

## إدارة الألم

يعد الألم المرتبط بسرطان البنكرياس أمرًا شائعًا. يمكن أن ينتج الألم عن المرض نفسه، أو عن العلاجات المستخدمة لإدارة المرض. مما يجعل إدارة الألم جانبًا أساسيًا من جوانب الرعاية. بدون إدارة الألم، يمكن أن تتدهور جودة حياتك.

### إدارة الألم المتقدمة

- قد يتطلب الألم الذي يصبح شديدًا أو مستمرًا استراتيجيات متقدمة لإدارته. تستهدف هذه الأساليب مصدر الألم مباشرة، وتشمل:
- العلاج الكيماوي: من خلال استهداف الورم وتقليل حجمه، يمكن للعلاج الكيماوي التخفيف من الضغط والشعور بعدم الراحة في المنطقة المصابة.
  - العلاج الإشعاعي: يستخدم العلاج الإشعاعي موجات عالية الطاقة لتقليص الأورام. قد يقلل هذا العلاج من الألم الناجم عن ضغط نمو الورم على الأعصاب أو الأعضاء الأخرى.
  - إحصار الأعصاب: يتضمن إحصار الأعصاب حقن مخدر أو أنواع الستيرويد أو إيثانول مباشرة في الأعصاب أو حولها. والهدف من ذلك هو منع إشارات الألم من الوصول إلى الدماغ. هناك عدة أنواع من الإحصار العصبي المستخدمة في إدارة آلام سرطان البنكرياس:
  - الموجات فوق الصوتية بالمنظار (EUS) مع الاستئصال بالإيثانول: يتضمن هذا الإجراء استخدام منظار داخلي مزود بالموجات فوق الصوتية لتوجيه حقن الإيثانول بالقرب من الأعصاب المتضررة من الورم. يعطل ذلك إشارات الألم لتوفير الشعور بالراحة.
  - إحصار الضفيرة الهضمية: تستهدف هذه التقنية مجموعة الأعصاب التي تنقل إشارات الألم من البطن لتقليل آلام البطن المرتبطة بسرطان البنكرياس.
  - استئصال الطحال: في بعض الحالات، يمكن أن تكون جراحة إزالة الطحال (استئصال الطحال) جزءًا من إدارة الألم المتقدمة. يمكن اللجوء لذلك الخيار إذا كان السرطان يؤثر على الطحال، أو كجزء من استراتيجية جراحية أكبر لإدارة المرض وتخفيف الألم.

### مسكنات الألم

- يمكن أن تساعد الأدوية المختلفة في علاج الألم وجعله قابلاً للسيطرة عليه. تشمل مسكنات الألم الموصوفة عادة ما يلي:
- المسكنات غير الأفيونية - هذه الأدوية متاحة بدون وصفة طبية (يمكن شراؤها مباشرة من على الرف) مثل الباراسيتامول (مثل بانادول) والأدوية غير الستيرويدية المضادة للالتهابات (مضادات الالتهاب غير الستيرويدية) مثل إيبوبروفين (مثل نوروفين).
  - المسكنات التي تحتوي على المواد الأفيونية - وهي أدوية أقوى تحتاج إلى وصفة طبية، على سبيل المثال المورفين والأوكسيكودون.

### العلاجات التكميلية

يمكن للطرق الأخرى غير الدوائية لإدارة الألم أن تفيد المرضى، خاصة عند دمجها مع أدوية الألم أو العلاجات الأخرى. يمكن أن تشمل هذه:

- الوخز بالإبر
- التدليك
- التنويم المغناطيسي
- العلاج الطبيعي والعلاج الوظيفي
- الاستجمام
- التأمل.

استشر طبيبك دائمًا قبل تناول أي أدوية أو مكملات لم يصفها. يجب عليك أيضًا التشاور معهم قبل البدء في برنامج رياضي أو تدليك أو علاج طبيعي جديد.

يرجى التواصل معنا للحصول على مزيد من المعلومات على 03 9426 8880 أو البريد الإلكتروني

[EHJreissatiFamilyPan@epworth.org.au](mailto:EHJreissatiFamilyPan@epworth.org.au)