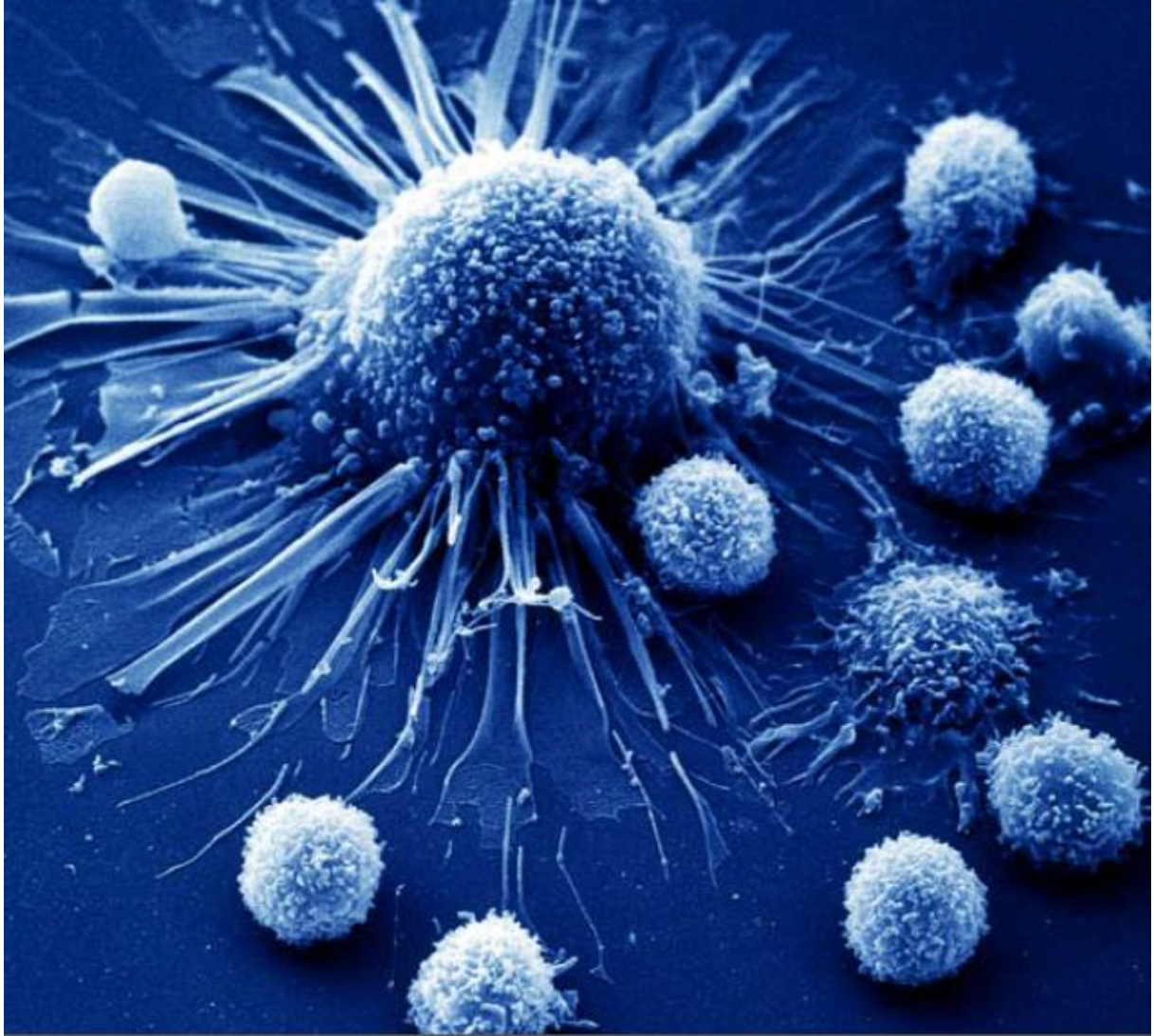




Karolinska Comprehensive Cancer Center

معلومات عن زراعة الخلايا الجذعية الخيفية

مستشفى كارولنسكا الجامعي، هودينجي
قسم العلاج بالخلايا وزراعة الخلايا الجذعية الخيفية (CAST)



من إعداد

المنسقون والمرضون والمرضات ومساعدو الممرضين والأطباء والمعالجون بالموسيقى والمعالجون باللعب والمرشدون الاجتماعيون وأخصائيو العلاج الطبيعي، وذلك تحت إشراف

ستيفان ميلكه (Stephan Mielke)

بروفيسور/مدير عام

قسم العلاج بالخلايا وزراعة

الخلايا الجذعية الخيفية

2024-07-19



الصورة الفوتوغرافية: توري دالستروم (Tore Dahlström)

فهرس المحتويات

6.....	بيانات الاتصال
7.....	قبل زراعة الخلايا الجذعية الخيفية
7.....	البحث عن متبرع
7.....	محادثة تقديم المعلومات
8.....	طلب المتبرع
8.....	الفحوصات والتحضيرات قبل عملية الزراعة
8.....	تدابير الحفاظ على الخصوبة
8.....	استبدال الشعر
8.....	إدخال القسطرة الوريدية المركزية
9.....	حان الآن موعد عملية الزراعة
9.....	أفراد عائلتك/الأشخاص المقربون منك والزيارات
9.....	ما الذي أحتاج إلى إحضاره معي إلى القسم؟
10.....	غرفتك
10.....	محادثة تسجيل دخولك إلى القسم في المستشفى
11.....	العلاج المسبق
12.....	عملية زراعة الخلايا الجذعية الخيفية
12.....	فترة العزل
13.....	الطعام
15.....	العناية بالفم
15.....	النشاط - العلاج الطبيعي
16.....	الدعم من المرشد الاجتماعي
16.....	المكتبة
16.....	مركز الموارد التعليمية (Pedagogiskt Resurscentrum)
16.....	العلاج باللعب
16.....	مدرسة المستشفى
16.....	العلاج بالموسيقى
17.....	ورشة عمل الأفلام
17.....	الواقع الافتراضي (VR)
17.....	المستشفى الثقافي
17.....	خزانة سرد القصص
17.....	المهرجون
18.....	الاستجابة/الأخذ
18.....	حان الآن وقت العودة إلى المنزل
18.....	بعض التوصيات عند الخروج من المستشفى
19.....	المتابعة في العيادة

19	أشياء يجب مراعاتها قبل أخذ العينات
19	متى أحتاج إلى الاتصال بالمستشفى؟
20	مرض الطعم ضد المضيف (GVHD)
20	مرض الطعم ضد المضيف (GVHD) الحاد
20	مرض الطعم ضد المضيف (GVHD) المزمن
20	إعادة تنشيط الفيروسات
21	الجدول الزمني للفحوصات وأخذ العينات والأدوية واللقاحات بعد الزرع:
23	الطعام
23	صحة الفم
23	إجهاد الدماغ - الإرهاق والتعب
23	النشاط البدني
24	الجنس والمعايشة
24	الاضطرابات الهرمونية
24	العمل/المدرسة/الروضة - أطفال الروضة المتواجدون في المنزل
25	الحيوانات الأليفة
25	متابعة المرض/الكيمية
25	إزالة القسطرة الوريدية المركزية
26	اللقاحات
26	السفر
26	كوفيد-19 (فيروس كورونا)

إلى الذين سيخضعون لعملية زراعة الخلايا الجذعية الخيفية في مستشفى كارولينسكا الجامعي

هذا الكتيب مخصص للأشخاص الذين سيخضعون لعملية زراعة الخلايا الجذعية الخيفية، أي زراعة خلايا جذعية دموية لهم من متبرع سليم. يهدف هذا الكتيب إلى تقديم معلومات وتوصيات لك ولعائلتك قبل عملية زراعة الخلايا الجذعية وأثنائها وبعدها. ستجد هنا إجابات على الأسئلة الشائعة وبيانات الاتصال بنا في حال لم تتمكن من إيجاد الإجابة على إحدى أسئلتك في الكتيب.

تُعد زراعة الخلايا الجذعية الخيفية خيارًا علاجيًا للعديد من الأمراض وللمرضى من جميع الأعمار حتى حوالي سن 80 عامًا، بناءً على تقييم طبي فردي. لكل مرض استراتيجيات علاج محددة. يحاول هذا الكتيب تغطية جميع استراتيجيات العلاج. ستتم دعوتك أنت وأفراد عائلتك/الأفراد المقربين منك إلى جلسة معلومات نناقش فيها استراتيجيات علاجك.

الهدف من زراعة الخلايا الجذعية الخيفية هو استبدال جهازك المناعي القديم بجهاز مناعي جديد سليم من متبرع. ستنتج الخلايا الجذعية الجديدة خلايا دم سليمة وسيتم حينئذ إنشاء جهاز مناعي جديد. سيرى الجهاز المناعي الجديد مرضك كشيء غريب، مما يمنع مرضك من العودة مرة أخرى.

بيانات الاتصال

رقم الهاتف	العنوان الداخلي	منسق للبالغين
08-123 825 16	M72-74	
073-668 17 04		

08-123 803 87	M72-M74, Medicingatan plan 7	وحدة الرعاية CAST
---------------	------------------------------	-------------------

08-123 875 99	M44	عيادة CAST
---------------	-----	------------

.....

08-123 826 23	K88	منسق للأطفال
---------------	-----	--------------

الأطفال المصابون بأمراض الدم ونقص المناعة والذين سيخضعون لزراعة

08-123 803 78	K86-88	الخلايا الجذعية الخيفية
08-123 814 77		

.....

08-123 870 81	المرشد الاجتماعي
---------------	------------------

.....

مؤسسة سرطان الأطفال (الأطفال والشباب)
<https://www.barncancerfonden.se/for-drabbade/>

0722-685225	جمعية سرطان الدم (الاتصال بالمرضى)
-------------	------------------------------------

قبل زراعة الخلايا الجذعية الخيفية

عندما يبدأ طبيبك المعالج بالشك في أن مرضك سيحتاج إلى العلاج بعملية زراعة الخلايا الجذعية الخيفية، ستم مناقشة حالتك في مؤتمر يحضره أطباء متعدّدو التخصصات حيث سيضم المؤتمر طبيبك وعضمنا نحن كفريق أطباء زراعة الأعضاء.

البحث عن متبرع

لكي تتم عملية الزرع، ستحتاج إلى متبرع؛ ويتم تحديد متبرع مناسب إما من داخل العائلة أو من أحد سجلات المتبرعين. تتمثل الخطوة الأولى هنا في تحديد نوع الأنسجة، وهو عبارة عن اختبار لدمك يمكننا من خلاله معرفة نوع نسيجك (نوع مستضدات الكريات البيضاء البشرية والاختصار بالإنجليزية HLA). يتم أخذ العينة من الدم للعثور على متبرع له نوع نسيج مشابه لنوع نسيجك. في الغالبية العظمى من الحالات، يتم البدء بالبحث لدى أحد أشقائك من نفس الأب والأم لمعرفة ما إذا كان هذا الشقيق/الشقيقة مناسب كمتبرع لك. سيتعين عليك أنت وشقيقك إجراء اختبار الدم هذا، وسيتم تعيين شخص للتواصل خاص بشقيقك. يُستخدم هذا الاختبار لمعرفة ما إذا كنت أنت وأشقائك قد ورثتم نفس نوع مستضدات الكريات البيضاء البشرية (HLA) من والديكم. هناك احتمال بنسبة 25% أن تكونوا قد ورثتم نفس نوع مستضدات الكريات البيضاء البشرية (HLA) وبالتالي تكونوا متطابقين تماماً من ناحية مستضدات الكريات البيضاء البشرية (HLA).

