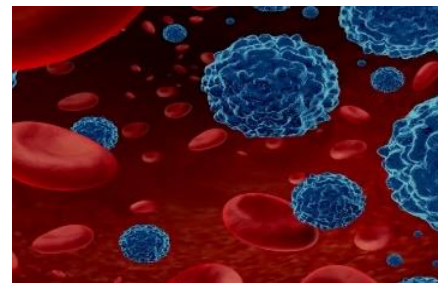


مولتیپل میلوما

مولتیپل میلوما که عموم مردم آن را به سرطان مغز استخوان می شناسند در نوعی از گلبولهای سفید خون به نام پلاسما سل ایجاد می شود. مولتیپل میلوما منجر به تجمع سلولهای سرطانی در مغز استخوان می شود.

علت

علت بروز میلوما یک اختلال در فرایند تولید سلولهای خونی است میلوما با یک گلبول سفید غیر طبیعی در مغز استخوان آغاز می شود. مغز استخوان یک بافت نرم و تولید کننده خون است که قسمت مرکزی استخوان ها را پر می کند. این سلول های غیر طبیعی به سرعت تکثیر می شوند، و از آنجا که نمی توانند بالغ شوند، از بین می روند و در مغز استخوان تجمع یافته و تولید سلولهای سالم را مختل می سازند. سلولهای میلوما همانند پلاسما سل های سالم برای تولید آنتی بادی تلاش می کنند اما آنتی بادی های غیر طبیعی تولید می کنند که بدن نمی تواند از آنها استفاده کند. و سبب بروز مشکل می شود.



علائم

درد استخوان به خصوص در ستون فقرات یا قفسه سینه

- تهوع
- یبوست
- کاهش اشتها
- کاهش وزن
- ضعف یا بی حسی پاها
- تشنگی بیش از حد
- خستگی

عوامل خطر

- افزایش سن
- جنس مذکر، احتمال بروز بیماری در مردان بیشتر از زنان است.
- نژاد، احتمال بروز بیماری در سیاه پوستان ۲ برابر سفید پوستان است

روش های تشخیصی

در برخی موارد پزشک به صورت تصادفی و هنگامی که برای تشخیص بیماری های دیگر برای شما درخواست آزمایش خون داده است مولتیپل میلوما را کشف می کند. در سایر موارد پزشک ممکن است این بیماری را با توجه به علائم تشخیص دهد.

تشخیص

- آزمایش ادرار
- آزمایش خون
- بررسی مغز استخوان که از طریق نمونه گیری با ورود یک سوزن بلند به داخل استخوان به دست میاید
- تصویربرداری با ام آر آی (MRI)
- و سی تی اسکن (CT)

روشهای درمانی

در صورت بروز علائم، درمان می تواند به تسکین درد، کنترل عوارض بیماری، ایجاد ثبات در وضعیت بیمار و کاهش سرعت پیشرفت بیماری کمک کند.

اگر شما به مولتیپل میلوما مبتلا هستید اما هیچ علائمی ندارید درمان فوری مورد نیاز نیست. با این حال پزشک به طور منظم شما را به منظور تشخیص بروز علائم بیماری مورد پیگیری قرار می دهد. این امر ممکن است نیازمند انجام دوره ای آزمایشات خون و ادرار باشد.

اگر علائم بیماری ایجاد شود یا پیشرفت کند شما و پزشکتان ممکن است تصمیم به شروع درمان بگیرید. اگرچه هیچ درمانی برای این بیماری وجود ندارد اما درمان مناسب سبب برگشت شما به فعالیت نسبتاً طبیعی می شود .



مرکز آموزشی درمانی الزهرا (س)

یامن اسمه دواء و ذکره شفاء

راهنمای بیمار

مولتیپل میلوما

کدمختوا: ۳۳۶

www.alzhra.mui.ac.ir

salamat@azh.mui.ac.ir

03136202008



- آجیل ها منبع خوبی از منیزیم و سایر املاح معدنی و روغن های خوب و پروتئین هستند.
- مصرف آب با توجه به شیمی درمانی ضروری می باشد. حتما روزانه ۸ تا ۱۰ لیوان مصرف نماییم.
- شیمی درمانی ممکن است مشکلات گوارشی برای بعضی افراد ایجاد کند که مصرف فلفل، قهوه و سرکه باعث بدتر شدن علائم می شود و نباید مصرف شود.
- این افراد مستعد عفونت هستند بنابراین خیلی مهم است که تغذیه ایمن داشته باشند.
- مغزها و آجیل ها باید بو داده مصرف شوند.
- دستان خود را با آب گرم و صابون حداقل به مدت ۲۰ ثانیه بشویید.
- غذاهای فاسد شدنی را در فاصله ۲ ساعت از خریدشان فریز کنید.
- تمام سبزیجات و میوه ها را قبل از خوردن خوب بشویید.
- مواد خام مانند گوشت، ماهی را خوب بپزید.

تهیه کننده: نیلوفر عطایی زاده "کارشناس پرستاری منبع: درسامه طب داخلی واشنگتن
راهنمای بیمار در سرطان مغز استخوان ۲۰۱۶ برایان ج م هری. بنیاد بین المللی میلوم ، هاریسون
مشاور علمی: دکتر علی حاجی غلامی "متخصص انکولوژی"

طراحی و تدوین: مریم اقتداری ، زهرا باقری "کارشناسان ارشد پرستاری" دفتر آموزش سلامت الزهرا مهر ۱۴۰۴

شیمی درمانی

پرتو درمانی

پیوند سلول های بنیادی

پیوند سلولهای بنیادی شامل فرآیندی است که طی آن مغز استخوان فرد بیمار با مغز استخوان سالم جایگزین می شود.

عوارض بیماری

درد استخوان: داروهای ضد درد، پرتو درمانی و جراحی ممکن است به کنترل درد استخوان کمک کند

عفونت: پزشک ممکن است انجام واکسیناسیون را به منظور پیشگیری از بروز عفونت ها مانند آنفلوآنزا و پنومونی توصیه کند.

کم خونی: اگر کم خونی داشته باشید پزشک داروهایی برای افزایش تعداد سلول های قرمز خون توصیه می کند.

عوارض کلیوی: افراد مبتلا به آسیب کلیوی شدید ممکن است به دیالیز نیاز داشته باشند.

تغذیه

- برای تامین پروتئین مورد نیاز در شرایط درمان باید از انواع حبوبات، ماهی، مرغ، تخم مرغ، گوشت قرمز، گوشت سفید مغزپخت بصورت متعادل استفاده کنید.
- سیب زمینی منبع خوبی از نشاسته و اسید فولیک است.