

# الحصول على أفضل النصائح والرعاية

## دليل للذين يعانون من سرطان الرئة

إذا تم تشخيص إصابتك بسرطان الرئة، فمن الطبيعي أن يكون لديك العديد من الأسئلة حول كيف ستكون رعايتك وما الذي تتوقعه بينما يتم التخطيط لرعايتك وتقديمها. سيكون لديك مواعيد عديدة، وستخضع لاختبارات، وتحقيقات وعلاجات مختلفة، قد تكون في مواقع أو خدمات صحية مختلفة.

قامت مؤسسة السرطان في أستراليا Cancer Australia بتطوير إطار عمل لسرطان الرئة لتسليط الضوء على المبادئ الرئيسية المهمة لضمان تقديم أفضل ممارسات الرعاية للأشخاص المصابين بسرطان الرئة. يوضح هذا الدليل ما يمكن أن تتوقعه عندما يتم تقديم الرعاية وفقاً للمبادئ ويحتوي على المشورة بشأن الإجراءات التي يمكنك اتخاذها لمساعدتك على الحصول على أفضل ممارسات رعاية مرضى سرطان الرئة.



### رعاية محورها المريض



### الوصول في الوقت المناسب إلى مسارات الرعاية القائمة على الأدلة



### رعاية متعددة التخصصات



### التنسيق، والاتصال واستمرارية الرعاية



### التحسينات المعتمدة على البيانات في رعاية سرطان الرئة

كل مبدأ من هذه المبادئ مهم في المراحل المختلفة لمسار سرطان الرئة. قد تتغير أهمية كل مبدأ بالنسبة لرعايتك مع مرور الوقت بحسب احتياجات وظروف رعايتك الفردية.

#### المزيد من المعلومات

يتم سرد الموارد والروابط إلى مواقع الإنترنت التي قد تكون مفيدة لك خلال هذا الملخص. هناك أيضًا قائمة تعريفات والمزيد من المعلومات في الصفحة الخلفية.

#### بدء المحادثة

التحدث إلى خبراء الصحة الذين يديرون علاجك ورعايتك هو أفضل طريقة للتأكد من حصولك على الرعاية المناسبة لك. مريعات بدء المحادثة تقدم نصائحًا عن سبل طرح الأسئلة ومناقشة ما يقلقك.





### ماذا يعني هذا المبدأ بالنسبة لك

- أخذ رعايتك وعلاجك بعين الاعتبار احتياجاتك الفردية، وظروفك، وأفضلياتك ومعتقداتك.
- تحصل على المعلومات ذات الصلة، القائمة على الأدلة لمساعدتك على اتخاذ قرارات بشأن رعايتك.
- تشعر أنت وأحبائك بالدعم، والدراية والاحترام على مدى رعايتك لسرطان الرئة

### بدء المحادثة

"أنا قلق قليلاً..."  
"هل سأظل قادرًا على...?"  
"هل يمكنك أن توصي بموقع ويب /  
مجموعة دعم / معلومات قد تكون  
مفيدة لي؟"  
"لدي قائمة أسئلة - هل يمكنني التحدث  
عنها معك؟"

### موارد مفيدة

معلومات حول سرطان الرئة  
مؤسسة السرطان في أستراليا  
فهم سرطان الرئة  
مجلس السرطان أستراليا  
حياة أفضل مع سرطان الرئة  
مؤسسة الرئة أستراليا  
قوائم بالأسئلة الفورية للأشخاص  
المصابين بالسرطان معهد السرطان نيو ساوث ويلز

### ما يمكنك عمله

- اسأل أطباءك عن معلومات قد تكون مفيدة بالنسبة لك ولأحبائك، مثلًا، عن موارد المريض المتعلقة بسرطان الرئة أو قائمة عن العلاجات المقترحة.
- اصطحب أحد أفراد العائلة أو صديق إلى المعاينات حتى يتمكن من تقديم الدعم لك، والاستماع، وتدوين الملاحظات، ومساعدتك على تذكر ما يقوله الأطباء.
- أخبر أطباءك عن شعورك وما هو مهم بالنسبة لك في علاجك ورعايتك.

## الوصول في الوقت المناسب إلى مسارات الرعاية القائمة على الأدلة توجد مسارات لدعم التشخيص، والتنظيم، والعلاج والرعاية في الوقت المناسب

### ماذا يعني هذا المبدأ بالنسبة لك

- يحقق طبيبك العام بأعراضك ويحيلك إلى فريق متعدد التخصصات متخصص بسرطان الرئة للتشخيص والعلاج.
- يمكنك الوصول إلى جميع الاختبارات الحرجة، والعلاج والرعاية لسرطان الرئة تمسبًا مع إرشادات أفضل الممارسات. وهذا يشمل الدعم والعلاج لتحسين نوعية حياتك.
- تكون عملية الإحالة والوصول إلى العلاج سلسلة وفي الوقت المناسب طوال مدة علاجك.
- يتحدث أطباءك معك حول الأبحاث، بما فيها التجارب السريرية، التي قد تكون قادرًا على المشاركة فيها.