إذا اتضح أن شقيقك/شقيقتك ليس مناسباً كمتبرع، فسيتم البحث في سجلات المتبرعين المتاحة في جميع أنحاء العالم عن متبرع ليس من أقاربك. في معظم الحالات، يتم العثور على واحد أو أكثر من المتبرعين المناسبين لك ويتم إجراء المزيد من الفحوصات على هذا المتبرع/ هؤلاء المتبرعين. كما تؤخذ عوامل أخرى في عين الاعتبار عند اختيار المتبرع، مثل جنسك وبنسب المتبرعين المحتملين، وعمرهم وأعمارهم، وفصيلة دمك وفصائل دمهم، وما إذا كان لديك أو لدى المتبرع تاريخ مرضي من أمراض مختلفة.

هناك حالات يكون فيها نوع مستضدات الكريات البيضاء البشرية (HLA) نادراً وبالتالي يؤدي ذلك إلى صعوبات في العثور على متبرع مناسب. اعتماداً على عمرهم وتشخيصك، من الممكن أن يتم النظر في إجراء ما يسمى بعملية الزراعة من متبرع نصف متطابق. في عملية الزرع هذه، يكون المتبرع نصف متطابق وهو ما يسمى بالمتبرع نصف المتطابق. قد يكون هذا الشخص أحد والديك أو ابنك/ابنتك أو في بعض الحالات شقيقك/شقيقتك.

بالنسبة لأطفالنا صغار السن، من الممكن أن يتم النظر أيضاً في زراعة خلايا الحبل السري عندما يتعذر العثور على متبرع آخر مناسب. وهذا يعني أنه يتم استخدام الخلايا الموجودة في المشيمة، أثناء ولادة أحد الأشقاء، أو من بنك الحبل السري.

محادثة تقديم المعلومات

تُعد زراعة الخلايا الجذعية الخيفية علاجاً متقدماً ومعقّداً. لذلك ندعوك أنت وأفراد عائلتك المقربين إلى محادثة معلومات مع الطبيب والمنسق لشرح ما تعنيه عملية زراعة الخلايا الجذعية بالنسبة لك. ستكون المحادثة طويلة وغنية بمحتواها، لذا يوصى بشدة بحضور فرد أو أكثر من أفراد العائلة.

سنقوم خلال المحادثة بإبلاغك بفوائد العلاج ومخاطره حتى تتمكن من المشاركة في اتخاذ القرار بشأن عملية الزرع. قبل المحادثة ستحتاج إلى إجراء اختبار وظائف الرئة (قياس التنفس) وفحص بالموجات فوق الصوتية للقلب، حيث سيكون هذان الاختباران مرجعاً لعملية تقييم المخاطر. إذا أظهر تقييم المخاطر وجود خطر كبير، فقد تكون هناك حاجة إلى أن يتم تعديل استراتيجية العلاج. في بعض الحالات، قد يكون استخدام نوع آخر من العلاج غير الزرع أكثر ملاءمة.

إذا كنت من مقاطعة أخرى، فسيواصل معك المرشد الاجتماعي ليقدم لك المعلومات حول الإقامة في ستوكهولم لك ولأحد أفراد عائلتك/الشخص المقرب منك بعد عملية الزرع. عادةً ستكون بحاجة للبقاء في ستوكهولم لمدة 3 أشهر بعد عملية الزرع.

طلب المتبرع

بمجرد تحديد المتبرع وبدء التخطيط لعملية الزرع، سيتواصل المنسق معك. يتم طلب الخلايا الجذعية من المتبرع قبل حوالي 4-6 أسابيع من عملية الزراعة المخطط لها. كل التخطيط هو تخطيط مؤقت. إذا تغيرت ظروفك كمريض، فقد تكون هناك حاجة إلى تأجيل عملية الزرع أو إلغائها. تأتي الموافقة النهائية على المتبرع قبل بضعة أيام فقط من بدء العلاج المخطط له.

الآن تبدأ مرحلة مكثفة من الفحوصات لك، وفي الوقت نفسه يتم فحص المتبرع قبل أن يقوم بالتبرع لك بالخلايا الجذعية.

الفحوصات والتحضيرات قبل عملية الزراعة

الهدف من فحوصات ما قبل الزراعة هو استبعاد احتمال إصابتك بعدوى حالية وتقييم حالة المرض لديك. سيتعين عليك الخضوع لـ:

- تخطيط كهربائية القلب
- تصوير الرئتين بالأشعة السينية
- تقييم الأسنان لدى طبيب الأسنان
- فحص نسائي
- فحص تقييم المرض مثل فحص نخاع العظمي أو التصوير المقطعي المحوسب بالإصدار البوزيتروني، وذلك بالاعتماد على نوع التشخيص الذي لديك.

تدابير الحفاظ على الخصوبة

قد تؤثر عملية الزرع على قدرتك المستقبلية على الإنجاب (خصوبتك). يجب مناقشة هذا الأمر في أقرب وقت ممكن بعد اتخاذ قرار عملية الزرع إذا لم يتم مناقشة ذلك في وقت سابق أثناء مرحلة العلاج. قد تكون هناك تدابير يمكن أن تساعدك في خصوبتك في المستقبل.

سنقوم بمقابلة موظفين بارعين وذوي خبرة من قسم الطب الإنجابي الذين سيخبرونك بالفرص والإمكانات المتاحة لك.

استبدال الشعر

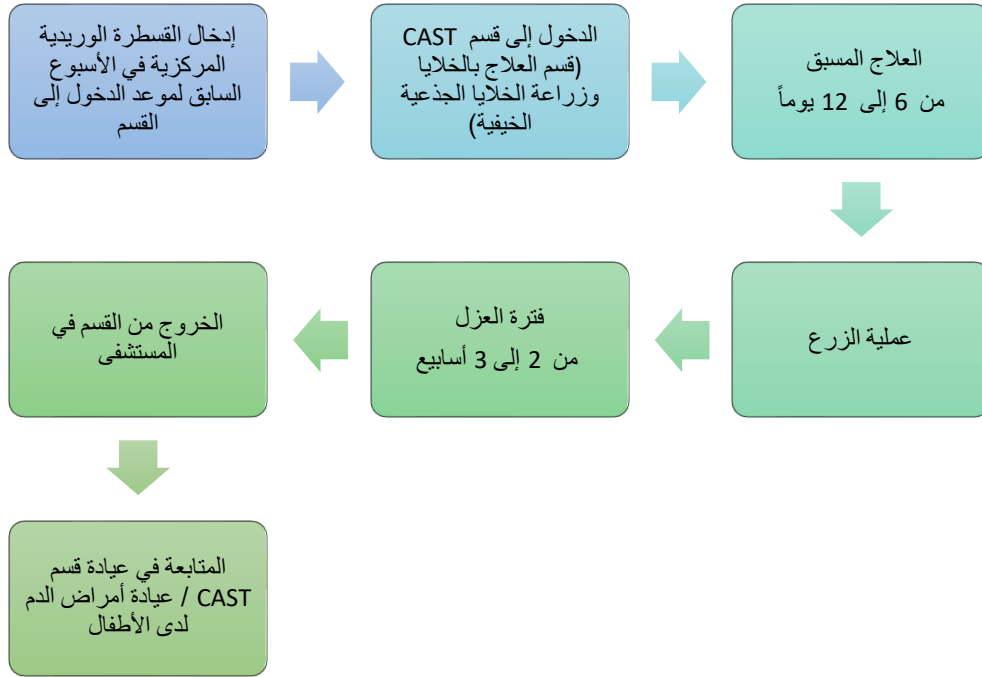
سيؤدي العلاج المصاحب لعملية الزرع إلى فقدانك لشعرك. يعود الشعر عادةً بعد حوالي 3 أشهر. في هذه الأثناء، يمكنك ارتداء شعر مستعار إذا كنت ترغب/ترغبين في ذلك، ويمكنك تجربة الشعر المستعار بنفسك. يجب إجراء تجربة اختيار الشعر المستعار في مرحلة مبكرة، ويفضل أن يكون ذلك عندما يتم اتخاذ قرار بأنه سيتم إجراء عملية الزرع لك. سوف تتلقى طلباً بخصوص الشعر المستعار وتتلقى تفاصيل الاتصال بصانعي الشعر المستعار الذين يمكنك التواصل معهم.

إذا كنت بحاجة إلى تجديد الطلب أثناء رحلة علاجك، يُرجى الاتصال بعيادة CAST (قسم العلاج بالخلايا وزراعة الخلايا الجذعية الخفيفة) على الرقم 08 123 87599.

إدخال القسطرة الوريدية المركزية

إذا لم يكن لديك بالفعل قسطرة وريدية مركزية (CVK) ذات أكثر من تجويف واحد (قناة)، فسيتم زرع واحدة لك. القسطرة الوريدية المركزية عبارة عن أنبوب، يتكون عادةً من تجويفين يدخلان في أحد الأوعية الدموية في الرقبة. يتم عمل نفق صغير تحت الجلد أسفل عظمة الترقوة ويتم إخراجها من خلال الجلد. يتم ذلك في غرفة العمليات تحت التخدير الموضعي أو التخدير العام/الكلي. أنت بحاجة إلى القسطرة الوريدية المركزية حتى تتمكن من إعطائك السوائل والأدوية وأخذ عينات الدم دون وخزك في كل مرة. إذا كان لديك قسطرة وريدية مركزية ذات تجويف واحد فقط، فيجب استبدالها.

أنت الآن جاهز لبدء مرحلة الزرع.



حان الآن موعد عملية الزراعة

قبل بضعة أيام من الدخول إلى القسم في المستشفى، ستلتقي بأحد الممرضين / الممرضات لاجراء فحوصات موجزة وسنأخذ أيضاً عينات من أنفك لاستبعاد أن يكون لديك أي عدوى فيروسية.

أفراد عائلتك/الأشخاص المقربون منك والزيارات

إذا كان لديك فرد من العائلة/ شخص مقرب قادر على البقاء معك في غرفتك أثناء تلقيك للرعاية الطبية، فغالبًا ما يشكّل هذا دعمًا كبيرًا لك. لا توجد لدينا ساعات خاصة للزيارة، فأنت كمريض تقرر ما إذا كنت ترغب في استقبال الزيارات ومتى ترغب في ذلك، ويفضل ألا يزيد عدد الأشخاص الذين يزورونك عن شخصين في كل مرة. يجب ألا تظهر على الزوار أي أعراض لإصابتهم بأي عدوى مرضية، مثل علامات الرشح أو الحمى أو الإسهال.

