



Canadian Cancer Society
Société canadienne du cancer

سرطان بیضه

شناخت سرطانی که به آن مبتلا هستید



بیایید سرطان را ریشه کن کنیم
1 888 939-3333 | www.cancer.ca

کاری که ما انجام می دهیم

با سپاس از همکاری داوطلبان و کارمندان، و گشاده دستی مردم خیر، "انجمن کانادایی مبارزه با سرطان" پیشتاز مبارزه با سرطان است. این انجمن وظایف زیر را عهده دار می باشد:

- حمایت مالی از تحقیقات برگزیده در مورد انواع سرطانها
- نمایندگی و وکالت مردم در سیاستگذاری های مربوط به سلامت و بهداشت عمومی جامعه
- ترویج یک روش زندگی سالم برای کمک به کاهش خطر ابتلا به سرطان
- در اختیار گذاشتن اطلاعات در مورد سرطان
- حمایت از افراد مبتلا به سرطان
- جهت کسب جدیدترین اطلاعات در مورد سرطان، خدمات ما و چگونگی اهداء کمکهای نقدی لطفاً با ما تماس بگیرید.



Canadian Cancer Society
Société canadienne du cancer

بیایید سرطان را ریشه کن کنیم

1 888 939-3333 | www.cancer.ca

این بروشور که توسط "انجمن کانادایی مبارزه با سرطان" تهیه شده، حاوی اطلاعات عمومی است. این اطلاعات جایگزین توصیه های افراد ذیصلاحی که خدمات بهداشتی ارائه می دهند، نمی گردد. مطالب این بروشور را می توان بدون اجازه کپی برداری و تکثیر نمود، اما باید این عبارت در آن قید شده باشد: سرطان بیضه: شناخت سرطانی که به آن مبتلا هستید. Canadian Cancer Society 2009.

این بروشور توسط "گروه ایرانی حمایت از بیماران سرطانی" (ICSG) در سال ۲۰۰۹ از انگلیسی به فارسی ترجمه شده است.

سرطان بیضه

شناخت سرطانی که به آن مبتلا هستید

وقتی برای اولین بار می‌شنوید که به سرطان مبتلا شده‌اید، ممکن است احساس تنهایی و ترس شما را فرا بگیرد. همچنین ممکن است احساس کنید ذهن‌تان از حجم زیادی از اطلاعات انباشته شده و فشار زیادی را برای تصمیم‌گیری‌های صحیح متحمل می‌شوید.

اطلاعات مقدماتی در این بروشور به شما و خانواده‌تان کمک می‌کند تا در جهت شناخت سرطان بیضه (Testicular Cancer) اولین گام را بردارید. فهم بهتر سرطانتان به شما کمک می‌کند که احساس کنید شرایط را تحت کنترل خود دارید و بتوانید با تیم معالجتان به نحوی همکاری کنید که بهترین راه مراقبت از شما برایتان انتخاب شود.

سرطان چیست؟

سرطان بیماری‌ای است که از سلولهای بدن شروع می‌شود. بدن ما ساخته شده از میلیون‌ها سلولی است که با همدیگر گروه‌بندی شده تا بافتها و اندامهایی مثل عضلات و استخوانها، ریه‌ها، یا کبد را بسازند. ژنهای داخل هر سلول به آن دستورهای لازم جهت رشد، کار، تولید مثل و انهدام را صادر می‌کنند. در حالت طبیعی، سلولهای ما این دستورها را اطاعت می‌کنند و ما سالم می‌مانیم.

اما گاهی دستورالعملهای برخی از سلولها مبهم و مغشوش شده، موجب رفتار غیر طبیعی سلول می‌گردد. این سلولها به صورت غیر قابل کنترلی رشد می‌کنند و تقسیم می‌شوند. پس از مدتی، گروهی از سلولهای غیرطبیعی، تومورها یا غده‌ها را شکل می‌دهند.

تومورها یا خوش‌خیم (غیرسرطانی - *Benign*) هستند یا بدخیم (سرطانی - *Malignant*). سلولهای تومور خوش‌خیم در یک نقطه از بدن باقی می‌مانند و معمولاً تهدیدی برای سلامتی و حیات محسوب نمی‌شوند.

