



لوسمی چیست؟

مبتلایانی که فعال اند احساس بهتری دارند پیاده روی، یوگا و فعالیت های دیگر شما را قوی نگه می دارد و توان شما را افزایش می دهد. ورزش حالت تهوع و درد را کاهش می دهد و گذراندن دوره درمان را آسان تر می کند و از فشارهای عصبی هم می کاهد. پیش از آغاز هر نوع فعالیت ورزشی با پزشک خود مشورت کنید.

با آرزوی سلامتی



www.atiehhospital.ir

آدرس: تهران، شهرک غرب، تقاطع بلوار فرحزادی و شهید دادمان، بیمارستان آتیّه
تلفن: ۸۲۷۲۱

تهیه کننده: فاطمه الماسی - بخش مهتاب

طراحی و چاپ: روابط عمومی و انتشارات بیمارستان آتیّه

* تغذیه و فعالیت ورزشی: مهم است که حتی الامکان با تغذیه مناسب و فعالیت بدنی از خود مراقبت کنید برای حفظ وزن متعادل به میزان مناسب کالری نیاز دارید. همچنین برای حفظ قدرتان به پروتئین کافی نیاز دارید. تغذیه خوب کمک می کند تا احساس بهتر و انرژی بیشتری داشته باشید.



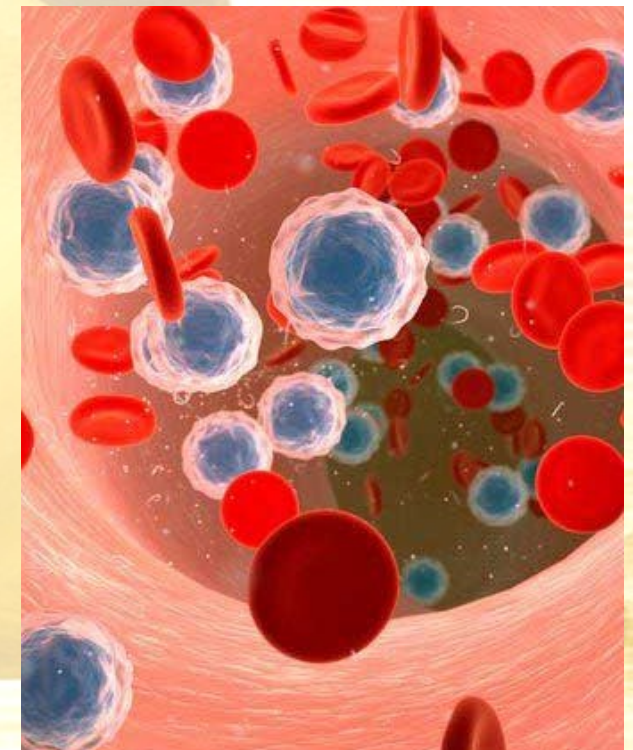
نوشیدن مایعات فراوان به دفع مواد زائد از بدن شما کمک می کند. گاهی به ویژه در حین درمان یا مدت کوتاهی پس از آن اشتهاى خود را از دست می دهید شاید ناراحت یا خسته باشید یا به نظرتان بیاید غذاها خوشمزه نیستند یا عوارض جانبی درمان (کم اشتهاى، حالت تهوع، زخم های دهانی) غذا خوردن شما را دچار مشکل می کند که پزشک یا پرستار شما راه هایی برای برخورد با این مشکل ارائه می دهند.

آنچه باید در مورد لوسمی بدانید:

لوسمی سرطانی است که در بافت های خونساز آغاز می شود، گلبول های سفید در مغز استخوان یا در بافت های مربوط به دستگاه لنفاوی مانند غدد لنفاوی، طحال و کبد با سرعت زیاد تکثیر یافته و به صورت نارس وارد جریان خون می شوند و در زمانی که باید، از بین نمی روند و جای سایر سلول های طبیعی را تنگ کرده و کار آن را مختل می کنند.

عوامل خطرزا:

تابش اشعه اثرات ناشی از انفجار بمب های هسته ای عکسبرداری تشخیصی با اشعه ی ایکس، سیگار، سر و کار داشتن با بنزن (ماده ای که در صنایع شیمیایی، پلاستیک سازی به عنوان حلال به کار می رود و در دود سیگار و بنزین نیز وجود دارد).



علائم بیماری به طور کلی:

تورم غدد لنفاوی، تب یا تعریق شبانه، عفونت پی در پی احساس خستگی و ضعف، به آسانی دچار خونریزی یا کبودی شدن، خونریزی لثه، لکه های ارغوانی روی پوست، تورم یا ناراحتی شکم، کاهش وزن بی دلیل و درد استخوان و مفاصل.

تشخیص:

معاینات بالینی، آزمایش خونف نمونه برداری، اسپیراسیون مغز استخوان، عکسبرداری از قفسه سینه، سونوگرافی، MRI، سی تی اسکن، آزمایش مایع نخاع.

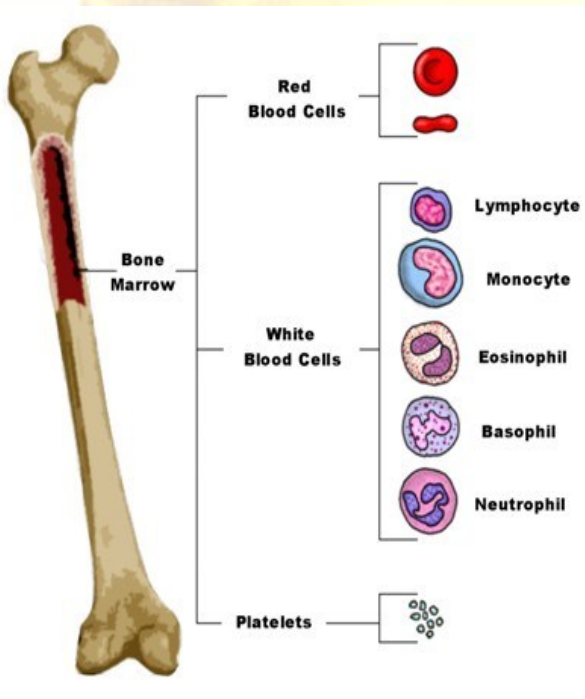


درمان:

شیمی درمانی و پیوند مغز و استخوان

مراقبت حمایتی:

* از آنجا که مبتلایان به لوسمی بسیار آسان دچار عفونت می شوند برای شما هم آنتی بیوتیک و سایر داروها تجویز می شود و معمولا توصیه می شود که از مکان های شلوغ و افرادی که سرما خوردگی دارند یا به بیماری های دیگر مسری مبتلا هستند پرهیز کنند.



* به دلیل کم خونی و خونریزی شاید هم نیاز به تزریق خون یا پلاکت داشته باشید.

* سرطان خونی و شیمی درمانی باعث می شود که دهان، حساس و به آسانی دچار عفونت شود و احتمال خونریزی آن افزایش یابد. دندانپزشکان و پرستاران به بیماران نحوه ی تمیز و سالم نگه داشتن دهان را در طول درمان نشان می دهند.