ما الذي أحتاج إلى إحضاره معي إلى القسم؟

عندما تحزم أمتعتك استعداداً لإقامتك لدينا، عليك التفكير في إحضار ما يلي:

- حذاء داخلي لك وآخر للشخص الذي سيقوم معك.
- مستلزمات النظافة الشخصية مثل صابون استحمام الجسم والشامبو/البلم وكريم البشرة. ضع في اعتبارك أن المنتجات التي تحضرها معك يجب أن تكون غير مفتوحة. يمكنك الحصول منا على فرشاة أسنان ومعجون أسنان.
- يمكنك استخدام ملابسك الخاصة، ولكن لا توجد إمكانية في القسم لغسل ملابسك. تتوفر ملابس متاحة للاستعارة لك وللشخص الذي سيقوم معك حيث يجب تبديل الملابس يومياً خلال فترة حصولك على الرعاية الطبية.
- لا تتردد في إحضار شيء تحب القيام به، مثل الكتب للقراءة، وأعمال الحرف اليدوية، والحاسوب، والحاسوب اللوحي، والهاتف المحمول. خدمة الواي فاي متوفرة في المستشفى.
- قبة أو قبة للشمس لارتدائها عند المشي في الخارج في الأيام المشمسة.

إذا كنت ترغب في إحضار شيء للأكل، فيرجى استشارة المنسق أو موظفي الطاقم الطبي في القسم.

تتوفر الفاكهة في القسم والموظفون هم من يهتمون بأمرها حيث يجب تقشيرها قبل تقديمها. يمكنك إحضار الحلوى معك ولكن يجب أن تكون في أكياس محكمة الغلق، وليس الحلويات التي يتم تعبئتها ووزنها عند شرائها. إذا كنت ترغب في إحضار طعام مطبوخ في المنزل، فيجب أن يكون بالإمكان تسخين هذا الطعام. يمكن أن يترك أحد الأقارب/الأشخاص المقربين الطعام أو أي شيء آخر تحتاجه خلال فترة رعايتك الطبية لموظفي الطاقم الطبي في القسم دون أن يحتاج للدخول. على هذا الشخص فقط قرع الجرس عند الباب.

إذا كنت تتناول أدوية طبيعية وفيتامينات، فيجب مناقشة أمرها مع طبيبك المختص بالزراعة لأنها قد تتفاعل بطريقة سلبية مع العلاج الذي ستتلقاه. يُرجى التنبيه إلى أنه يمكنك فقط تناول الأدوية التي يقدمها لك الطاقم الطبي في القسم.

غرفتك

ستحظى أنت والشخص المرافق لك بغرفة خاصة بك مجهزة بؤش ومرضاض وتلفزيون ودراجة للتمارين الرياضية. يمكنك جعل غرفتك مريحة لك باستخدام أغراضك الشخصية مثل الصور الفوتوغرافية أو الراديو أو أي شيء آخر تريد إحضاره من منزلك. ومع ذلك، لا يجوز لك تثبيت أي شيء بالمسامير أو لصق أي شيء على الجدران. لا بأس في أن يكون في غرفتك زهور مقطوفة، فنحن كموظفين سنقوم بتغيير مائها في كل يوم. تحتوي التربة على بكتيريا وفطريات، لذلك لا يجوز أن يكون لديك أصص للنباتات. تنبه إلى أهمية عدم وضع الكثير من الأشياء في الغرفة، حيث يجب تنظيف الغرفة كل يوم.



محادثة تسجيل دخولك إلى القسم في المستشفى

عند تسجيل دخولك إلى القسم في المستشفى، ستلتقي بالطبيب والمرضة ومساعدة الممرضة، وهم سيقدمون لك المعلومات عن فترة العلاج التي ستقضيها في القسم. سيطلعونك عن الإجراءات والعلاج الذي ستتلقاه وستتمكن من إخبارهم بالأمور التي تهلك أثناء العلاج. كما ويتم أخذ عينات دم منك وإجراء فحوصات زراعية مختلفة وهي فحوصات روتينية. كما أننا نرحب بأفراد عائلتك/ المقربين منك ونرافقكم في جولة في القسم.

نحن في قسم العلاج بالخلايا وزراعة الخلايا الجذعية الخيفية (CAST)، نعمل بأكثر الطرق الممكنة التي تركز على الشخص، وبالتالي نعمل انطلاقاً من الركائز الأساسية الثلاث لنموذج الرعاية التي تركز على الشخص. هذه الركائز الأساسية هي:

1. قصة/محادثة المريض
2. الشراكة بين المريض ومقدم الرعاية
3. خطة العمل المشتركة

يتيح لنا العمل بالطريقة التي تركز على الشخص أن نقوم بإعدادك أنت والشخص المقرب منك لمختلف مراحل العملية العلاجية. لكي تتمكن أنت أو الشخص المقرب منك من التعامل مع المواقف المختلفة التي قد تطرأ، من المهم بالنسبة لنا أن نوفر الرعاية والدعم لك/ لكما وفقاً لاحتياجاتك/ لاحتياجاتكما.

يشمل الفريق المحيط بك أيضاً طبيب أسنان، وأخصائي علاج طبيعي، ومرشد اجتماعي، وأخصائي علاج وظيفي، وأخصائي تغذية. إذا كنت طفلاً، فسوف تقابل أيضاً أخصائي العلاج باللعب، وأخصائي العلاج بالموسيقى، ومعلم من مدرسة المستشفى وستلقي بمهرّجينا. نحن نعمل جميعاً معك لضمان تعافيك في أسرع وقت ممكن.

العلاج المسبق

يمكن القول بأن رحلتك المتعلقة بزراعة الخلايا الجذعية تبدأ بالعلاج المكثف قبل الزراعة والذي يتضمن تقليل نخاع العظم لديك من خلال العلاج الكيميائي و/أو العلاج الإشعاعي. يُطلق على العلاج المسبق أيضاً اسم التكييف وهو ضروري لإزالة الخلايا المريضة من جسمك وإزالة جهازك المناعي حتى لا يتم رفض الخلايا الجذعية الجديدة. كما تخضع الخلايا المريضة بفضل ما يُسمى بالتأثير المضاد لسرطان الدم أو التأثير المضاد للورم الذي يحدث أثناء عملية الزرع. يتعرف الجهاز المناعي الجديد على الخلايا المريضة على أنها غريبة ويرفضها.

هناك العديد من العلاجات المسبقة المختلفة. لا تنزعج ولا تقلق إذا سمعت عن علاج مختلف عن العلاج الذي تلقّيته، أو إذا كان علاجك لا يتوافق تماماً مع العلاج الموصوف هنا. تنقسم العلاجات المسبقة إلى علاجات مسبقة مكثفة وأخرى مخفّضة. تشتمل بعض العلاجات المسبقة على العلاج الإشعاعي وبعضها الآخر على العلاج الكيميائي فقط. يعتمد نوع العلاج بالضبط الذي تتلقاه على حالتك أنت وحالة مرضك.

قد تشعر بالغيثان من العلاج الكيميائي وسيتم إعطاؤك أدوية للوقاية من ذلك.

إذا كان العلاج الإشعاعي جزءاً من علاجك المسبق، فسيتم ذلك في مستشفى كارولينسكا في مدينة سولنا. عادةً ما يتم العلاج على مدار يومين إلى أربعة أيام متتالية ونحن نقوم بترتيب عملية نقلك، وعادةً ما يكون ذلك من خلال سيارة أجرة (تاكسي). قبل العلاج الإشعاعي، ستقوم بزيارة وحدة العلاج الإشعاعي لإجراء بعض الفحوصات وستتاح لك الفرصة حينها لطرح الأسئلة حول العلاج. قد تتأثر غدك اللعابية بالعلاج مما يؤدي إلى جفاف فمك، وقد يحدث احمرار في الجلد أيضاً بعد العلاج الإشعاعي. على المدى الطويل، قد يزيد العلاج الإشعاعي للجسم بالكامل من خطر الإصابة بإعتام عدسة العين (الماء الأبيض). وهذا عبارة عن غشاوة في عدسة العين تحدث عادةً بين سنة وخمس سنوات بعد عملية الزرع. يمكن إجراء عملية لعلاج إعتام عدسة العين عن طريق استبدال عدسة العين بأخرى اصطناعية. بعد هذه العملية، عادةً ما تعود الرؤية لتكون طبيعية.

وبالإضافة إلى العلاج الكيميائي، عادةً ما يتم تقديم العلاج بالأجسام المضادة (العلاج المثبط للمناعة) لتهيئة جسمك لاستقبال الخلايا الجذعية الجديدة. هذا ومن الشائع حدوث حمى أثناء هذا العلاج، ولذلك يتم إعطاؤك الكورتيزون لمنع حدوث هذا الأثر الجانبي.

في اليوم السابق لعملية الزرع، يبدأ العلاج المثبط للمناعة، أولاً على شكل محلول وريدي ومن ثم تتحول إلى تقديم هذا العلاج عن طريق أقراص الدواء. ستحتاج إلى تناول هذا الدواء لمدة 6 أشهر تقريباً.

خلال فترة العلاج المسبق، قد يتم إزعاجك من قبل الطاقم الطبي ليلاً ونهاراً وذلك لأننا بحاجة إلى مراقبة حالتك أو إجراء فحوصات أو أخذ عينات دم أو إعطائك الأدوية.

تستمر فترة العلاج المسبق لمدة تتراوح بين 6 و12 يوماً تقريباً، ومن ثم تصبح جاهزاً لتلقي الخلايا الجذعية الجديدة.

عملية زراعة الخلايا الجذعية الخفية

يتبرع المتبرع بالخلايا الجذعية في اليوم السابق لعملية الزرع أو في نفس يوم عملية الزرع. هناك طريقتان لجمع الخلايا الجذعية من المتبرع. تتمثل الطريقة الأكثر شيوعاً في دفع الخلايا الجذعية إلى مجرى الدم عن طريق تحفيزها بهرمون شبيه بهرمون الجسم، وذلك من خلال حقن يحقن المتبرع نفسه بها. بعد ذلك سيكون من الممكن أن يتم حصاد هذه الخلايا عن طريق أحد الأوعية الدموية في الذراع، ويتم ذلك في مركز الدم، وهو ما يسمى حصاد الخلايا الجذعية المحيطية.

الطريقة الثانية هي حصاد الخلايا الجذعية مباشرة من نخاع العظم. يتضمن هذا إجراء عملية للمتبرع حيث يتم شفط الخلايا الجذعية منه باستخدام الحقن، تقريباً مثل ما يحدث عند أخذ عينة من نخاع العظم. يتم تنويم المتبرع أثناء التبرع.

يتم تجميع الخلايا الجذعية في كيس وتُعطى لك عن طريق التنقيط عبر القسطرة الوريدية المركزية. قد تتفاوت الكمية المطلوبة ولكن يتم حساب عدد الخلايا الجذعية وفقاً لوزنك، ويتم إجراء الزرع في غرفتك. بعد مرور ساعة إلى أربع ساعات، تكون عملية الزرع قد انتهت. قد يكون لديك ردود فعل مناعية تتمثل بشكل رئيسي في الحمى والقشعريرة والصداع، وبالتالي تتم مراقبتك في الساعات القليلة الأولى.