سلولهای تومور بدخیم قادرند به بافتهای اطراف خود حمله کرده، در بقیه بدن پخش شوند. پخش شدن سلولهای توموری در بقیه بدن "متاستاز" (*Metastases*) نامیده می‌شود.

اغلب نخستین نشانه آنکه یک تومور بدخیم انتشار یافته باشد، تورم غدد لنفاوی نزدیک آن است، اما سرطان می‌تواند تقریباً به هر نقطه‌ای از بدن پخش شود. بسیار مهم است که تومورهای بدخیم را هر چه زودتر پیدا و درمان کنیم.

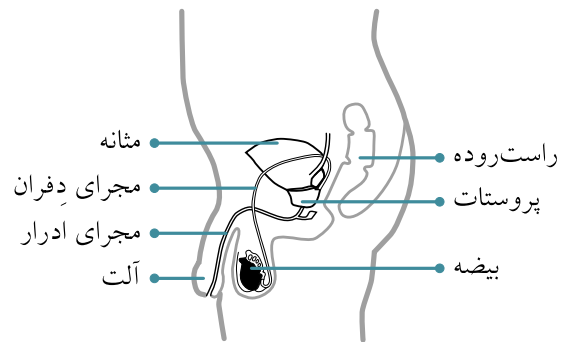
سرطانهای مختلف بر اساس نام اندامی که سرطان از آنجا شروع شده نامگذاری می‌شوند. به عنوان مثال، سرطانی که در بیضه شروع شده اما به کبد گسترش یافته است، سرطان بیضه با متاستاز کبدی نامیده می‌شود.

سرطان بیضه چیست؟

سرطان بیضه در سلولهای بیضه (testicle) شروع می‌شود. بیضه‌ها که بخشی از دستگاه تولید مثل مردان هستند، دو عضو تخم مرغی شکل بوده که در کیسه پوستی شلی بنام اسکروتوم (scrotum) در قاعده آلت تناسلی قرار گرفته‌اند. طناب اسپرمی (spermatic cord) بیضه‌ها را در داخل کیسه بیضه به صورت معلق نگه می‌دارند. طناب اسپرمی، خود شامل مجراهای اوران (ductus deferens)، چند غدهٔ لنفاوی، عروق خونی و رشته‌های عصب می‌باشد.

بیضه‌ها، اسپرم و هورمون مردانه تستوسترون (testosterone) را تولید می‌کنند. شکل‌گیری اسپرمها در سلولهای زاینده (germ cell) درون بیضه‌ها آغاز می‌گردد. بیشتر سرطانهای بیضه در همین سلولهای زاینده شروع می‌شوند و به آنها تومورهای سلولهای زاینده می‌گویند.

تومورهای سلولهای زاینده به دو نوع اصلی تقسیم می‌شوند: سمینوما (seminomas) و غیر سمینوما (non-seminomas). هر کدام از این دو نوع به صورت متفاوتی رشد کرده، درمانهای متفاوتی نیز دارند. هر دو نوع سرطانهای بیضه به طور موفقیت‌آمیزی قابل درمان هستند.



علل بروز سرطان بیضه

عامل منحصر به فردی که سرطان بیضه را به وجود بیاورد وجود ندارد، اما به نظر می‌رسد بعضی عوامل احتمال بروز آن را افزایش می‌دهند، که عبارتند از:

- تأخیر در پایین آمدن بیضه‌ها (اگر زود ترمیم نشود)
- سن - بین ۱۵ تا ۴۹ سالگی
- سابقه شخصی یا خانوادگی سرطان بیضه
- تکامل غیر طبیعی بیضه‌ها

برخی از مردان بدون داشتن هیچ کدام از عوامل خطرآفرین فوق به سرطان بیضه مبتلا می‌شوند.

نشانه‌های سرطان بیضه

شایع‌ترین نشانه‌های اولیه سرطان بیضه، پدید آمدن توده یا تورم روی بیضه است. توده‌ها ممکن است بدون درد یا کمی ناراحت کننده باشند. احساس سنگینی یا ناراحتی در ناحیه پایینی شکم و یا در کیسه بیضه نیز شایع است.

