



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گیلان  
مرکز آموزشی، درمانی و پژوهشی  
۱۷ شهریور رشت

## آنچه باید در مورد بیماری "لنفوم" بدانید

### بدانید



تهیه و تنظیم: کمیته آموزش سلامت بخش خون

تحت نظارت: سوپروایزر آموزش سلامت

شهریور ۱۴۰۲

توصیه های خودمراقبتی

شماره تماس بیمارستان (بخش خون)  
۰۱۳-۳۳۳۶۹۳۹۱-۳۳۳۶۹۰۴۴-(۳۷۹)

آدرس صفحه "آموزش به بیمار" بیمارستان:

<https://17shahrivar.gums.ac.ir>



منبع:

۱-هاکنبری مریلین، ویلسون دیوید. ۱۴۰۰. درسنامه پرستاری کودکان ونگ. ترجمه س آرزومانیانس، م شوقی، م سنجرى. تهران: جامعه نگر. ص ۷۶۳-۷۵۸.

[2-https://uptodatefree.ir/topic.htm?path=hodgkin-lymphoma-in-children-the-basics](https://uptodatefree.ir/topic.htm?path=hodgkin-lymphoma-in-children-the-basics)

## میزان فعالیت فرزندم در زمان ابتلا به این بیماری چگونه باشد؟

- استراحت و خواب کافی برای کاهش خستگی ناشی از شیمی درمانی داشته باشید.
- کودکان را به انجام مراقبت های بهداشتی خود جهت افزایش اعتماد به نفس تشویق نمایید.

## آیا می دانید پس از ترخیص چگونه از کودک مراقبت کنید؟

- طبق تاریخ مشخص جهت ویزیت مجدد پزشک معالج مراجعه نمایید.
- طبق دستور پزشک آزمایشات را در زمان معین انجام دهید.
- از حضور کودکان در محیط های شلوغ خودداری نمایید.
- از سالاد و سبزیجات خام در رژیم غذایی کودکان استفاده نکنید.
- دستان خود و کودکان را با آب و صابون روزانه بیش از پنج نوبت بشویید.
- از تماس با افراد بیمار جلوگیری کنید.
- از ماسک در اماکن شلوغ و نزد افراد بیمار استفاده نمایید.

## در صورت بروز علائم زیر به مرکز درمانی مراجعه نمایید:

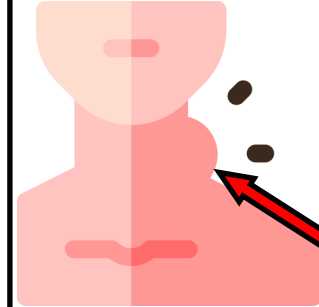
- تب
- خونریزی
- آفت دهان
- کاهش اشتها
- بی حالی
- تهوع استفراغ



والدین گرامی، مطالب زیر جهت افزایش آگاهی شما در مورد بیماری فرزندتان می باشد لطفاً به نکات زیر توجه فرمایید:

## آیا می دانید بیماری "لنفوم" چیست؟

دستگاه لنفوی بخشی از دستگاه ایمنی بدن است که بدن را در برابر عفونت و بیماری محافظت می کند و از سلول هایی به نام لنفوسیت تشکیل شده است. در این بیماری این سلولها غیر طبیعی شده و خارج از کنترل رشد کرده و به قسمتهای مختلف بدن می رود و بیماری لنفوم ایجاد می شود. لنفوم به دو دسته **هوچکین و غیر هوچکین** تقسیم می شود.



غده لنفوی برجسته و غیر طبیعی

### ۱- بیماری هوچکین:

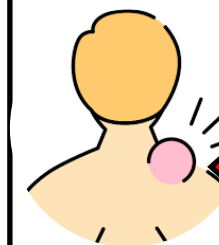
بیماری هوچکین از یک غده ی لنفوی (اندام لوبیایی شکل است که سلولهایی را می سازند و ذخیره می کنند تا با عفونت مبارزه کند به این سلول مبارز، گلبول سفید می گویند) شروع شده و سپس به صورت گسترده به سیستم لنفوی گسترش می یابد.