الآن أصبحت الخلايا الجذعية الجديدة في مكانها في جسمك وستحتاج إلى حوالي 2-3 أسابيع لبدء إنتاج خلايا دم جديدة وجهاز مناعي جديد.

هل يمكنني التواصل مع المتبرع؟

نعم، معظم مراكز التبرع لديها قاعدة تنص على ضرورة مرور عامين بعد عملية الزرع قبل أن يكون من الممكن كسر السرية بينك وبين المتبرع. هناك حاجة إلى أن تقوم أنت والمتبرع بإعطاء موافقتكما على ذلك.

ومع ذلك، يمكنك إرسال بطاقة أو رسالة مجهولة المصدر إلى بعضكم البعض قبل مرور تلك السنوات. يتم إرسال الرسالة عن طريق المنسق الذي يعمل في قسم CAST (قسم العلاج بالخلايا وزراعة الخلايا الجذعية الخفية). تواصل مع المنسق للحصول على المزيد من المعلومات.

فترة العزل

أثناء انتظار بدء عمل الخلايا الجذعية الجديدة، ستصبح لديك عرضة كبيرة للإصابة بالعدوى. لتقليل خطر الإصابة بالعدوى والأمراض، سيتم عزلك في غرفتك. يمكنك أيضاً ارتداء كمامة عندما تقوم كطاقم طبي بزيارتك. ومع ذلك، يمكنك الخروج للمشي في الخارج في الهواء الطلق في المساء وفي عطلات نهاية الأسبوع.

ملاحظة! خلال جائحة كوفيد-19، قد نحتاج إلى إجراء تغيير فيما يتعلق بإمكانية الخروج إلى الخارج في بعض الأحيان. سنقوم بإبلاغك بالقواعد السارية.

على الرغم من التدابير الوقائية مثل العزل وأدوية الوقاية من العدوى، لا يزال من الشائع أن تصاب بالعدوى مثل الحمى أثناء فترة رعايتك في المستشفى. عادةً ما تكون العدوى ناتجة عن بكتيريا الجسم ويتم علاجها بالمضادات الحيوية. العلاج المبكر يقدم أفضل النتائج. لذلك يتم قياس درجة حرارتك عدة مرات في اليوم. يتم أخذ فحوصات الزرع بشكل روتيني في حالة الإصابة بالحمى لمحاولة معرفة السبب. نحن نراقب حالتك الصحية ونقدم لك العلاج.

يعمل العلاج المسبق الذي تلقينته على إيقاف إنتاج خلايا الدم البيضاء والحمراء والصفائح الدموية (الصفائح الدموية). قد تحتاج في الأسابيع القليلة القادمة إلى أن يتم نقل دم وصفائح دموية لك.

يؤثر العلاج المسبق أيضاً على الخلايا السليمة في الغشاء المخاطي وخلايا الشعر. يمكن أن يؤدي ذلك إلى ظهور بثور وتقرحات في الفم والحلق كما ويؤدي إلى الإسهال. قد تواجه صعوبة في تناول الطعام وقد تحتاج إلى مسكنات للألم. بعد

أسابيع قليلة من العلاج المسبق، ستفقد شعرك. يجد الكثير من المرضى أن فقدان الشعر أمر مزعج وصعب. لا تتردد في التحدث مع موظفي الطاقم الطبي في القسم حتى تتمكن من الحصول على الدعم. من الشائع أن تشعر بالتعب والإرهاق من العلاج، بالإضافة إلى تعرضك للأثار الجانبية أو للعدوى.

الطعام

أفضل شيء بالنسبة لك هو محاولة تناول الطعام والشراب كالمعتاد. ومع ذلك، قد تتغير شهيتك أثناء العلاج. قد تشعر بالغثيان وفقدان الشهية وصعوبة في تناول الطعام بسبب الألم في الغشاء المخاطي للفم أو الحلق. يمكننا مساعدتك في العثور على نظام غذائي يناسبك. على سبيل المثال، يمكنك تجربة الوجبات الغذائية السائلة أو الوجبات الغذائية الصغيرة والمدعمة. نحن نراقب ونتأكد من حصولك على احتياجاتك اليومية من السرعات الحرارية ونقوم بتعويض ما تفقده من خلال مشروب غذائي وأحياناً التغذية عن طريق المحلول إذا لزم الأمر.

يمكننا أيضاً توفير أنبوب تغذية لك، وهو عبارة عن أنبوب رقيق ومرن يتم إدخاله في معدتك عبر الأنف. من خلال هذا الأنبوب ستتمكن من الحصول على التغذية والأدوية أيضاً وذلك في حال كنت تواجه صعوبة في تناول الطعام. بالنسبة لمرضى السكري، يُنظر إلى أنبوب التغذية على أنه أكثر فائدة من التغذية عن طريق الدم، حيث يتم من خلال التغذية بالأنبوب الحفاظ على مستوى سكر الدم بشكل أكثر توازناً، حيث يتم هنا توفير التغذية بشكل طبيعي.

خلال مرحلة العزل، توجد هناك بعض القيود المفروضة فيما يتعلق بالطعام. نقوم بفرض هذه القيود بشكل رئيسي لضمان عدم انتقال المواد المعدية إليك عن طريق مثلاً الخضراوات النيئة والأسماك النيئة والأجبان المتعفنة وما شابه ذلك. (انظر القائمة)

يتوفر مطبخ خاص في القسم لغير المعزولين ولذويهم. هنا يمكنك تناول طعامك وطهي طعامك بنفسك. سيتم توفير معلومات أكثر تفصيلاً لك عند دخولك.

ما يمكنك تناوله وشربه

- يجب أن يكون الماء مأخوذاً حديثاً من الصنبور.
- يجب شطف الفاكهة والخضروات جيداً وتقسيرها.
- إذا كانت هذه الخضروات والفاكهة قد نمت في التربة فيجب أن يتم سلقها، حتى أنواع التوت يجب سلقها أيضاً قبل أكلها.
- **ملاحظة!** لا يجوز لك تقشير أي شيء بنفسك بسبب خطر الإصابة بالعدوى!
- الحلويات والفواكه المجففة في أكياس مغلقة بإحكام.
- المكسرات المملحة في كيس مغلق بإحكام.
- الجبن الصلب.
- باتيه الكبد.
- الجبن الطري/القابل للدهن في أنبوب.
- بيض سويدي.
- اللحوم المصنعة المعبأة في أكياس تم تفريغ الهواء منها.
- الشاي فقط من عبوات مغلقة بإحكام.
- العصائر المبسترة.
- العسل المعبأ صناعياً. لا يجوز إطعام العسل للأطفال تحت سن عام واحد.
- يجب إضافة جميع التوابل قبل الطهي/التسخين.
- يمكن استخدام التوابل بعد الطهي وذلك فقط عندما تكون في عبوات يمكن التخلص منها بعد استخدامها لمرة واحدة.
- يمكن استخدام العبوات المشتراة حديثاً، مثل عبوة القرفة.
- بوظة/مثلجات مبسترة.
- فطر مقلي أو مسلوq. يجب تنظيف الفطر بعناية قبل الطهي.
- هامبرغر مقلي بشكل جيد مع الخبز ولكن بدون سلطة وصلصة. يمكن تناول الصلصات التي تكون في العبوات التي تستخدم لمرة واحدة فقط.
- المحاريات المعلبة/المخللة. المحاريات المعلبة في طبقات.
- المحاريات الذي تم سلقها، لا يجوز لك تقشيرها بنفسك.
- الأنشوجة، والماكريل في صلصة الطماطم، وسمك الرنجة المملح، وسمك الرنجة الحامض المخلل.
- بيتزا بدون صلصات باردة وسلطة. لا يجوز إضافة أي مكونات إلى البيتزا بعد الطهي.

ما لا يمكنك تناوله أو شربه

- المياه من خزان ماء مع صنبور.
- الثلج من ماكينة الثلج.
- البيض النيء أو غير المسلوق جيداً أو غير المقلوب على الجهتين عند قليه، إذا كان البيض غير سويدي.
- الحلويات والمكسرات والفواكه المجففة التي يتم تعبئتها ووزنها عند شرائها.
- المحاريات الطازجة أو المجمدة الطازجة غير المطبوخة/المسلوقة.
- الأسماك النيئة، مثل السوشي.
- يجب عدم تناول الأسماك/اللحوم المجففة إلا إذا كانت مطبوخة.
- أطعمة الكافيتيريا الباردة والأطباق الجاهزة من ثلاثيات المطاعم أو المتاجر.
- التتبيلات/الصلصات والخلطات من مطابخ الشوارع، إلخ.
- طعام البوفيه.
- الأجبان المتعفنة وغير المبسترة.
- اللحوم النيئة.
- البوظة/المثلجات الطرية والحليب المخفوق (ميك شيك) على سبيل المثال من ماكدونالدز.
- الأغذية الصحية (الأدوية والشاي والتوابل التي يتم شراؤها بالوزن).
- اللحوم المصنعة المعبأة بأكياس تم تفريغ الهواء منها عندما تقترب من تاريخ انتهاء صلاحيتها.
- السمك المدخن أو السمك النيء المملح.
- المنتجات المخمرة، على سبيل المثال، الكيمتشي ومخلل الملفوف.
- يتفاعل الجريب فروت بطريقة سلبية مع الأدوية المثبطة للمناعة.

لاحظ أن هذه القوائم تنطبق فقط خلال فترة العلاج المرتبطة بزراعة الأعضاء، حيث لا يوجد لديك خلايا دم بيضاء ولديك ضعف شديد في جهاز المناعة

العناية بالفم

قد يتسبب العلاج المسبق الذي تتلقاه قبل عملية الزرع في ظهور أعراض في الغشاء المخاطي في الفم خلال فترة العزل. لا تظهر هذه الأعراض بشكل فوري بل تظهر عادةً في الأسبوع التالي لعملية الزرع نفسها. قد تكون العلامة الأولى لمثل هذه الأعراض أن الأغشية المخاطية تصبح بيضاء اللون ويظهر لديك شعور بأنها مغلفة أو أنها خشنة. جفاف الفم والتغيرات في قوام اللعاب هي من الآثار الجانبية الشائعة. بعد أيام قليلة، قد يصبح الغشاء المخاطي لديك أحمر اللون وملتهباً وأحياناً تظهر تقرحات. ونتيجة لذلك، قد تعاني أيضاً من حرقاة وألم بالإضافة إلى صعوبة في البلع.

