



آموزش به بیمار

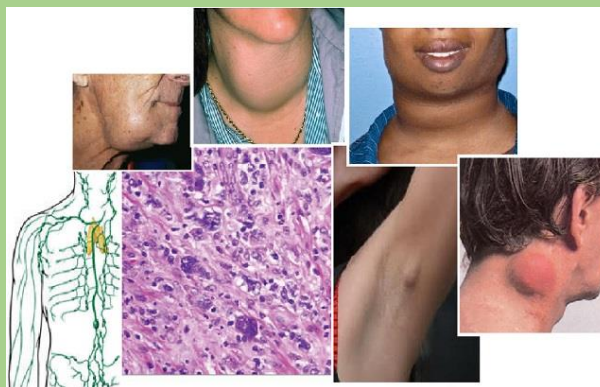
بیماری لنفوم (سرطان غدد لنفاوی)



واحد آموزش سلامت
بیمارستان
خاتم الانبیاء شیروان
زمستان ۱۴۰۳

-فقط از آب ولرم برای استحمام استفاده کنید.

-اغلب بیمارانی که تحت اشعه درمانی قرار می گیرند، دچار عوارضی مانند: بی اشتها، کاهش حس چشایی، تهوع و استفراغ و واکنش های پوستی می شوند. گاهی پوست ظاهری آفتاب سوخته یا برنزه پیدا می کنند که امری عادی است. برای استفاده از پمادهای پوستی بر روی این نواحی با پزشک خود مشورت نمایید.



-از رژیم غذایی پرپروتئین و پرکالری استفاده کنید.

-از خوردن غذاهایی که برای جویدن مشکل هستند، پرهیزید.

-از مواد غذایی نرم مانند: فرنی و شیربرنج استفاده کنید.

-از خوردن میوه و سبزیجات خام پرهیزید. میوه بایستی کاملاً ضد عفونی، پوست آن کنده و سپس خورده شود.

-از آب و سایر نوشیدنی ها همزمان با غذا پرهیزید.

-مایعات دریافتی را حداقل ۳ لیتر در ۲۴ ساعت استفاده کنید.

-از خوردن نوشابه ها یا غذاهای محكم پرهیزید.

-غذای خود را در یک محیط آرام و به دور از استرس تهیه کنید.

-جهت پیشگیری از زخم دهان از مسواک نرم استفاده کنید.

-از محلول های تجاری جهت شستشوی دهان استفاده نکنید. دهان خود را چهار بار در روز با آب ملایم شستشو دهید.

-از تزریق عضلانی خودداری کنید.

-از مالش و خاراندن پوست پیشگیری کنید.

بیماری لنفوم چگونه به وجود می آید؟

دستگاه لنفاوی شامل شبکه ای از لوله های نازک است که مانند رگ های خونی شاخه شاخه شده و در بافت های بدن گسترش می یابند.

گره های لنفاوی در زیر بغل ، کشاله ران، گردن، شکم و قفسه سینه وجود دارند.

لنفوم بیماری است که در سلول های بافت لنفاوی ایجاد میشود .

عوامل خطر آفرین کدام است؟

جنس – عوامل محیطی - سن بالا

لنفوم به دو گروه هوچکین و غیر هوچکین تقسیم میشود:

لنفوم غیر هوچکین نوعی بیماری است که دستگاه لنفاوی حالتی غیر طبیعی به خود میگیرند به طوری که بدون هیچ مهاری رشد کرده و تقسیم می شوند. این بیماری ممکن است با قسمتهای دیگر بدن نظیر مغز استخوان و یا طحال منتشر شود.

بیماری لنفوم چه علائمی دارد؟

–ورم بدون درد غده ها و گره های لنفی در گردن، زیر بغل و کشاله ران

- تب بدون علت و تعریق شبانه-خستگی مداوم - کاهش وزن بی دلیل-خارش پوست-لکه های قرمز روی پوست

ممکن است مراحل ابتدایی بیماری بدون درد باشد.

بیماری لنفوم چگونه درمان می شود؟

درمان به مرحله بیماری، سن بیمار و نوع سلولهای مبتلا بستگی دارد. درمان شامل دارو درمانی، اشعه درمانی و یا ترکیبی از این دو خواهد بود.

پیوند مغز استخوان و یا جراحی جزئی از درمان می باشد

نکات خودمراقبتی:

-از مصرف داروهایی که باعمل انعقاد مداخله ایجاد

میکنند مثل آسپرین خودداری کنید.

-جهت اصلاح صورت از تیغ یا خودتراش استفاده نکنید.

-از خشکی لب هایتان بپرهیزید.

-از فین کردن بپرهیزید.

-از بیبوست پیشگیری کنید. داشتن دفع طبیعی و

منظم اهمیت دارد و از احتمال بروز هموروئید و

خونریزی پیشگیری می شود.

-از تنقیه و معاینه از راه مقعد پیشگیری کنید. جهت جلوگیری از بیبوست از نرم کننده های مدفوع

طبق نظر پزشک معالج استفاده کنید.

-در صورت بروز اسهال به پزشک معالج مراجعه کنید.

-از فعالیت هایی که امکان آسیب در آن وجود دارد

بپرهیزید، مثل استفاده از تیغ و سایر اجسام تیز، فین

کردن، زوز زدن هنگام اجابت مزاج و ورزش های تماسی.

-از تماس با افرادی که سرما خورده اند یا مبتلا به

به بیماری های عفونی می باشند بپرهیزید.

-شستشوی کامل دستها را، قبل از انجام هر

کاری به ویژه قبل از غذا خوردن و بعد از رفتن به

سرویس بهداشتی حتما انجام دهید و از بروز

عفونت پیشگیری کنید.

-وعده های غذایی خود را در حجم کم و دفعات

متعدد مصرف کنید