تشخیص سرطان بیضه

به احتمال زیاد پزشکتان پس از صحبت با شما درباره وضعیت سلامتی‌تان و انجام یک معاینه کامل، مشکوک به سرطان بیضه در شما شده است. برای تأیید تشخیص، پزشکتان ترتیب انجام چند آزمایش خاص را خواهد داد. امکان دارد از این آزمایشها برای تعیین "مرحله" (stage) سرطان نیز استفاده شود. ممکن است یک یا چند آزمایش زیر بر روی شما انجام گردد:

بیرون آوردن بیضه و نمونه‌برداری (Biopsy): معمول

است که برای تشخیص قطعی سرطان بیضه، کل بیضه مشکوک به سرطان بیرون آورده شود. به این عمل جراحی، آرکیکتومی یا آرکیدکتومی (orchietomy or orchidectomy) می‌گویند. عمل جراحی تحت بیهوشی عمومی انجام می‌گیرد، و معمولاً شما را یک روز بعد از عمل از بیمارستان مرخص می‌کنند. با بیضه سالم باقی مانده، شما قادر به نعوظ و بچه‌دار شدن خواهید بود.

مرحله‌بندی سرطان

وقتی که تشخیص قطعی سرطان داده شد و تیم معالجتان اطلاعات مورد نیازش را به دست آورد، مرحله سرطانانتان تعیین خواهد شد.

مرحله‌بندی سرطان، اندازه تومور را تعیین می‌کند و بیان می‌دارد که تومور از محل شروع رشد خود انتشار یافته است یا خیر.

چهار مرحله برای سرطان بیضه وجود دارد:

شرح	مرحله
سلولهای غیر طبیعی تنها در لوله‌های باریکی که اسپرمها در آنها شروع به شکل‌گیری می‌کنند، پیدا می‌شوند. سلولهای سرطانی به بافت طبیعی تهاجم نمی‌کنند. گاهی به این حالت، شرایط پیش-سرطانی هم می‌گویند.	صفر
سرطان تنها در بیضه است.	۱
سرطان به غدد لنفاوی داخل شکم انتشار یافته است، اما هنوز به نقاط دورتر بدن نرسیده است.	۲
سرطان به غدد لنفاوی نزدیک یا دور، و احتمالاً به یک یا دو عضو دیگر بدن مثل ریه‌ها انتشار یافته است.	۳

مهم است که مرحله سرطان شما مشخص شود. این اطلاعات به شما و تیم معالجتان کمک می‌کند که بهترین درمان برای شما انتخاب شود.

سلولهای بیضه برداشته شده در زیر میکروسکوپ بررسی می‌گردند و اگر سلولها سرطانی باشند، ممکن است بررسی بیشتری صورت بگیرد تا نوع سرطان و سرعت رشد آن مشخص شود. اگر سرطان از بیضه فراتر نرفته باشد، همین عمل جراحی ممکن است تنها درمانی باشد که شما احتیاج داشته باشید.

آزمایشهای خون: خون بیمار گرفته شده و انواع مختلف سلولهای خونی از نظر طبیعی بودن تعداد و شکل ظاهری مورد مطالعه قرار می‌گیرد. این آزمایشها به پزشک شما نشان می‌دهند که اندامهای بدن شما تا چه حد درست کار می‌کنند و ممکن است وجود سرطان را هم معلوم کند. سرطان بیضه را ممکن است بتوان از طریق مواد شیمیایی خاصی بنام نشانگرهای سرطان (tumour markers) که در خونتان وجود دارند، شناسایی کرد. نشانگرهای سرطان بیضه عبارتند از AFP (آلفا فیتو پروتئین یا پروتئین جنینی آلفا)، β -HCG (گنادوتروپین کوریونیک انسانی نوع بتا) و LDH (لاکتات دهیدروناز).

مطالعات تصویربرداری: مطالعات تصویربرداری امکان بررسی بافتها، اندامها و استخوانهای شما را با جزئیات بیشتر فراهم می‌کنند. با استفاده از اشعه ایکس، سونوگرافی، سی.تی.اسکن، ام.آر.آی یا اسکنهای استخوان، تیم معالج تصویری از اندازه تومور در دست خواهد داشت و خواهد دید که آیا تومور گسترش یافته است یا خیر. معمولاً این نوع آزمایشها بدون درد هستند و برای انجام آنها نیازی به بی‌حسی یا بیهوشی نیست.