للتخفيف من هذه الأعراض وتقليل خطر الإصابة بالعدوى والحفاظ على نظافة فمك قدر الإمكان، من المهم اتباع التعليمات التالية:

- يجب تنظيف أسنانك بالفرشاة مرتين في اليوم باستخدام فرشاة أسنان ناعمة للغاية ومعجون أسنان ستحصل عليهما في القسم. ستحصل على فرشاة أسنان جديدة كل يوم. يجب فقط تفريش أسطح الأسنان وعليك تجنب اللثة قدر الإمكان. يمكنك استخدام خيط تنظيف الأسنان أو فرشاة ما بين الأسنان ولكن بحذر شديد وذلك عند الحاجة وعندما تكون من الأشخاص المعتادين على استخدام هذه الأشياء.
- ينبغي ألا تستخدم مستخدمو أطقم الأسنان تلك الأسنان إلا أثناء تناول وجبات الطعام.
- لمنع حدوث العدوى الفطرية، سوف تتلقى علاجاً لتجفيف الفم بمضادات الفطريات وذلك على شكل أقراص دواء أو خليط من مضادات الفطريات، 4 مرات يومياً.
- يجب ترطيب الشفاه بانتظام لمنع جفافها. إذا حدثت تشققات في الشفاه بسبب الجفاف، فمن الصعب التئامها.
- للتخفيف من الحرقان وتقليل اللعاب اللزج، ينبغي شطف تجويف الفم بمحلول ملحي كل ساعة من ساعات استيقاظك. سيقوم الموظفون بتزويدك بهذا المحلول. بعض المرضى يشعرون بنتيجة أفضل إذا كان هذا المحلول مبرداً.
- للتقليل من أعراض الغشاء المخاطي للفم إن أمكن، من المفضل أن تمص الثلج المجروش قدر الإمكان أثناء فترة الخضوع للعلاج الكيميائي.
- مص مكعبات الثلج و/أو وضع الثلج الملفوف في منشفة أو ما شابه على الشفاه والحدود يقلل من التورم والألم وقد يقلل من النزيف.
- إذا كنت تعاني من جفاف الفم، اشطف فمك بشكل متكرر، مرة واحدة على الأقل كل ساعة، وذلك باستخدام الماء إذا لم تكن قد تمضمضت بالمحلول الملحي. تتوفر أيضاً بدائل اللعاب ويتوفر الجل للحفاظ على رطوبة الفم إذا لزم الأمر.
- إذا بدأت في الشعور بالألم/انزعاج في الغشاء المخاطي للفم، فأخبر الطاقم الطبي حتى يقوموا بإعطائك مسكنات الألم المناسبة بسرعة.

أثناء تواجدك في المستشفى وتلقي الرعاية الطبية، سيتم فحص فمك مرة واحدة في كل يوم. يتم إجراء هذا الفحص حتى تتمكن من اكتشاف أي مضاعفات وعلاجها في أسرع وقت ممكن بعد ظهورها. إذا وجدت صعوبة في اتباع هذه الإجراءات، أو إذا ظهرت أعراض في فمك، أو إذا كان لديك أي أسئلة، يُرجى التواصل مباشرة مع طاقم القسم أو مع طبيب الأسنان.

النشاط - العلاج الطبيعي

خلال الفترة التي تتلقى فيها الرعاية في المستشفى، يقتصر معظم نشاطك على التواجد في غرفتك. ستحصل على دراجة تمارين رياضية في غرفتك وستحصل على دعم من أخصائي العلاج الطبيعي لإيجاد برنامج تمارين يناسبك. يهدف التدريب إلى الحفاظ على عضلاتك الحالية.

يوصى بتخصيص وقت لممارسة التمارين الرياضية يومياً. الأنشطة الصغيرة مهمة أيضاً، مثل الجلوس على المائدة في أوقات الوجبات والجلوس على الكرسي ذات الذراعين بدلاً من السرير. هذه التغييرات الصغيرة في وضعيتك مفيدة للتنفس وتمنع حدوث المضاعفات.

المشي في الخارج في الهواء الطلق في المساء أو في عطلة نهاية الأسبوع مفيد لصحتك.

الدعم من المرشد الاجتماعي

سيتم تقديم الدعم لك من قبل المرشد الاجتماعي قبل عملية الزرع وأثنائها وبعدها. يمكن للمرشد الاجتماعي أن يقدم لك المشورة والدعم فيما يتعلق بالخدمات التي تقدمها البلدية، وبالتأمينات الاجتماعية، وبإعادة التأهيل، وبالموارد المجتمعية الأخرى بناءً على وضعك الحالي. كما ستحصل على محادثة مع المرشد الاجتماعي لمساعدتك على التعامل مع المواقف الصعبة والتغلب عليها.

يمكن لأفراد عائلتك/المقربين منك أيضاً الحصول على المشورة والدعم. كما يحق للأطفال ذوي الصلة بك الحصول على المعلومات والدعم.

المكتبة

تحتوي المكتبة في هودينجي على الروايات والكتب غير الخيالية/الحقيقية والصحف والكتب الصوتية والكتب الرقمية والموسيقى والأفلام. يمكنك استعارة مسجل للاستماع للموسيقى واستعارة مشغل لأقراص DVD ومشغل للأقراص المدمجة CD واستعارة سماعات للأذن. يرجى التواصل مع المكتبة لإعلامهم بما ترغب في استعارته.

يمكنك العثور على بيانات الاتصال على الموقع <https://www.karolinska.se>

مركز الموارد التعليمية (Pedagogiskt Resurscentrum)

يشتمل مركز الموارد التعليمية على الأنشطة التعليمية الخاصة والأنشطة الثقافية بالمستشفى للأطفال المتواجدين في المستشفى.

العلاج باللعب

سيقوم أخصائي العلاج باللعب بزيارتك في غرفتك وستناقشان معاً المواد التي تريدها أن تكون في غرفتك. يمكن أن يقدم العلاج باللعب مجموعة كبيرة من المواد الإبداعية والألعاب وغيرها. يسعدنا أن نقضي بعض الوقت معك في غرفتك إذا كنت ترغب في اللعب أو صنع شيء ما جرفي مثلاً أو تريد القيام بشيء آخر معاً.

إذا كنت تشعر ببعض التخوف والقلق بشأن أي من إجراءات العلاج، فيمكن أن يساعدك المعالج باللعب على توضيح كيف يتم العلاج عن طريق الدمى أو باستخدام مواد أخرى.

يرجى أن تقوم بإخبار أخصائي العلاج باللعب إذا كنت قلقاً بشأن العلاج وسنحاول مساعدتك.

مدرسة المستشفى

تعمل مدرسة المستشفى كامتداد للمدرسة العادية التي تترادها. نحن هنا متواجدون من أجلك إذا كنت بحاجة إلى مساعدة في واجباتك المدرسية أثناء فترة تواجدك في المستشفى إذا كنت في المرحلة الأساسية أو الثانوية. سيتواصل معلم المستشفى بمدرستك بهدف تمكينك من متابعة دراستك العادية.

سيكون من دواعي سرور معلم المستشفى أن يأتي إلى غرفتك لنتمكن من عمل حصص والدراسة معاً.

العلاج بالموسيقى

يُعرض عليك كمريض في قسم CAST (قسم العلاج بالخلايا وزراعة الخلايا الجذعية الخيفية) العلاج من خلال الموسيقى. بالتعاون مع معالجتك الموسيقي، يمكنك العزف أو الغناء أو الاستماع إلى الموسيقى أو ربما الرسم على أنغام الموسيقى. أنت لست بحاجة إلى أن يكون لديك أي معرفة مسبقة ولا توجد متطلبات بأن يكون لديك مستوى أداء معين. أنت تقرر ما الذي تريد منا أن نفعله. يمكن لأهلك أو لأبيك أن يتواجد معك إذا أردت ذلك.

ورشة عمل الأفلام

من خلال ورشة عمل الأفلام يمكنك صناعة فيلمك الخاص بك! يمكنك إنشاء الشخصيات، وبناء المسرح وتحديد حبكة/ قصة الفيلم الذي ستصنعه. تستغرق صناعة الفيلم حوالي ساعة ونصف الساعة.

ورشة عمل الأفلام تتم في هودينجي وذلك في يوم واحد في الأسبوع، ويسعدنا أن نأتي إلى غرفتك إذا كنت ترغب في ذلك.

الواقع الافتراضي (VR)

VR ترمز إلى الواقع الافتراضي وهو نشاط يمكنك تجربته مباشرة في غرفتك. بمساعدة معدات الواقع الافتراضي، يمكنك أن تشعر بأنك قد انتقلت من المستشفى إلى أماكن مختلفة، إلى الفضاء، أو إلى البحر، أو الطبيعة، وما إلى ذلك.

يتواجد مربّي الواقع الافتراضي لدينا في هودينجي يوماً واحداً في الأسبوع، ويسعدنا أن يأتي إلى غرفتك إذا كنت ترغب في ذلك.

المستشفى الثقافي

خزانة سرد القصص

ليوم واحد من كل أسبوع، تأتيك خزانة سرد القصص كطفل أو شاب. تحتوي الأدراج في الخزانة على صناديق تحتوي على قصص وقصص الغاز وأشكال للأطفال الصغار. بالنسبة للأطفال الأكبر سناً، هناك أنواع مختلفة من القصص التي تُروى شفهيّاً (لا تُقرأ بصوت عالٍ) بدون أي أدوات مساعدة. يمكنك فقط تخيل الصور في رأسك أثناء الاستماع للقصّة، أو يمكنك المشاركة في إنشاء قصة جديدة بالكامل باستخدام بطاقات القصص. غالباً ما تستغرق القصّة ما بين 5 و15 دقيقة.

المهرجون

خلال يومين من كل أسبوع سيزورك إحدى المهرجين، إما فيكي فاكيتيس أو تروديلوتان أو بينكي بلوز أو روتان. سيقدم المهرجون الموسيقى والسحر والأشكال البالونية والمقالب ويقومون دائماً بتكليف لقائهم بك مع الوضع الراهن. أحياناً يكون الوضع جنونياً للغاية - وفي أيام أخرى يكون هادئاً وهادئاً تماماً. يمكنك أيضاً فقط أن تستلم بريد اليوم أو إحدى الألغاز من خلال الفتحة في باب غرفتك! يُسمح للمهرجين بالدخول فقط عندما يتم التصريح لهم من قبل الموظف المسؤول. هنا يقدم المهرجون أنفسهم في فيديو موسيقي مصور:



الاستجابة/الأخذ

قد يستغرق الأمر من 2 إلى 3 أسابيع حتى يبدأ مفعول الزرع، أي حتى تبدأ الخلايا الجذعية الجديدة في إنتاج خلايا الدم. عادةً ما نطلق على ذلك اسم الاستجابة/الأخذ. والآن ترتفع خلايا/كريات دمك البيضاء ويمكن أن يتم إخراجك من العزل. ستساعدك خلايا/كريات الدم البيضاء الآن على ترميم الغشاء المخاطي للفم إذا كنت عانيت من مشاكل فيه أثناء العلاج. يمكن أن تحدث بالفعل اعتبارًا من الآن مضاعفات تسمى GVHD (مرض الطعم ضد المضيف أو مرض/رد فعل الطعم ضد الزرع)، انظر القسم أدناه الذي يصف رد الفعل هذا. قد تحتاج إلى التعافي من عدوى ما و/أو أن تزود نفسك بالتغذية والسوائل التي تحتاجها قبل الخروج من المستشفى.

