تعریف

مولتیپل میلوما، یک نوع سرطان خون است و معمولا در مغز استخوان وجود دارد. در این بیماری، نوع خاصی از سلول‌های سفید خونی به نام پلاسما، دچار سرطان شده و شروع به تکثیر غیرطبیعی در مغز استخوان می کنند.

عوامل خطر مولتیپل میلوما

- سن بیشتر از 65 سال
- مرد بودن
- دارا بودن سابقه خانوادگی ابتلا به این بیماری

علائم مولتیپل میلوما

- درد استخوان در اثر ضایعات لیتیک
- ضعف و خستگی در اثر کم خونی
- کاهش وزن
- گیجی
- تشنگی زیاد
- یبوست در اثر افزایش کلسیم خون
- مشکلات کلیوی
- عفونت به دلیل درست عمل نکردن آنتی بادی



تشخیص

- رادیوگرافی ساده استخوانی خصوصا جمجمه
- سی تی اسکن
- آزمایش خون و ادرار (کم خونی، کاهش تعداد کل گلبول های سفید خون، کاهش تعداد پلاکت های خون و بالا رفتن کلسیم خون)



درمان

- شیمی درمانی
- رادیوتراپی
- پیوند مغز استخوان



مراقبت در منزل

- تغذیه:

رعایت رژیم غذایی مناسب با توجه به ضعف، خستگی، تهوع و استفراغ، کاهش وزن و زخم‌های دهانی از توجه بسیاری برخوردار است. تغذیه مناسب و مصرف مایعات فراوان برای شما اهمیت زیادی دارد. تغذیه مناسب به معنی مصرف کالری کافی برای حفظ وزن مناسب و مصرف پروتئین کافی برای قدرت و توان است.

- به دلیل تجمع کلسیم در بدن، جهت جلوگیری از تشکیل سنگهای کلیوی، مصرف مایعات روزانه‌خود را افزایش دهید (در صورت عدم مصرف مایعات)

- مراجعه منظم به پزشک در طول درمان و اطلاع تمامی علایم خود به پزشک در راستای درمان شما الزامی است.

- شما به دلیل ضعف سیستم ایمنی بدنتان، خیلی زود به عفونت‌ها مبتلا می‌شوید بنابراین ضمن رعایت بهداشت فردی خود، از افرادی هم که به بیماری‌های عفونی مبتلا هستند فاصله بگیرید و در حد امکان در فصولی که شیوع بیماری‌های عفونی نظیر آنفلوآنزا وجود دارد از قرار گرفتن در مکان‌های شلوغ اجتناب نمایید.

- مولتیپل میلوما اغلب باعث بروز دردهای استخوانی می‌شود که پزشک جهت کنترل درد به شما داروی مسکن و یا رادیوتراپی را تجویز می‌نماید.

- موتیپل میلوما و درمان آن منجر به کم خونی در شما می‌شود و ممکن است شما احساس خستگی زیاد نمایید که این مشکل با تزریق خون و دارو کنترل می‌شود.

- هم چنین بیماران می‌توانند تکنیک‌های آرام سازی را یاد بگیرند، همانند گوش دادن به موزیک آرام.

- داروهایی که برای میلوما به کار برده می شود معمولاً باعث ایجاد راش‌های پوستی، تاول‌ها، پیچش شکمی، تاری دید، مشکلات ریوی، سردرد، سرگیجه، خواب‌آلودگی، بی‌حسی، گزگز در دست‌ها و پاها، لخته‌های خونی می‌شوند، بنابراین در صورت بروز علایم مذکور به پزشک خود اطلاع دهید.

- عوارض جانبی داروهای ضد سرطان عمدتاً به داروهای خاص و دوز آنها بستگی دارد، داروها بر سلول‌های سرطانی و سایر سلول های با سرعت تقسیم بالا، اثر می‌کنند.

❖ **سلول‌های خونی:** وقتی داروها به سلول‌های خونی سالم شما اثر می گذارند، شما به احتمال زیاد مستعد ابتلا به عفونت، کبودی، خونریزی آسان، احساس خستگی و ضعف زیاد می‌شوید.

❖ **سلول‌های ریشه مو:** داروهای ضد سرطان باعث می‌شوند شما موهای خود را از دست بدهید. موها بعداً رشد خواهند کرد اما ممکن است رنگ و ساختار و بافت مو عوض شود.

❖ **سلول‌های پوششی مسیر دستگاه گوارش:** داروهای ضد سرطان می‌توانند باعث کاهش اشتها، تهوع و استفراغ، اسهال، یا زخم‌هایی در دها ن و لب بشوند.

در صورت داشتن سوال در منزل ، صبح ها ساعت 8 الی 10 با شماره تلفن 27-33790620-028 داخلی 5097 واحد آموزش سلامت تماس بگیرید.

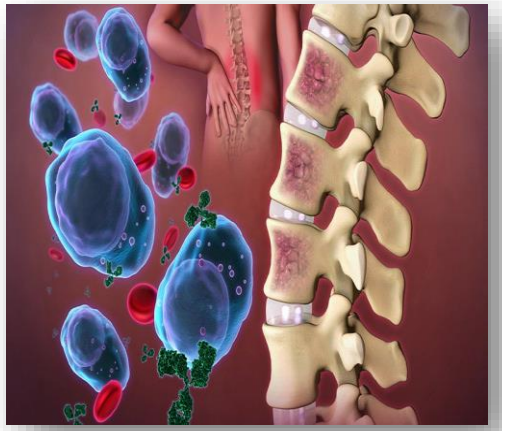
(همه روزه به غیر از ایام تعطیل)



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین

مرکز آموزشی درمانی ولایت

مولتیپل میلوما



تحت نظارت: دکتر یزدان ظفری

(فوق تخصص خون و سرطان)

دفتر پرستاری

واحد آموزش سلامت

بازنگری بهار 1405