

لوسمی چیست؟

مغز استخوان مرکز تولید سلولهای خون است لوسمی سرطان بافتی خون ساز است که مغز استخوان و سیستم لنفاوی را گرفتار می کند. لوسمی از شایعترین انواع سرطان کودکان است و سالانه 4-3 مورد در هر صد هزار کودک به آن مبتلا می شوند. یکی از انواع سرطان است که با پیشرفت های درمانی شانس بهبودی از آن بطور شگفت آوری افزایش یافته است.

اثرات لوسمی بر بدن چیست؟

در تمام انواع لوسمی تکثیر سلولهای غیر طبیعی مغز استخوان افزایش می یابد. اما تولید سلولهای طبیعی خون کاسته می شود و حاصل آن مشکلات زیر است:

1- کم خونی (بعلت کاهش گلبولهای قرمز)

2- عفونت (کاهش نوتروفیل ها)

3- خونریزی (کاهش پلاکت ها)

انواع روشهای تشخیص لوسمی چیست؟

پزشک با کسب اطلاعات در مورد تاریخچه و علائم بیماری و معاینه جسمی کودک بررسی را شروع می کند و اقدامات زیر جهت تشخیص بیماری ادامه می یابد:

1- آزمایش سلولهای خون با خونگیری ساده.

2- بررسی سلولهای خون از مغز استخوان.

3- آزمایش مایع نخاع جهت بررسی سیستم عصبی

آزمایش خون به چه علت صورت می گیرد؟

معمول ترین آزمایشات جهت تشخیص آزمایش کامل خون و بیوشیمیایی خون و آزمایش کامل ادرار است. در آزمایش ساده خون که با خونگیری از ورید انجام می شود در آزمایشگاه کاهش عناصر خونی طبیعی و افزایش در تولید سلولهای نارس تعیین می شود. این آزمایش پس از تشخیص و در طول درمان نیز تکرار می شود. آزمایش بیوشیمیایی خون نیز با نمونه گیری خون از ورید انجام

می شود و عملکرد کلیه و کبد و تعادل الکترولیتها بررسی می شود.

آزمایش مغز استخوان چگونه انجام می شود؟

در مرکز استخوان خونسازی صورت می گیرد. در این آزمایش توسط یک سوزن مخصوص مایع مغز استخوان کشیده می شود و یا نمونه برداری انجام می شود. قبل از انجام روش آمادگی خاص لازم نیست. تنها در کودکان بزرگتر آمادگی روانی جهت روش مفید است جهت تخفیف درد از مسکن یا بیحس کننده استفاده می شود و نمونه گیری به روش استریل در بخش توسط پزشک انجام می شود. بعد از نمونه گیری نیز یک پانسمان ساده در محل قرار می گیرد.

آزمایش مایع نخاع چگونه انجام می شود؟

جهت بررسی بیماری در طول بیماری و درمان این آزمایش تکرار می شود. طی این روش با داخل کردن سوزن به فضای بین مهره پانین که (محلی که قبل از آن نخاع تمام شده است) مایع نخاع کشیده می شود. این روش بصورت استریل و در بخش توسط پزشک انجام می شود. قبل از انجام روش از مسکن یا بی حسی موضعی استفاده می شود. پس از انجام آزمایش یک پانسمان کوچک استریل در محل قرار می گیرد و در صورت امکان بهتر است کودک صاف به پشت بخوابد.

علائم هشدار دهنده سرطان خون (لوسمی)

- احساس ناخوشی عمومی

-تظاهر لکه های دانه اناری زیرجلدی پوست

(petechiae)

-لخته یا منعقد نشدن خون در پی ایجاد زخم یا بریدگی

-ضعف و خستگی مفرط

-عفونتهای مکرر و عود آنها

-دردهای استخوان و مفاصل

-تنگی نفس در اثر فعالیت

تب و لرز و نشانه های شبه سرماخوردگی

-رنگ پریدگی پیشرونده

-تورم و بزرگی حجم غده های لنفاوی، طحال و کبد

-احساس سیری و بی اشتها

-کم خونی

-خواب آلودگی

-خونریزی مکرر بینی

-تورم و خونریزی لثه ها

-ضعف و لاغری ممتد

علاوه بر نشانه های فوق ممکن است عوارضی در بیمار ظاهر شود که به اجتماع یافته ها و سرایت سرطان به اندامهای دیگر بدن مربوط باشد. در چنین مواردی بیمار از سردرد، حالت تهوع و استفراغ، کاهش سطح هوشیاری، تشنج، دید مضاعف، فلج اعصاب مغز، عدم حفظ تعادل، تورم در ناحیه گردن و صورت شکایت می کند.