حان الآن وقت العودة إلى المنزل

قد تشعر بأنه من الصعب الخروج من المستشفى بعد أن كنت منعزلاً لمدة شهر. يخشى الكثيرون من مواجهة العالم الخارجي مع ما قد ينطوي عليه ذلك من خطر الإصابة بالعدوى. تذكر بأننا لن نقوم أبداً بتخريكك من المستشفى إلا إذا كنا نعرف بأنه يمكنك تدبير هذا الأمر. ستقوم إحدى الممرضات في القسم والطبيب بتقديم شرح مفصل للغاية لك حول زيارات المراجعة والقواعد التي عليك اتباعها. نحن متواجدون دائماً للإجابة على أي أسئلة قد تكون لديك، حتى بعد عودتك إلى المنزل.

سنواصل مع فريق الرعاية الطبية المتقدمة في المنزل (ASIH) الذي سيأتي إلى منزلك بعد خروجك من المستشفى لمساعدتك في أخذ العينات وفي أمور الأدوية وإعادة تعديل/تغيير قسطرتك الوريدية المركزية. يتعاون فريق الرعاية الطبية المتقدمة في المنزل (ASIH) معنا نحن العاملون في المستشفى بشكل وثيق.

إذا كنت قادماً من مقاطعة أخرى، فسيتم تخريكك من المستشفى إلى الشقة الفندقية أو إلى منزل رونالد ماكدونالد (Ronald McDonald Hus).

بعض التوصيات عند الخروج من المستشفى

حاول اتباع التوصيات التالية لمدة تتراوح بين 3 إلى 6 أشهر بعد عملية الزرع:

- الحرص على نظافة اليدين بشكل جيد.
- الاختلاط فقط بالأشخاص الأصحاء.
- عدم السباحة في حوض/برك السباحة - يحتوي الماء على الكثير من البكتيريا. إذا كان لا يزال لديك القسرة الوريدية المركزية، فلا يجب عليك السباحة في حوض/برك السباحة أو البحر أو البحيرة أو حوض الاستحمام في الحمام بسبب خطر الإصابة بالعدوى. كما ولا يجوز لك أخذ حمام ساونا/بخار.
- لا تحفر في التربة - فالتربة تحتوي على جراثيم فطرية يمكن أن تسبب لك العدوى.
- عدم وضع زهور مع تربة في غرفة النوم.
- لا تختلط عن قرب بالحيوانات الأليفة - انظر التعليمات في الجزء الخاص بالحيوانات الأليفة.
- لا تقم بأعمال الترميم في المنزل - قد تكون الجراثيم الفطرية أو جراثيم العفن موجودة في غبار المبنى.
- ارتدِ كمامة عند التواجد في الأماكن المزدحمة بالناس.
- لا تستخدم وسائل النقل العام - ستحصل على بطاقة تنقل (sjukreskort/färdtjänst) ويُصح باستخدامك لسيارة الأجرة أو سيارتك الخاصة.
- يبيمنك الآن العودة إلى النظام الغذائي الطبيعي، لا توجد أي قيود بعد الآن.

ننصحك بتجنب التعرض المفرط لأشعة الشمس خلال السنوات القليلة القادمة واستخدام واقي الشمس - فقد تتسبب حروق الشمس في الإصابة بالطفح الجلدي المصاحب لمرض الطعم ضد المضيف (GVHD).

هذه التوصيات موجودة لحمايتك بينما لا يزال جسمك حساساً. يمكنك البدء في استئناف حياتك الطبيعية تدريجياً وذلك بناء على مقدرتك. ننصحك بالقيام بالمشي يومياً في الهواء الطلق بعد الخروج من المستشفى. تجنب الضربات والتصادمات إذا كان لديك انخفاض في عدد الصفائح الدموية.

المتابعة في العيادة

إذا كنت شخصاً بالغاً، فستتم متابعتك بعد خروجك من المستشفى في عيادة CAST (قسم العلاج بالخلايا وزراعة الخلايا الجذعية الخيفية)، أما بالنسبة للأطفال فتتم المتابعة عن طريق أخصائي أمراض الدم لدى الأطفال. عند زيارتك الأولى للعيادة ستلتقي بممرضة وطبيب. سنقوم معاً بمراجعة تقييمك الصحي وتحديث خطة الرعاية الخاصة بك. في البداية، ستتم متابعتك بشكل مكثف من خلال زيارتك للطبيب والممرضة مرتين أسبوعياً. تتم الزيارات شخصياً وعن بُعد عبر مكالمات الفيديو. لإجراء مكالمات الفيديو، ستحتاج إلى هاتف ذكي مزود بالهوية البنكية (Bank id). عليك تسجيل الدخول في تطبيق Alltid Öppet، هذا وستحصل على التعليمات المتعلقة بهذا الأمر في الدعوة التي ستحصل عليها آنذاك. سنقوم هنا أيضاً بوضع خطة إعادة تأهيل لك. بعد ثلاثة أشهر من عملية الزرع، تبدأ الزيارات في أن تصبح أقل تواتراً. لكننا سنستمر في متابعتك مدى الحياة.

إذا احتجت إلى دخول المستشفى مرة أخرى لأي سبب من الأسباب، فسيتم إدخالك إلى وحدة الرعاية الإقليمية للأطفال والمراهقين، أو إلى وحدة الرعاية الداخلية لقسم العلاج بالخلايا وزراعة الخلايا الجذعية الخيفية (CAST) إذا كنت بالغاً.

أشياء يجب مراعاتها قبل أخذ العينات

لا يجوز لك تناول الأدوية المثبطة للمناعة (مثل cyclosporin أو tacrolimus) في الصباح قبل أن يتم أخذ عينات الدم، حيث سيؤدي ذلك إلى الحصول على نتائج خاطئة عند قياس تركيز الدم. تناول مثل هذه الأدوية مباشرة بعد أن يتم أخذ العينة منك وليس قبل ذلك. من المهم ألا تنسى أبداً تناول الأدوية الموصوفة لك. قد يؤدي عدم تناول الدواء إلى حدوث رد فعل/مرض الطعم ضد المضيف (GVHD). إذا نسيت تناول دوائك، يجب عليك الاتصال بالعيادة أو القسم. إذا فقط عرفنا ما الذي حدث معك، سيكون بإمكاننا تقديم المساعدة لك.

متى أحتاج إلى الاتصال بالمستشفى؟

إذا أصبت بأي من الأعراض المذكورة أدناه، ينبغي عليك الاتصال بنا في المستشفى:

- الحمى، تأكد من وجود مقياس حرارة في المنزل.
- الطفح الجلدي.
- السعال أو ضيق التنفس.
- النزيف.
- الإسهال.
- التقيؤ.
- الصداع المفاجئ.
- ألم جديد أو ألم متفاقم.
- تقرحات في الفم.
- صعوبة في تناول الطعام أو صعوبة الشرب بما يكفي.

للبالغين

عيادة CAST (قسم العلاج بالخلايا وزراعة الخلايا الجذعية الخيفية) 08 123 875 99

من الإثنين حتى الجمعة من الساعة 8 صباحاً - 2 ظهراً

وحدة الرعاية الداخلية CAST (لقسم العلاج بالخلايا وزراعة الخلايا الجذعية الخيفية) 08 123 803 87

في الأوقات الأخرى

للأطفال

عيادة أمراض الدم 08 123 81 47

من الإثنين حتى الجمعة من الساعة 8 صباحاً - 3 ظهراً

قسم خدمات المقاطعة للأطفال 08 123 803 78

في الأوقات الأخرى

مرض الطعم ضد المضيف (GVHD)

أحد المضاعفات المهمة لزراعة الخلايا الجذعية الخفيفة هو مرض الطعم ضد المضيف أو رد فعل الطعم ضد الزرع (GVHD)، حيث تتفاعل هنا خلايا الدم البيضاء في الطعم (الأنسجة المتبرع بها) ضد مضيفها الجديد (المتلقي) - أي ضد أنسجتك. ويُعد رد الفعل هذا من المضاعفات التي يصاب بها معظم الأشخاص إلى حد ما، سواء كان رد الفعل هذا بسيطاً أو خطيراً. قد يكون النوع المعتدل من رد الفعل هذا مفيداً للمصابين بسرطان الدم والسرطانات الأخرى، حيث يقلل من خطر معاودة رجوع المرض. النوع الأكثر حدة من رد الفعل هذا أقل شيوعاً ولكنه قد يصبح خطيراً ويصعب علاجه بل قد يكون مميتاً في بعض الحالات.

مرض الطعم ضد المضيف (GVHD) الحاد

يحدث رد الفعل الحاد عادةً في غضون ثلاثة أشهر من الزراعة. الأعراض الشائعة هي الطفح الجلدي الذي يمكن أن يبدأ على راحتي اليدين أو على باطن القدمين أو على الوجه. يمكن أن يسبب لك رد الفعل الأكثر انتشاراً طفحاً جلدياً في جميع أنحاء جسمك ويؤثر على الكبد ويسبب لك القيء والإسهال الحاد. من المهم جداً أن تتصل دائماً بالعيادة أو القسم عند ملاحظة أي من هذه الأعراض.

مرض الطعم ضد المضيف (GVHD) المزمن

في معظم الحالات يمتد مرض الطعم ضد المضيف المزمن على مناطق محدودة. تتمثل الأعراض الأكثر شيوعاً في تغيرات في لون جلدك/ تصبغ الجلد وجفاف الفم والعينين والأعضاء التناسلية. قد تجد هذه الأعراض الأخيرة مزعجة وتؤثر على جودة حياتك بدرجات متفاوتة. هذا ويمكن أن تتطور الأنواع الأكثر حدة من هذا المرض وتتضمن أعراضاً أكثر حدة في الأغشية المخاطية حيث تحدث تقرحات ومشاكل في العضلات والقصبية الهوائية. قد تصبح أيضاً أكثر عرضة للإصابة بالعدوى. يكون هذا النوع من المضاعفات أكثر شيوعاً في العامين الأولين ويختفي لدى معظم المرضى في غضون خمس سنوات من إجراء زراعة الخلايا الجذعية الخفيفة.

يُعطى العلاج الوقائي لتجنب الإصابة بمرض الطعم ضد المضيف (GVHD)، ولكن إذا أصبت به على الرغم من العلاج الوقائي فسيتم علاجه بالكورتيزون في الدرجة لأول.

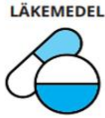
إعادة تنشيط الفيروسات

فيروسات الهربس هي مجموعة من الفيروسات التي ربما تكون قد أصبت بها في وقت مبكر من حياتك ثم تظل كامنة - خاملة - في جسمك لبقيّة حياتك. يتم السيطرة على هذه الأنواع من العدوى عن طريق جهازك المناعي، ولكن إذا ضعفت مناعتك ضد العدوى، على سبيل المثال عند إجراء عملية زرع الخلايا الجذعية، فسيكون من الممكن أن يتم إعادة تنشيط هذه الفيروسات.