روشهای درمان سرطان بیضه

در حالی که تشخیص سرطان در یک فرد به احتمال زیاد باعث ترس و نگرانی او خواهد شد، سرطان بیضه، حتی اگر انتشار پیدا کرده باشد، در اکثر مردان قابل درمان است. تیم معالج شما، سلامت عمومی تان و نوع و مرحله سرطان شما را در نظر خواهد داشت تا بر اساس اینها بهترین درمان را برای شما توصیه کند. شما با تیم معالجتان همکاری خواهید نمود تا انتخاب نهایی درمانتان انجام پذیرد. اگر سؤال یا نگرانی خاصی دارید، با آنها صحبت کنید.

از تیم معالجتان بپرسید که آیا درمان سرطان بر توانایی بچه‌دار شدن تان تأثیر خواهد گذاشت. می‌توان اسپرم شما را برای استفاده پس از درمان ذخیره نمود. تیم معالجتان می‌تواند در برنامه‌ریزی این امور به شما کمک کند.

بعضی از درمانها می‌توانند باعث عقیمی دائمی شوند.

پیش از آنکه هر گونه درمانی را شروع کنید، در مورد ذخیره‌سازی اسپرم (یعنی منجمد کردن اسپرم برای استفاده در آینده، پیش از شروع درمان) با پزشک خود صحبت کنید. ذخیره‌سازی اسپرم به شما این امکان را می‌دهد که بعداً در مورد بچه‌دار شدن تصمیم بگیرید. مردان جوان وقتی که جوان هستند و با تشخیص و درمان سرطان بیضه مواجه می‌شوند، اغلب به تشکیل خانواده و بچه‌دار شدن فکر نمی‌کنند. ذخیره‌سازی اسپرم گزینه‌های مهمی در اختیار شما و شریک زندگی آینده‌تان قرار می‌دهد.

درمانهای سرطان بیضه بر هر فرد تأثیر متفاوتی می‌گذارند و پیش‌بینی عوارض جانبی‌ای که روشهای مختلف درمان بر روی شما خواهد داشت، مشکل است. تیم معالجتان به شما خواهند گفت که در حین هر درمان انتظار چه عارضه جانبی‌ای را داشته باشید. آنها همچنین به شما خواهند گفت که کدام عارضه را بلافاصله گزارش دهید و برای گفتن کدام یک از آنها می‌توانید تا قرار ملاقات بعدی صبر کنید. اگر متوجه هرگونه علائم یا عارضه جانبی‌ای شده‌اید که انتظارش را نداشتید، هر چه زودتر با یکی از اعضاء تیم معالجتان صحبت کنید.

بیماران اغلب نگران عوارض جانبی درمانشان هستند. به هر حال اغلب اوقات می‌توان عوارض جانبی را به خوبی کنترل نمود و حتی با دارو جلوی آنها را گرفت. با تیم معالجتان رو راست باشید. نگرانیها و سؤالات خود را با آنها در میان بگذارید. آنها به شما کمک می‌کنند که مراقبت و اطلاعاتی را که نیاز دارید، دریافت کنید.

برای درمان سرطان بیضه ممکن است یک یا چند روش زیر بر روی شما انجام شود:

جراحی: جراحی برای بیرون آوردن بیضه (ارکیکتومی) معمولاً اولین روشی است که برای درمان سرطان بیضه به کار برده می‌شود. این عمل به پزشکتان اجازه می‌دهد که تشخیصش را قطعی کند. اغلب، غدد لنفاوی نزدیک کلیه‌ها نیز خارج می‌گردند. جراحی تحت بیهوشی عمومی انجام خواهد شد.

اگر سرطان انتشار نیافته و با بیرون آوردن بیضه کاملاً حذف شده باشد، این جراحی ممکن است تنها درمانی باشد که به آن نیاز دارید. شایع نیست که سرطان بیضه، هر دو بیضه را درگیر نماید.

ممکن است پس از جراحی، درد یا تهوع داشته یا اشتها به غذا نداشته باشید. این عوارض جانبی موقتی و قابل کنترل هستند.

