعاً عند البالغين) والألم هو أكثر الأعراض شيوعاً، ويمكن لسرطان العظم أن ينشأ

في أي من عظام الجسم، إلا أنه وفي معظم الأحيان يبدأ في العظام الطويلة في الرضامين والساقين. ومن أعراض وعلامات سرطان العظم ضعف العظام، مما قد يؤدي في بعض الأحيان إلى الكسور، وتورم المفاصل، والألم بها (عند حصول أورام في المفاصل، أو بالقرب منها)، الإعياء، والحمى، ونقص وزن غير متعدد وألمياً بصفاة عامة.

ولا يوجد سبب علمي واضح لنشوء معظم سرطانات العظم الأولية، لكن في حالات قليلة قد يكون للعنصر الوراثي أثر

في الإصابة بسرطان العظم. وعلاج سرطان العظم يتوقف على نوع سرطان العظم، وموقع الإصابة الأولى على نوع المرض، ودرجة انتشاره، وحجمها، فالعلاج يختلف تبعاً لنوع السرطان، من العلاج الكيميائي، أو الجراحي، أو الإشعاعي، أو الهرموني، كما في بعض حالات السرطان الثانوي الناتج عن سرطان الثدي.

ومن أسئلة العلاج الكيميائي لسرطان العظم الأولي (الجراحات العالية - البلاتينول - الأريماميسين)، ومن أسئلة العلاج