الفيروس المضخم للخلايا (CMV) هو فيروس كامن ويمكن تنشيطه. كما يمكن أن تصاب بالعدوى لأول مرة، على سبيل المثال من المتبرع، إذا كان هو قد أصيب بالعدوى حتى لو أنك لم تصب بها في السابق. في هذه الحالات، سيتم إعطاؤك دواءً وقائياً لتقليل خطر الإصابة بالعدوى. عادةً ما يتم تنشيط الفيروس المضخم للخلايا بعد شهر إلى ثلاثة أشهر من الزراعة. يمكن أن يسبب الفيروس المضخم للخلايا الحمى وفي الحالات الشديدة يسبب الالتهاب الرئوي. ولكن مع التشخيص المبكر والعلاج، يتم اكتشاف الفيروس قبل أن تظهر عليك الأعراض. ولذلك ستتم متابعتك من خلال إجراء اختبارات دم أسبوعية لك خلال الأشهر الثلاثة الأولى على الأقل بعد عملية الزرع. إذا كنت بحاجة إلى علاج، فسيتم إعطاؤه لك على شكل أقراص دواء أو على شكل قطرة في الدم.

فيروس الجهاز التنفسي وفيروس إشتاين بار (EBV) هما فيروسان آخران يمكن أن يسببا العدوى والمرض لك ولذلك نوليها اهتمامنا.

يسبب الفيروس النطاقي الحماقي (VZV) جدري الماء لدى الأطفال والشباب، ويمكن أن ينشط في وقت لاحق من العمر، مما يسبب الهربس النطاقي. سيتم إعطاؤك دواءً وقائياً مضاداً للفيروسات للوقاية من هذه الأنواع من العدوى.



LÄKEMEDEL

Ciklosporin – Immunhämmande läkemedel som skyddar mot graft versus host disease och avstötning.
Ursofalk – Läkemedel som skyddar mot graft versus host disease i levern.
Bactrim – Antibiotika som skyddar mot infektion med toxoplasma och pneumocystis.
Valtrex – Läkemedel som skyddar mot vissa virusinfektioner.

RUTINBLODPROV



CMV/EBV

Cytomegalovirus och Epstein-Barr virus kontrolleras regelbundet i blod fram tills minst 3 månader efter transplantation.

Ciklosporinkoncentration

Koncentrationen kontrolleras i regel 1 gång i veckan i ungefär en månad efter transplantation. **Vänta med att ta ciklosporin tills efter provtagning de dagar vi mäter ciklosporinkoncentration!**

UNDERSÖKNINGAR



Benmärgsprov

Prov för att utvärdera din benmärg efter transplantation, här tar vi även chimerism.

Chimerism

Prov där vi mäter hur stor andel av dina blodkroppar som har ursprung från dina gamla celler respektive donatorn.

Gynundersökning

Rutinundersökning av gynekolog efter transplantation inklusive utvärdering av eventuell graft versus host disease.

Spirometri

Utvärdering av din lungfunktion.

Tandläkare

Rutintandläkarebedömning efter transplantation, inklusive utvärdering av eventuell graft versus host disease

Borttagande av CVK

Din CVK kan tas bort när de täta blodprovstagningarna och behovet av trombocyter, blod eller intravenös medicinering upphör, vanligtvis 3-6 månader efter transplantationen. Att ta bort CVK:n är enklare än att sätta in den, men görs i lokalbedövning då en förtjockning (kuff) sitter på kate-tern under huden för att hålla den på plats. Barn och ungdomar sövs.

VACCINATIONER



Prevenar

Vaccin mot pneumokocker (vanligaste bakterien vid lunginflammation)

Covid-19 vaccin

mRNA vaccin mot Sars-CoV-2 (Covid-19)
Antalet doser och intervall på individuell basis

Tetravac

Vaccin mot kikhosta, difteri, stelkramp och polio. Kallas även grundvaccin i öppenvården

الادوية

سلوكوسبورين – دواء مضطرب للمناعة، يحمي من مرض الطعم ضد المضيف و من الرقص اوسوفالك – دواء يحمي من مرض الطعم ضد المضيف في الكبد
 باكتريم – مضاد حيوي يحمي من العدوى بطفيلي التوكسوبلازما و عدوى نيوموسستيس التي يمكن ان تسبب التهابا رئويا
 فالتركس - دواء يحمي من انواع معينة من الفيروسات



تحاليل الدم الروتينية

CMV/EBV الفيروس المضخم للخلايا و فيروس ابشتاين بار , هما فيروسان يتم اجراء فحص الدم الخاص بهما بانتظام حتى مرور 3 شهور على الاقل على الزراعة
 تركيز دواء السيكلوسبورين يتم فحص هذا الدواء عادة مرة واحدة في الاسبوع و ذلك لمدة شهر بعد الزراعة. في الايام التي ستقوم فيها باجراء فحص نسبة تركيز السيكلوسبورين انتظر ولا تاخذ دواء السيكلوسبورين الا بعد الانتهاء من الفحص



الفحوصات

فحص نخاع العظم

فحص لتقييم نخاع العظم لديك بعد العملية
 نقوم هنا ايضا بفحص يسمى الكيميرية

الكيميرية

فحص نعرف من خلاله النسبة المئوية لخلايا الدم لديك التي اصلها خلاياك القديمة و النسبة المئوية لخلايا الدم التي تكونت من خلايا المتبرع

طبيب الاسنان

تقييم روتيني لطبيب الاسنان بعد الزراعة. ويتضمن ايضا
 تقييمنا لمرض الطعم ضد المضيف ان وجد.

اللقاحات

Prevenar

لقاح ضد المكورات الرئوية-البكتريا الاكثر شيوعا عند الاصابة بالالتهاب الرئوي



الفحص النسائي

فحص روتيني يقوم به الطبيب النسائي بعد الزراعة و يتضمن
 ايضا تقييمنا لمرض الطعم ضد المضيف ان وجد

قياس التنفس

تقييم لوظائف الرئتين لديك

إزالة القسطرة الوريدية المركزية

يمكن إزالة القسطرة الوريدية المركزية لديك عندما تتوقف فحوصات الدم المتكررة و تتوقف الحاجة الى الصفائح الدموية او الدم او الادوية الوريدية, عادة بعد 3-6 اشهر من عملية الزرع.
 تعد إزالة القسطرة الوريدية المركزية اسهل من ادخالها و لكن يتم ذلك تحت التخدير الموضعي و ذلك بسبب وجود سمك _ رباط على القسطرة تحت الجلد تم استخدامه لتثبيتها في مكانها. بالنسبة للأطفال و المراهقين فانه يتم تخديرهم بالكامل

Tetravac

لقاح ضد السعال الديكي و الدفتيريا و الكزاز و شلل الاطفال
 يسمى ايضا باللقاح الاساسي

Covid-19 vaccin

عدد اللقاحات و الفترات الزمنية يختلف من شخص لآخر

الطعام

يعد النظام الغذائي المغذي وتناول الكثير من السوائل جزءاً مهماً من عملية التعافي بعد إجراء زراعة الخلايا الجذعية. شرب الماء والسوائل بكميات جيدة يقلل من خطر التأثير سلباً على الكلى كما يعمل على ترطيب الغشاء المخاطي للفم. قد يكون تناول الطعام صعباً بسبب التغيرات في المذاق والغثيان وفقدان الشهية/عدم الشعور بالجوع. أهم شيء هنا هو أن تكون المواد الخام الغذائية طازجة والطعام مطهو جيداً لتقليل خطر الإصابة باضطرابات المعدة (القيء والإسهال).

لذلك عليك أن تكون حذراً فيما يلي:

- منتجات الطعام الجاهزة للأكل من المتاجر والمطاعم التي لا تحتاج إلى التسخين، مثل السندويشات والمعجنات والصلصات الباردة والمايونيز.
- المنتجات النيئة أو النيئة المملحة مثل الأسماك والمحاريات واللحوم والأجبان غير المبسترة.
- الوجبات السريعة المختلفة الموضوعة على طاولة في المطاعم أو البوفيهات أو السلطات في المطاعم.
- الأشياء التي يعبئها الزبائن بأنفسهم في المحلات التجارية مثل الحلويات والمكسرات والسلطات والخبز.
- السمك المعبأ بأوكسياس مفرغة من الهواء (مثل سمك السلمون المدخن والسلمون النيء المملح) واللحوم المصنعة (مورتيديلا الخنزير والنقانق) التي تقترب من تاريخ انتهاء صلاحيتها.
- يجب شطف الخس بأنواعه جيداً/الورقيات، بما في ذلك الخس المقطع مسبقاً والمعبأ في أكياس.

يجب مناقشة تناول المشروبات الكحولية مع طبيبك لأنها قد تتفاعل مع الأدوية التي تتناولها.

قد تحتاج في بعض الأحيان إلى الحصول على دعم من أخصائي تغذية، وسنقوم حينئذ بترتيب هذا الأمر لك حيث ستحصل على بيانات التواصل بإحدى أخصائيي التغذية.

صحة الفم

بعد الخروج من المستشفى، يُنصح باستخدام فرشاة أسنان عادية فائقة النعومة. لكن في البداية، يُنصح بتوخي الحذر عند تفريش أسنانك بالفرشاة لتجنب جرح اللثة.

في الفترة الأولى بعد عملية الزرع، من الشائع أن تشعر بجفاف الفم وأن تحدث بعض التغيرات في المذاق. لمنع حدوث التسوس والنخور في الأسنان، ينبغي عليك المضمضة بفلوريد الصوديوم بنسبة 0.02% صباحاً ومساءً. اشطف فمك لدقيقة أو دقيقتين ثم ابصق المحلول. يتوفر محلول الفلورايد بدون وصفة طبية في الصيدلية.

إجهاد الدماغ - الإرهاق والتعب

من الشائع أن تشعر بالإرهاق الجسدي والعقلي لفترة طويلة بعد عملية الزرع. قد تعاني من إجهاد في الدماغ ومن التعب والإرهاق بعد العلاج الكيميائي، كما أن جهازك المناعي الجديد يقوم ببناء نفسه مما يؤدي إلى استنزاف طاقتك. لقد أظهرت الأبحاث أن إجهاد الدماغ يمكن مواجهته من خلال النشاط البدني. لذا فإن النوم للتخلص من التعب لن يفيدك. النشاط البدني هو أفضل دواء لك.

النشاط البدني

لن يقلل النشاط البدني المنتظم من الإرهاق بعد عملية الزرع فحسب، بل سيؤدي أيضاً إلى نوم أفضل وعضلات أقوى وتوازن أفضل. كما أن النشاط البدني يمكن له أن يقلل من التوتر والقلق والاكتئاب ويمنحك نوعية حياة أفضل. اقتراحات للنشاط البدني في الحياة اليومية:

- أن تستخدم السلالم بدلاً من المصعد.
- أن تتجول في منزلك أثناء التحدث على الهاتف.

- أن تتمشى في الهواء الطلق.
- أن تلعب مع الأطفال.
- أن تقف مرة واحدة على الأقل كل ساعة إذا كنت تستلقي أو تجلس كثيرًا.

هناك إمكانية للتواصل مع أخصائي العلاج الطبيعي إذا لزم الأمر بعد خروجك من القسم في المستشفى. اطلب من طبيبك أو ممرضتك أن يقوموا بعمل إحالة لك.