پرتودرمانی (Radiation therapy): پرتودرمانی با پرتو خارجی (*external beam radiation therapy*) اغلب پس از جراحی سمنیوما به کار برده می‌شود. در این روش از دستگاه بزرگی استفاده می‌گردد تا تابش پرتو بر روی تومور به دقت هدف‌گیری شود. تابش پرتو رادیواکتیو به سلولهای سر راه خود آسیب می‌رساند، که این شامل سلولهای سرطانی و سلولهای سالم است.

عوارض جانبی پرتودرمانی معمولاً خفیف هستند. بسته به این که کدام قسمت بدن پرتوها را دریافت کنند، عوارض جانبی متفاوت خواهند بود. ممکن است شما بیش از معمول احساس خستگی کنید یا متوجه تغییراتی (از قبیل قرمز یا حساس شدن) در پوست ناحیه درمان شده شوید. این عوارض ناشی از آسیب به سلولهای سالم هستند و معمولاً پس از آنکه درمان تمام شود و سلولهای سالم خود را ترمیم کنند، عوارض هم مرتفع خواهند شد.

شیمی‌درمانی (Chemotherapy): داروهای شیمی‌درمانی ممکن است به صورت قرص یا آمپول تجویز شوند. این داروها در توانایی رشد و انتشار سلولهای سرطانی اختلال ایجاد می‌کنند، اما تنها سلولهای سرطانی را هدف قرار نمی‌دهند بلکه به سلولهای سالم نیز آسیب می‌رسانند. گرچه به مرور زمان سلولهای سالم بهبود می‌یابند، اما امکان دارد شما به عوارض جانبی درمان، از قبیل تهوع، استفراغ، بی‌اشتهایی، ضعف، ریزش مو و افزایش احتمال عفونت دچار شوید.

هر دو نوع سرطان بیضه سمنیومایی و غیر سمنیومایی به خوبی به شیمی‌درمانی پاسخ می‌دهند.

آزمونهای کلینیکی (Clinical treatment trials):

آزمونهای کلینیکی درمانی، به بررسی شیوه‌های جدید درمان سرطان از قبیل داروهای جدید، روشهای جدید درمان یا ترکیبهای جدیدی از درمانهای موجود می‌پردازند. این آزمونها به دقت تحت نظر هستند تا از بی‌خطر بودن آنها برای دریافت کنندگان اطمینان حاصل شود. در مورد این که آیا آزمون کلینیکی مناسبی به عنوان یک گزینه درمانی برای شما وجود دارد، از پزشک خود سؤال کنید. ممکن است هم شما از شرکت در یک آزمون کلینیکی بهره ببرید و هم بیمارانی که بعدها به این سرطان مبتلا می‌شوند.

درمانهای تکمیلی (Complementary therapies):

درمانهای تکمیلی همراه با درمانهای مرسوم به کار می‌روند. تحقیقات بیشتر برای درک چگونگی عملکرد و اثربخشی آنها مورد نیاز است.

درمانهای جایگزین به جای درمانهای متداول به کار می‌روند. چون تا به حال ایمنی یا اثربخشی آنها مورد ارزیابی قرار نگرفته، هنوز نمی‌دانیم که آیا آنها برای شما مضر خواهند بود یا در درمان سرطان تأثیر خواهند داشت.

چنانچه در فکر استفاده از درمانهای تکمیلی یا جایگزین هستید، بسیار مهم است که تا حد امکان در مورد آنها تحقیق و با تیم درمانی خود مشورت کنید، زیرا ممکن است در نتیجه آزمایشها یا درمانهای معمول اختلال ایجاد کنند.

پس از درمان

پیگیریهای پس از درمان به شما و تیم معالجتان کمک می‌کند که روند پیشرفت درمان و بهبودی‌تان را تحت نظر داشته باشید. در ابتدا، احتمالاً پیگیریها توسط یکی از متخصصین تیم معالجتان مدیریت خواهند شد و پس از مدتی مدیریت این پیگیری به پزشک خانوادگی شما واگذار می‌گردد.

زمان‌بندی قرارهای ملاقات برای این پیگیریها برای هر بیمار متفاوت است. احتمالاً در سال اول پس از درمان به دفعات بیشتری به ملاقات پزشک خواهید رفت و پس از آن تعداد این ملاقاتها کاهش می‌یابد.

