

شرح بیماری:

تومورهای نخاع شامل رشد سلولهای غیر سرطانی (خوشخیم) و یا سرطانی (بدخیم) در نزدیکی و یا داخل نخاع و یا در داخل استخوانهای ستون فقرات است. توموری که بر استخوانهای مهرهها اثر میگذارد، تومور مهرهای گفته میشود. تومورهای نخاعی ممکن است با توجه به محل قرارگرفتن تومور به یکی از این سه دسته زیر تقسیم شوند:

تومورهای داخل نخاعی

- این تومورها در خود سلولهای نخاعی ایجاد میشوند.
- **تومورهای داخل غشای نخاعی**
- **تومورهای خارج غشای نخاعی**

• تومورها از بخشهای مختلف بدن میتوانند به مهره ها و نخاع انتشار پیدا کنند (متاستاز).

❖ علائم و نشانه ها

- ❖ درد در ناحیه ی تومور
- ❖ درد کمر که اغلب به نواحی دیگر بدن کشیده شده و بدتر شدن آن در شبها
- ❖ احساس گرما یا سرمای شدید
- ❖ از دست رفتن فعالیت مثانه یا روده (بی اختیاری در دفع ادرار و مدفوع)
- ❖ مشکلات راه رفتن که گاهی منجر به افتادن میشوند
- ❖ ضعف عضلات، به خصوص در دستها یا پاها

کمر درد اولین علامت شایع تومور نخاعی است. درد ممکن است به نواحی پایینی کمر مثل لگن یا پاها کشیده شود و با گذشت زمان بدتر شود.

❖ علل شایع

دلیل مشخصی برای بسیاری از تومورهای نخاعی وجود ندارد. متخصصان معتقدند که مشکلات ژنهای نقش مهمی دارند. اما معمولاً مشخص نیست که این نقص در ژن به صورت ارثی منتقل میشوند یا با گذشت زمان ایجاد میشوند. این نقصها ممکن است گاهی بر اثر عوامل محیطی مثل قرار گرفتن در معرض مواد شیمیایی خاص ایجاد شوند. اما تومورهای نخاعی با بیماریهای ناشناختهی ارثی در ارتباط هستند.

برای تشخیص بیماری تومور نخاعی سه مرحله وجود دارد:

سابقه خانوادگی: ابتدا پزشک سابقه خانوادگی بیمار را بررسی میکند زیرا در صورت وجود موارد مشابه امکان ابتلا به این بیماری بیشتر است.

تصاویر اشعه ایکس: پزشک پس از رد احتمالات دیگر درخواست تصاویر ام آر آی می دهد تا بتواند محل دقیق قرار گیری تومور نخاعی را مشخص کند.

بیوپسی نخاعی: در برخی موارد برای تشخیص دقیق تومور نخاعی نیاز به نمونه برداری از آن است که این روش معمولاً بدون جراحی و به کمک یک سوزن و تصاویر ام آر آی و یا سی تی اسکن انجام می شود.

درمان: گزینه های درمانی تومورهای نخاعی عبارتند از:

❖ بررسی مداوم رشد تومور

برخی از تومورهای نخاعی ممکن است پیش از بروز علائم، کشف شوند. اگر تومورهای کوچک در حال رشد نباشند و به بافتهای اطراف فشار وارد نکنند، نظارت دقیق آنها مورد نیاز است. برای معاینه دقیقتر تومور، پزشک ممکن است سیتی اسکن یا ام آر آی را توصیه کند.

❖ جراحی

این درمان اغلب برای تومورهایی استفاده میشود که خطر عمل جراحی کمتر از وجود تومور است

❖ اشعه درمانی

این روش برای حذف بقایای تومور پس از جراحی استفاده میشود. این روش همچنین برای تومورهایی که با جراحی نمیتوان آنها را خارج کرد یا خطر زیادی دارد، مورد استفاده قرار میگیرد.