لدينا إمكانية لتقديم لك الفرصة للتدريب في صالة العلاج الطبيعي مرتين في الأسبوع إذا كنت من الأشخاص المعرضين أكثر من غيرهم للإصابة بالعدوى. لدينا إمكانية أيضاً لإجراء الحجوزات الفردية.

الجنس والمعايشة

قد يؤثر علاجك على رغبتك الجنسية وحياتك الجنسية. لا توجد عوائق لاستئناف حياتك الجنسية بعد العلاج/الزراعة طالما كانت لديك الرغبة والإرادة للقيام بذلك، ولكن هناك بعض الأمور التي يجب وضعها في الاعتبار. يمكن أن تصبح الأغشية المخاطية بشكل عام أكثر هشاشة وهذا بدوره يمكن أن يجعل الإيلاج غير مريح أو حتى مؤلم. يمكن لمراهم المزلقات أن تساعد النساء والرجال على حد سواء، ويجد البعض أن الواقي الذكري يوفر بعض الحماية والزلق الذي يساعد في العلاقة الجنسية. إذا كنت تعاني من ألم أثناء الجماع، تحدث إلى طبيبك أو ممرضتك عن ذلك، فهناك مساعدة متاحة يمكنك الحصول عليها. من المهم أيضاً التنبيه إلى أن مرض الطعم ضد المضيف (GVHD) يمكن أن يصيب كل من الأعضاء التناسلية الداخلية والخارجية للإناث (الشفرين والمهبل) والأعضاء التناسلية الذكرية. وهنا تكمن أهمية العلاج المناسب والصحيح. يمكن أن يحدث انقطاع الطمث (سن اليأس) لدى النساء بعد زراعة الخلايا الجذعية (بما في ذلك النساء في سن صغير). لذلك يُعرض على النساء إجراء فحص طبي لدى طبيب أمراض النساء بعد بضعة أشهر من العلاج، ولكن إذا كنت تعاني من أعراض شديدة، تحدثي إلى طبيبك أو ممرضتك في قسم CAST (قسم العلاج بالخلايا وزراعة الخلايا الجذعية الخفيفة). في بعض الأحيان، قد يكون السبب وراء سوء الحياة الجنسية نقص الطاقة والرغبة، فالرغبة غير موجودة حتى لو لم تكن هناك مشاكل جسدية. من المهم أيضاً التحدث عن هذا الأمر مع شريكك، إذا كان لديك شريك، وكذلك مع طبيبك/ممرضتك. تذكر استخدام الواقي الذكري إذا لم يكن لديك شريك ثابت، وذلك لتجنب الإصابة بالأمراض المنقولة جنسياً.

إذا كنتِ امرأة، فسيتم فحصك من قبل طبيب نسائي قبل عملية الزرع وبعدها.

الاضطرابات الهرمونية

يؤثر العلاج المسبق للزرع على عمل الغدد المختلفة المنتجة للهرمونات، مثل الغدة الدرقية ومبايض المرأة. من الشائع أن تحتاجي إلى تناول الهرمونات الأنثوية لتجنب إصابتك بانقطاع الطمث (سن اليأس). أحياناً تكون هناك حاجة أيضاً إلى هرمون الغدة الدرقية. يمكن إعطاء الهرمونات على شكل أقراص دواء أو لاصقات.

لدى الأطفال والشباب، يمكن أن تؤثر الاضطرابات في إنتاج الهرمونات على النمو والبلوغ، لذلك يتم فحص جميع الأطفال والشباب الذين لم يحصل لديهم البلوغ. سيتم تخصيص علاج بالهرمونات لك لضمان أن يكون نموك وتطورك طبيعياً قدر الإمكان.

العمل/المدرسة/الروضة - أطفال الروضة المتواجدون في المنزل

يعتمد الوقت الذي يمكنك فيه العودة إلى العمل على حالتك الصحية وعلى نوع عملك. تحدث العودة للعمل عادةً بعد 6 إلى 12 شهراً من تاريخ إجراء زراعة الأنسجة الجذعية، وعادةً ما يكون ذلك في البداية بدوام جزئي فقط، وذلك حسب نوع العمل الذي تقوم به.

ينبغي على الأطفال ألا يذهبوا إلى الروضة إلا بعد مرور 9 إلى 12 شهراً على الأقل من تاريخ إجراء زراعة الأنسجة الجذعية لهم. يعتبر الذهاب إلى المدرسة مناسباً بعد مرور 4 إلى 6 أشهر على الأقل من عملية الزرع.

إذا كان لديك - كشخص خضع لعملية الزرع - طفل يرتاد الروضة، فيوصى بأن يبقى الطفل في المنزل خلال الشهرين الأولين بعد عودتك من المستشفى. وذلك لتقليل خطر إصابتك بالعدوى والأمراض.



الحيوانات الأليفة

إذا كان لديك حيوان أليف، فيسعدنا التحدث معك حول أفضل طريقة للتعامل مع حيوانك الأليف عندما تكون عرضة للإصابة بالعدوى. هناك مخاطر مرتبطة بالحيوانات الأليفة، ولكن هناك أيضاً حلول جيدة لكيفية التعامل مع حيوانك الأليف.

عليك التنبيه لما يلي:

- الكلب** - تجنب لعاب الكلب وعضه وخدشه لك. لا تلتقط براز كلبك. لا تدع الكلب ينام في سريرك.
- القطعة** - تجنب لعاب القطعة وعضها وخدشها لك. لا يجوز لك تنظيف مكان القطعة. لا تدع القطعة تنام في سريرك.
- خنزير غينيا أو الهامستر أو ما شابه ذلك** - تجنب لعاب الحيوان وعضه وخدشه لك. لا تنظف قفص الحيوان. لا تدع الحيوان ينام في سريرك.
- الزواحف** - يمكن أن تنشر السالمونيلا. لا يجوز لك أن تتعامل مع الزواحف أو قفصها/حوضها. ضع القفص/الحوض في غرفة منفصلة.

الأسماك - يجب ألا يكون حوض السمك في غرفة نومك. لا يجوز لك تنظيف الحوض.

الطيور - يمكن أن تنشر السالمونيلا. لا يجوز لك أن تتعامل مع الطائر أو قفصه. ضع القفص في غرفة منفصلة.

الإسطل والحظيرة - لا يجوز عليك التواجد في الإسطل أو الحظيرة خلال الأشهر القليلة الأولى بعد الزرع. استشر طبيبك فيما يتعلق بمتى يكون من المناسب لك العودة إلى التواجد في الإسطل أو الحظيرة.

متابعة المرض/الكيمرية

سنتابع مرضك على فترات منتظمة بعد عملية الزرع. اعتماداً على نوع المرض الذي تعاني منه، سنقوم بفحص عينات نخاع العظم أو بالفحص بالأشعة السينية أو بالقيام بعمل تحاليل للدم.

الكيمرية هو فحص يمكننا من خلاله معرفة النسبة المئوية لنخاع العظم أو الدم التي تتكون من خلايا المتبرع وخلاياك "القديمة". الهدف هو أن تصبح نسبة الخلايا لديك من المتبرع بنسبة 100%. ليس من غير المألوف أن تكون النسبة مختلطة في الفترة الأولى بعد عملية الزرع. إذا لاحظنا عودة الخلايا الخاصة بك أو لاحظنا تزايد في عددها، يمكننا اتخاذ إجراءات سريعة للسماح للخلايا المتبرع بها بالسيطرة وازدياد عددها. قد تتضمن هذه الإجراءات تخفيف الأدوية المثبطة للمناعة أو الحصول على المزيد من الخلايا للمفاوية من المتبرع نفسه، والمعروف باسم DLI، وكل ذلك بهدف تحفيز جهازك المناعي وخلايا المتبرع.

قد يعود المرض الأساسي إلى الظهور رغم كل الجهود المبذولة. في هذه الحالة، هناك العديد من خيارات العلاج، مثل العلاج الكيميائي أو تقديم المزيد من الخلايا للمفاوية من المتبرع نفسه (DLI). قد تكون هناك حاجة أحياناً لإجراء عملية زرع ثانية.

إزالة القسرة الوريدية المركزية

يمكن إزالة القسرة الوريدية المركزية لديك عندما تتوقف اختبارات الدم المتكررة وتتوقف الحاجة إلى الصفائح الدموية أو الدم أو الأدوية الوريدية، عادةً بعد 3-6 أشهر من عملية الزرع. تُعد إزالة القسرة الوريدية المركزية أسهل من إدخالها، ولكن يتم ذلك تحت التخدير الموضعي وذلك بسبب وجود سُمْك (رباط) على القسرة تحت الجلد تم استخدامه لتثبيتها في مكانها. بالنسبة للأطفال والمراهقين فإنه يتم تخديرهم بالكامل.

اللقاحات

مع عملية الزرع، تكون قد فقدت اللقاحات التي تلقيتها في وقت سابق من حياتك. سوف تتلقى اللقاحات وفقاً لبرنامج محدد، بدءاً من حوالي 3 أشهر بعد عملية الزرع. لا يجوز إعطاء أي لقاحات لك دون استشارة الطبيب المسؤول في عيادة CAST (قسم العلاج بالخلايا وزراعة الخلايا الجذعية الخيفية). يمكن الوقاية من الإنفلونزا والكوفيد عن طريق التطعيم، ولذلك يُنصح بتطعيم أفراد عائلتك كمريض.

السفر

خلال الأشهر الثلاثة الأولى بعد عملية الزرع، يجب أن تتواجد في مقاطعة ستوكهولم. استشر طبيبك في العيادة حول متى يكون من المناسب لك التخطيط للسفر.

كوفيد-19 (فيروس كورونا)

كوفيد-19 عبارة عن عدوى في الجهاز التنفسي يمكن أن يكون لها عواقب وخيمة عليك كمريض. من المثالي أن تأتي إلينا بعد أن تكون قد أخذت لقاح كورونا بالفعل وأن يكون أفراد عائلتك قد أخذوا اللقاح أيضاً. إذا أمكن، سنعاود تطعيمك بعد إجراء زراعة الخلايا الجذعية وسنتحقق من الأجسام المضادة لكوفيد-19 الموجودة لديك. إلى أن تكتسب مناعة ضد كوفيد-19، عليك توخي الحذر والابتعاد عن الحشود الكبيرة والأشخاص الذين يعانون من أعراض المرض، واستخدام كماسة والاعتناء بالنظافة الجيدة لليدين. لا يُنصح بالسفر خلال هذه الفترة إذا لم يكن ذلك ضرورياً. إذا تم تشخيص إصابتك بكوفيد-19 بعد عملية زراعة الخلايا الجذعية، يجب عليك الاتصال بنا.

Karolinska Comprehensive Cancer Center



الصورة الفوتوغرافية: توري دالستروم (Tore Dahlström)

قسم العلاج بالخلايا وزراعة الخلايا الجذعية الخيفية (CAST)
مستشفى كارولينسكا الجامعي في هودينجي
14186 ستوكهولم
مقسم الهاتف 0812380000
www.karolinska.se