درمان لوسمی چگونه است؟

درمان لوسمی با توجه به نوع آن متفاوت است اما درمان عموماً توسط شیمی درمانی با و یا بدون اشعه درمانی صورت می گیرد.

رژیمی سالم برای مبتلایان به لوسمی

به علت اثرات مخربی که این بیماری بر روی بدن دارد و همه بدن را تحت الشعاع خود قرار می دهد، داشتن یک تغذیه صحیح و اجرای یک برنامه غذایی سالم بسیار حائز اهمیت است. به علت روش های درمانی گوناگونی که بیماران سرطانی مجبور به تحمل آن ها هستند، کاهش وزن به طور حتم اتفاق می افتد. اشتها در این بیماران به سرعت کاهش می یابد. یک بیمار سرطانی باید از رژیم پیروی کند که در آن تمام گروه های غذایی وجود دارند. این بیماران باید از وعده های غذایی کم حجم استفاده نمایند،

لوسمی در کودکان



تهیه و تنظیم:

حمیده فلاح

دانشجوی پرستاری

-یکی از عوارض شیمی درمانی خستگی شدید است که در طی نخستین هفته شروع تا 2 تا 4 هفته بعد از بین می رود از ورزش های سبک و منظم کمک بگیرید.
- در بین فعالیت های روزانه استراحت نمایید.

-واکسیناسیون تا 6 ماه پس از خاتمه درمان ممنوع است.
* برای افراد مبتلا به لوسمی، غذا خوردن در بین افراد خانواده و جمع فامیل بسیار کمک کننده است. این کار باعث می شود که حواس این افراد پرت شود و بهتر غذا بخورند.
* برای این افراد غذاهای خوشمزه و لذیذ تهیه نمایید و بیشتر از غذاهایی که در مقادیر کم تهیه می شوند، استفاده نمایید. این کار به آن ها کمک زیادی می نماید و از خسته شدن آن ها در هنگام خوردن می کاهد.

* انجام برخی ورزش ها و فعالیت های بدنی، به منظور افزایش اشتها و تمایل این افراد به خوردن، مفید خواهد بود.

* در بعضی از بیماران مبتلا به لوسمی افزایش وزن و چاقی، اتفاقی معمول و شایع است که این امر به دلیل احتباس آب، در بدن این افراد است.
* اجرای رژیم های کاهش وزن برای این بیماران اصلا کار صحیحی نیست، بلکه یک رژیم کم چرب و کم نمک برای این بیماران مفید خواهد بود.

حمایت از خانواده و کودک بیمار تنها با ایجاد ارتباط شفاف و افزایش فهم و درک آنان فراهم می شود.

«زیرا»

**با درک و فهم، ترس کاهش می یابد
در فقدان ترس، امید به کمک انسان می آید**

**و
با امید، هر چیزی ممکن است.**

ولی تعداد وعده های غذایی آن ها باید به بیشتر از 6 وعده در روز برسد.

کالری، پروتئین و آب:

پروتئین نیز برای تقویت این بیماران حائز اهمیت است. پروتئین را می توان از غذاهایی چون گوشت قرمز لخت، مرغ و ماهی به دست آورد. دریافت آب برای این بیماران، به منظور مقابله با کم آبی بدن مهم است، زیرا در نتیجه درمان هایی چون شیمی درمانی و رادیوتراپی، بدن این بیماران آب از دست می دهد. مصرف مقدار کافی آب و مایعات برای مقابله با بیبوست، بی حالی و رخوت که در این بیماران شایع است، کمک کننده می باشد.

سفارشیهای مهم به بیماران سرطان خون (لوسمی)

- _ رعایت بهداشت دقیق.
- _ در توالت خود را از عقب به جلو بشوید.
- _ لباسهای زیر را روزانه عوض کنید.
- _ دستها پس از توالت شسته شود.
- _ از تماس با افراد بیمار عفونی خودداری شود.
- _ از تماس با افرادی که واکسیناسیون انجام دهند علی الخصوص قطره فلج اطفال دریافت نمایند (حدود 4 هفته) خودداری نمایند.
- _ تنفس عمیق داشته باشید.
- _ در طول درمان از مصرف سبزی و سالاد خودداری نمایید.
- _ از میوه هایی که دارای پوست هستند مثل خیار-هندوانه -خریزه-سیب-گلابی و.... پس از شستشوی کامل با ریکا و اسکاج ابتدا پوست میوه را کنده و سپس داخل میوه را میل نمایند.
- _ از صرف میوه های بدون پوست مثل توت -توت فرنگی- انگور... خود داری شود.
- _ در صورت تب سریعاً به پزشک مراجعه نمایند.
- _ اگر جایی از پوست قرمز یا زخم شده باشد بلافاصله به پزشک معالج خود مراجعه نمایند.