

نظرة عامة يشير السرطان إلى أي مرض ضمن عدد كبير من الأمراض التي تتميز بتطور خلايا شاذة تنقسم بطريقة لا يمكن السيطرة عليها ولديها القدرة على التسلل وتدمير أنسجة الجسم الطبيعية. وتكون للسرطان في كثير من الأحيان القدرة على الانتشار في جميع أنحاء الجسم. السرطان هو السبب الرئيس الثاني للوفاة في العالم. لكن معدلات البقاء على قيد الحياة تتحسن لأنواع كثيرة من السرطان بفضل التحسينات التي الأعراض تختلف العلامات والأعراض الناتجة عن السرطان تبعاً للجزء المصاب من الجسم. الإرهاق بحّة الصوت عسر الهضم المستمر أو الشعور بالانزعاج بعد الأكل ألم مستمر مجهول السبب في المفاصل أو العضلات حمى أو تعرّق ليلي على نحو مستمر وبلا سبب معروف فناقش مخاوفك مع الطبيب. الأسباب يحدث السرطان بسبب حدوث تغيرات أو طفرات في الحمض النووي داخل الخلايا. ويحتوي كل منها على مجموعة من التعليمات التي تخبر الخلية بالوظائف التي يجب أن تؤديها، ويمكن أن تؤدي الأخطاء في هذه التعليمات إلى توقف الخلية عن أداء وظيفتها الطبيعية، وقد تسمح للخلية بأن تصبح سرطانية. ماذا تفعل الطفرات الجينية؟ السماح بالنمو السريع. قد تؤدي الطفرة الجينية إلى نمو إحدى الخلايا وانقسامها على نحو أسرع. فشل في وقف النمو غير الطبيعي للخلايا. تعرف الخلايا الطبيعية الوقت الذي تتوقف فيه عن النمو بحيث يكون لديك العدد الصحيح من كل نوع من أنواع الخلايا. بينما تفقد الخلايا السرطانية أدوات السيطرة (الجينات الكابتة للورم) التي تحدد لها وقت التوقف عن النمو. وتسمح الطفرة داخل الجين الكابت للورم باستمرار نمو الخلايا السرطانية وتراكمها. ارتكاب أخطاء عند إصلاح أخطاء الحمض النووي. تبحث جينات إصلاح الحمض النووي عن الأخطاء الموجودة بالحمض النووي للخلية وتعمل على إصلاحها. وقد تعني الطفرة التي تحدث في جين إصلاح الحمض النووي عدم تصحيح الأخطاء الأخرى، مما يؤدي إلى تسرطن الخلايا. وهذه الطفرات هي أكثر الطفرات شيوعاً وتسبباً في السرطان. لكن العديد من الطفرات الجينية الأخرى يمكن أن تسهم في الإصابة بالسرطان. ما أسباب الطفرات الجينية؟ منها على سبيل المثال: قد تولد بطفرة جينية ورثتها عن والدك. الطفرات الجينية التي تحدث بعد الولادة. تحدث معظم الطفرات الجينية بعد الولادة ولا تكون وراثية. مثل التدخين والتعرض للإشعاع والفيروسات والمواد الكيميائية المسببة للسرطان (المواد المسرطنة) والسمنة والهرمونات والالتهابات المزمنة وعدم ممارسة الرياضة. وتحدث الطفرات الجينية على نحو متكرر أثناء نمو الخلايا الطبيعي. قد تفشل هذه الآلية في التعرف على الأخطاء من حين لآخر. وقد يتسبب ذلك في أن تصبح الخلية سرطانية. كيف تتفاعل الطفرات الجينية مع بعضها؟ على سبيل المثال، فهذا لا يعني أنه من المؤكد إصابتك بالسرطان. لكن قد تحتاج إلى طفرة جينية أخرى أو أكثر لتصاب بالسرطان. وقد تجعلك الطفرة الجينية الموروثة أكثر عرضة للإصابة بالسرطان من غيرك عند التعرض لمادة معينة مسببة للسرطان. ليس من الواضح عدد الطفرات التي يجب أن تتكون حتى تُصاب بالسرطان. عوامل الخطر على الرغم من أن الأطباء لديهم فكرة عما قد يزيد من خطر الإصابة بالسرطان، إلا أن غالبية أنواع السرطان تصيب الأشخاص الذين ليس لديهم أي عوامل خطر معروفة. العمر ولهذا السبب فإن معظم المصابين بالسرطان يبلغون من العمر 65 عاماً أو أكبر. ورغم أن السرطان أكثر شيوعاً بين كبار السن، ويمكن تشخيص الإصابة بالسرطان في أي عمر. العادات الحياتية مع العلم بأن بعض العادات أسهل في التغيير من غيرها. تاريخ عائلتك الصحي هناك أنواع قليلة من السرطان تكون ناتجة عن حالة وراثية. فإذا كان السرطان شائعاً في عائلتك، فمن المحتمل أن تكون الطفرات قد انتقلت من جيل إلى جيل. ظروفك الصحية قد تزيد بعض الحالات المرضية المزمنة، تحدث إلى الطبيب بشأن مدى الخطورة التي قد تتعرض لها. قد تحتوي البيئة المحيطة بك على مواد كيميائية ضارة يمكنها زيادة خطر الإصابة بالسرطان. ترتبط أيضاً بزيادة خطر الإصابة بالسرطان. قد يسبب السرطان وعلاجه مضاعفات عديدة بما في ذلك ما يلي: وقد تعالج الأدوية والأساليب الأخرى بفعالية الألم المصاحب للسرطان. الإرهاق. تتعدد أسباب شعور الأشخاص المصابين بالسرطان بالإرهاق، لكن عادةً ما يكون مؤقتاً. صعوبة التنفس. وقد تخفف العلاجات هذه المشكلة. قد تسبب بعض أنواع السرطان وعلاجاته الغثيان. وقد تساعد الأدوية والعلاجات الأخرى على منع الغثيان أو الحد منه. قد يؤثر السرطان وعلاجه في أمعائك وقد يسبب الإسهال أو الإمساك. قد يسبب السرطان وعلاجه فقدان الوزن، ومن الصعب علاجه. قد يتسبب السرطان في اختلال التوازن الكيميائي الطبيعي في جسمك وزيادة احتمال إصابتك بمضاعفات خطيرة. مشكلات الدماغ والجهاز العصبي. ويمكن أن يسبب السرطان الذي يؤثر في الدماغ الصداع ومؤشرات وأعراضاً تشبه السكتة الدماغية، التفاعلات غير الطبيعية للجهاز المناعي مع السرطان. في بعض الحالات، مع تفاقم السرطان، ويعتمد مكان انتشار السرطان على نوع السرطان. عودة السرطان. ومن المرجح أن بعض السرطانات تعاود الظهور أكثر من سرطانات أخرى. اسأل طبيبك بشأن ما يمكنك فعله لتقليل مخاطر تكرار الإصابة بالسرطان. أما إذا لم تكن تدخن، يرتبط التدخين بعدة أنواع من السرطان، وسيقلل الإقلاع

عن التدخين الآن من خطر الإصابة بالسرطان في المستقبل. فابدأ ببطء حتى تصل إلى 30 دقيقة أو أكثر. حافظ على وزن صحي. إذا اخترت أن تتناول المشروبات الكحولية، يعني التناول المعتدل تناول حتى مشروب كحولي واحد في اليوم للنساء وحتى مشروبين في اليوم للرجال. تحدث إلى طبيبك حول أنواع فحوصات السرطان الأفضل لك بناءً على عوامل الخطر لديك. اسأل طبيبك عن التطعيمات. تزيد بعض الفيروسات من خطر الإصابة بالسرطان. قد تساعد التطعيمات على الوقاية من هذه الفيروسات، بما في ذلك التهاب الكبد B الذي يزيد من خطر الإصابة بسرطان الكبد،