پایان درمان سرطان انواع حالات عاطفی را در پی خواهد داشت. ممکن است از این که درمانها تمام شده خوشحال و در انتظار بازگشت به فعالیتهای عادی خود باشید. اما ممکن است مضطرب هم باشید. اگر نگران پایان درمان و مسایل پس از آن هستید، با تیم معالجتان صحبت کنید. آنها برای کمک به شما در عبور از این دوران آماده هستند.

زندگی کردن با سرطان

به یاد داشته باشید که منابع بسیاری برای کمک به بیماران سرطانی و مراقبان ایشان در دسترس است.

تیم معالجتان: اگر نیاز به کمکهای عملی یا حمایتی روحی دارید، ممکن است اعضای تیم معالجتان بتوانند خدمات موجود در جامعه را به شما پیشنهاد کنند یا شما را به کارمندان مراکز سرطان یا متخصصین بهداشت روان ارجاع دهند.

خانواده و دوستان: افراد بسیار نزدیک به شما می‌توانند شما را خیلی حمایت کنند. پیشنهاد کمک آنها را بپذیرید. وقتی کسی از شما می‌پرسد «بگو چطور می‌توانم کمکت کنم؟» به او بگویید که چه کاری می‌تواند انجام دهد. شاید آنها بتوانند یک وعده غذا بپزند یا شما را به مطب دکتر برسانند.

افرادى که تجربه مشابه داشته‌اند: امکان ملاقات با یک گروه حمایتی یا صحبت با یک فرد نجات یافته از سرطان به صورت حضوری، تلفنی یا اینترنتی را در نظر داشته باشید. صحبت کردن و آموختن از کسانی که تجربیات مشابهی داشته‌اند، بسیار مفید است. بیش از یک گزینه را امتحان کنید و ببینید کدام برای شما مناسبتر است.

خودتان: سعی کنید مثبت بماندیشید. مثبت بودن یعنی یافتن بهترین راه ممکن برای برخورد با سرطان، و البته هر کس به روش خود این کار را انجام می‌دهد. مثبت بودن به این معنا نیست که در تمام اوقات خوشحال و شادمان به نظر بیایید یا در مورد سختیهای زندگی با سرطان صحبت یا فکر نکنید، اما می‌تواند به این معنا باشد که از طریق یافتن فعالیتهای آرام‌کننده و لذت‌بخشی که ذهن و روح و جسم شما را تازه و شاداب کنند از خود مراقبت کنید.

انجمن کانادایی مبارزه با سرطان به شما در درک سرطان کمک می‌کند

حال که به طور ابتدایی با سرطان بیضه آشنا شده‌اید، ممکن است بخواهید که درباره آن بیشتر بدانید. لطفاً جهت کسب اطلاعات بیشتر در مورد سرطان بیضه با "انجمن کانادایی مبارزه با سرطان" تماس بگیرید. خدمات ما رایگان و محرمانه هستند.

برای تماس با "انجمن کانادایی مبارزه با سرطان":

- با متخصصین اطلاع‌رسانی ما با شماره تلفن رایگان ۳۳۳۳-۹۳۹-۸۸۸-۱ در روزهای دوشنبه تا جمعه بین ساعات ۹ صبح تا ۶ بعد از ظهر تماس بگیرید. خدمات این مرکز به زبانهای انگلیسی و فرانسه، و از طریق مترجم به بیش از ۱۰۰ زبان دیگر در دسترس است. برای دستیابی به خدمات به زبانهای دیگر، نام آن زبان را به انگلیسی اعلام کنید، مثلاً بگویید "پِرژن" (Persian). در عرض تقریباً ۶۰ ثانیه یک مترجم به روی خط خواهد آمد. اگر قادر به عنوان کردن نام زبان خود به انگلیسی نیستید، بر روی خط بمانید و مرکز خدمات مترجمی انجمن خواهد توانست زبان مورد نظر شما را تشخیص دهد.

• به ما به آدرس info@cis.cancer.ca نامه الکترونیکی (email) بفرستید.

• از وبسایت ما www.cancer.ca بازدید کنید.

• با دفتر محلی "انجمن کانادایی مبارزه با سرطان" تماس بگیرید