❖ شیمی درمانی

شیمی درمانی یک روش استاندارد برای بسیاری از سرطانهاست. شیمی درمانی با استفاده از داروهایی که سلولهای سرطانی را تخریب و از رشد آنها جلوگیری میکند، انجام میشود. مشکلات شیمی درمانی عبارت است از خستگی مفرط، تهوع، استفراغ، عفونت و ریزش مو

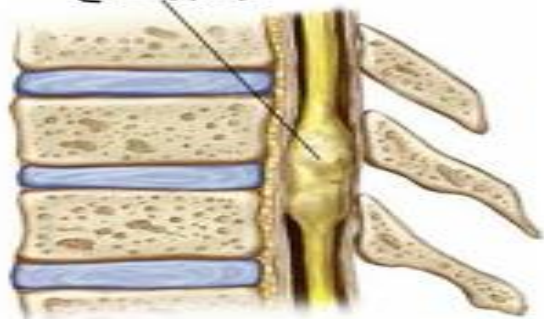
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز



بیمارستان شهید چمران



تومور نخاع



* سعی کنید خوب غذا بخورید

یک رژیم غذایی سالم برای مبارزه با سرطان باید حاوی مقدار زیادی میوه و سبزیجات تازه (بویژه انواع غنی از آنتی اکسیدان مانند انواع توت‌های تیره، انگور، کلم بروکلی و لفل)، گوشت بدون چربی و ماهی و همچنین غلات سبوسدار و سرشار از فیبر باشد. سرطان با مصرف شکر، و شیرینی و خیم تر میشود

* ورزش منظم و کافی داشته باشید

یکی از روشهای دیگر برای تقویت سیستم ایمنی بدن و حفظ وزن سالم، انجام ورزشهای قلبی عروقی منظم و روزانه است. بسته به نوع و مرحله ی سرطان، ممکن است انجام برخی تمرینات نامناسب باشد. بنابراین همیشه در این مورد زیر نظر پزشک خود فعالیت کنید.

* از حمایت گروههای پشتیبانی استفاده کنید

از اینکه به سرطان مبتلا شده اید خجالت نکشید و به دوستان و خانواده خود بگویید. به آنها اجازه دهید تا از راههایی که میتوانند، به شما کمک کنند. در مورد پیدا کردن گروههای پشتیبانی از بیماران سرطانی، میتوانید با پزشک یا پرستار خود مشورت کنید

دیگر روشهای درمانی

از آنجا که جراحی و اشعه درمانی و همچنین خود تومورها میتوانند باعث ورم نخاع شوند، پزشک گاهی داروهای کورتیکواستروئیدها (کورتون) را برای کاهش ورم بعد از جراحی یا حین اشعه درمانی توصیه میکند. اگرچه کورتیکواستروئیدها ورم را کاهش میدهند، ولی تنها برای دوره های کوتاه مدت مورد استفاده قرار میگیرند چون این داروها باعث مشکلاتی مانند ضعف، پوکی استخوان، فشارخون بالا، مرض قند (دیابت) و عفونت میشوند

* مراقبت های بعد از جراحی

استراحت: پس از جراحی تومور نخاعی فرد بیمار نیاز به استراحت دارد و زمان بستری شدن بیمار بسته به وضعیت سلامتی آن بین ۲ الی ۱۴ روز متغیر است. توانبخشی: بیمارانی که جراحی تومور نخاعی را گذرانده اند به توانبخشی بعد از آن نیز نیاز دارند و لازم است مدتی تحت نظر یک فیزیوتراپ قرار بگیرند و تمرینات لازم را انجام دهند. پس از توانبخشی از طریق فیزیوتراپی بیمار می تواند به فعالیت های روزانه خود بازگردد.

دوران نقاهت: ممکن است دوران نقاهت بیمار بین ماه به ۱ تا ۳ ماه به طول بی انجامد بنابراین لازم است بیماران در این دوران از رفتار های پرخطر مانند انجام حرکات جنبشی سنگین، بلند کردن اشیاء سنگین و حرکات ناگهانی خودداری کند تا هرچه سریعتر بهبودی و سلامتی کامل خود را به دست آورد.

کد: pm-06-122-A

شناسنامه ی بروشور آموزشی

عنوان	خود مراقبتی در تومورهای نخاع
تهیه کننده	آذر محمدی کارشناس پرستاری
تایید کننده	کارگروه آموزش به بیمار
سال تهیه: ۱۴۰۱	بازبینی: ۱۴۰۵
منابع:	برونر و سودارث - پرستاری داخلی جراحی ۲۰۲۲
پزشک تایید کننده:	
دکتر سیدعلی هاشمی	
ناظر کیفی: دکتر سیدعباس رخشا	

(مددجوی محترم لطفا پس از مطالعه ، بروشور را به

جایگاه خود "استند کنار ایستگاه پرستاری" برگردانید)