### ۲- لنفومای غیر هوچکین:

لنفوسیت ها به دو دسته ی لنفوسیت های "بی" و "تی" تقسیم می شوند که لنفوم غیر هوچکین بیشتر از لنفوسیت های "بی" تشکیل می شود. تفاوت اصلی لنفوم هوچکین و غیر هوچکین در نوع سلول های درگیر شده می باشد که پزشک میتواند این تفاوت را در زیر میکروسکوپ تشخیص دهد.

## شایع ترین علامت "لنفوم" را می شناسید؟

- بزرگی بدون درد یک یا چند گره لنفوی
- درد
- کم خونی (در لنفوم غیر هوچکین شایعتر است)



بزرگی غده لنفوی

در لنفومای هوچکین خارش شدید پوست و ایجاد ضایعات پوستی دردناک روی پوست شایع است.

## آیا از روش های تشخیص "لنفوم" اطلاع دارید؟

- نمونه برداری از غدد لنفوی
- عکس برداری
- سی تی اسکن
- نمونه برداری از مغز استخوان به منظور تعیین گسترش تومور

## آیا از روش های درمانی "لنفوم" اطلاع دارید؟

- در مرحله زودرس شیمی درمانی (استفاده از داروهای خوراکی یا تزریقی برای از بین بردن یا کاهش رشد سلول های بدخیم) به همراه پرتو درمانی (استفاده از اشعه (پرتو) برای از بین بردن یا کاهش رشد سلول های بدخیم) انجام می شود.
- در مرحله پیشرفته شیمی درمانی ترکیبی (مصرف چندین دارو به صورت همزمان) و پیوند مغز استخوان (جایگزینی سلول های مغز) طبق نظر پزشک انجام می شود.

برای دیدن ویدیو آموزشی "پیوند مغز استخوان"



کد را اسکن نمایید.

## آیا از عوارض ناشی از شیمی درمانی یا پرتو درمانی اطلاع دارید؟

تب، تهوع و استفراغ، تغییر وزن (افزایش یا کاهش)، اسهال یا یبوست، ریزش مو

## آیا از تغذیه مناسب کودکان اطلاع دارید؟

- از وعده های غذایی نرم با حرارت ملایم در حجم کم و دفعات زیاد استفاده نمایید.
- از مصرف سبزی های خام خودداری فرمایید.
- قبل از مصرف میوه ها پوست آن ها را جدا فرمایید.
- روزانه بیش از هشت لیوان آب بنوشید.
- روزانه از پروتئین مانند مرغ، تخم مرغ، ماهی و گوشت قرمز به صورت پخته شده در رژیم غذایی استفاده نمایید.

## آیا از روش های کاهش درد اطلاع دارید؟

- طبق دستور پزشک از مسکن هایی مانند استامینوفن استفاده نمایید.
- کودکان را در آغوش بگیرید و با او صحبت کنید.
- از کیف آب گرم استفاده فرمایید.

## آیا می دانید نحوه مصرف صحیح دارو چگونه است؟

- پس از مصرف کورتون مانند قرص پردنیزولون و دکزامتازون، رژیم غذایی کم نمک را رعایت نمایید و قرص ها را پس از صرف غذا (با معده پر) استفاده کنید.
- قرص مرکاپتوپورین را با معده ی خالی مصرف کنید و لبنیات مانند شیر و پنیر و... دو ساعت قبل و بعد از دارو میل نکنید.

## آیا می دانید چگونه کودکان را در زمان ابتلا به بیماری ایمن

### نگه دارید؟

- از بازی های ضربه ای و تماسی مانند بوکس و فوتبال برای پیشگیری از خونریزی و صدمه خودداری کنید و بازیهای فکری مانند شطرنج و... انجام دهید.
- از مسواک نرم استفاده نمایید.
- از برخورد با اشیاء تیز خودداری نمایید.
- در زمان حالت تهوع، کودکان در وضعیت نیمه نشسته قرار گیرد.
- در زمان تزریق داروی شیمی درمانی، در تخت استراحت نمایید.