### بدء المحادثة

"متى يكون مواعيدي التالي وأين سيكون ذلك؟"  
"بمن يمكنني الاتصال إذا كانت لدي أسئلة؟"  
"أي بحث يمكنني المشاركة فيه؟"

### ما يمكنك عمله

- اسأل طبيبك عما يمكن توقعه، بما في ذلك الخطوات التالية، وأين ومتى سيجري لك الاختبارات والعلاجات.
- إذا كان من الصعب عليك الذهاب إلى المواعيد، اسأل طبيبك عن المساعدة في التنقل أو عن طرق أخرى لحضور المواعيد (مثلًا حضور المواعيد عبر الهاتف أو الفيديو).
- تحدث مع طبيبك حول ما إذا كانت هناك أي تجارب سريرية مناسبة لك يمكنك الانضمام إليها.

### موارد مفيدة

مسار الرعاية الأمثل للأشخاص  
المصابين بسرطان الرئة ولاية فيكتوريا، وزارة الصحة  
والخدمات البشرية  
الموقع الأسترالي لتجارب السرطان  
مؤسسة السرطان في أستراليا  
مشارك مع الرعاية لسرطان  
الرئة مؤسسة الرئة أستراليا



## رعاية متعددة التخصصات

يعمل فريق من خبراء سرطان الرئة معًا لتخطيط وتنفيذ علاجك ورعايتك

### ماذا يعني هذا المبدأ بالنسبة لك

- ◀ يدير علاجك ورعايتك فريق صحي من الخبراء بسرطان الرئة - يسمى فريق متعدد التخصصات (MDT). قد لا يكون جميع أعضاء الفريق في الخدمة الصحية أو الموقع الصحي نفسه.
- ◀ يجتمع الفريق متعدد التخصصات لمناقشة خطة العلاج المقترحة لك.
- ◀ يقوم عضو في فريقك متعدد التخصصات، يكون عادة أحد أطباءك، بالتحدث إليك عن خياراتك وتوصيات العلاج، ويساعدك على اتخاذ قرار بشأن خطة علاجك الفردية.
- ◀ يتم تدوين خطة علاجك الفردية وتوصيلها لك ولجميع أعضاء فريقك متعدد التخصصات، بمن فيهم طبيبك.

### بدء المحادثة

"من هم الأشخاص في فريقك متعدد التخصصات؟"  
"من في فريقك يمكنه تقديم الدعم لشعوري؟"  
"لم أفهم ما قلته عن... هل يمكن أن تشرح ذلك مرة أخرى؟"  
"أي طبيب سيتحدث معي عن خيارات علاجي؟"

### ما يمكنك عمله

- ◀ تحدث إلى أطباءك بشأن خياراتك المتاحة أمامك حتى تأخذ خطة علاجك في الاعتبار ما هو مهم بالنسبة لك.
- ◀ إذا لم تفهم خطة علاجك، فاطلب من أحد أعضاء الفريق أن يشرحها لك.
- ◀ أخبر خبراء الصحة الذين يديرون رعايتك بما تشعر به، وأعلمهم بأي مخاوف أو أفضليات قد تؤثر على العلاج الذي تتلقاه.

### موارد مفيدة

فريق العلاج  
مؤسسة السرطان في أستراليا  
دليل الأفرقة متعددة التخصصات (MDT) لسرطان الرئة  
مؤسسة الرئة أستراليا

## التنسيق، والاتصال واستمرارية الرعاية

يعمل جميع خبراء الصحة معًا لتنسيق رعايتك

### ماذا يعني هذا المبدأ بالنسبة لك

- ◀ لديك خطة رعاية لسرطان الرئة تلخص علاجك والعناية بك.
- ◀ تعرف بمن تتصل إذا كنت بحاجة إلى نصيحة أو مساعدة.
- ◀ أنت وأجباؤك تشعرون أنكم على دراية بما يحدث وما يمكن توقعه.
- ◀ يعمل أعضاء فريق سرطان الرئة معًا لتنسيق مواعيدك ورعايتك، حتى لو كان أعضاء الفريق ينتمون إلى خدمات ومواقع مختلفة.

### بدء المحادثة

"بمن يجب أن أتصل للحصول على المشورة حول... أو المساعدة في...؟"  
"هل يمكن جدولة بعض مواعيدي في نفس اليوم؟"  
"هل يمكن إجراء أي من مواعيدي عبر الهاتف؟"  
"سيساعدني حقًا إذا تمكنت من معرفة ذلك..."

### ما يمكنك عمله

- ◀ أسأل بمن تتصل إذا كان لديك أسئلة أو كنت بحاجة إلى نصيحة في الفترة بين مواعيدك.
- ▶ اصطحب شخصًا معك إلى مواعيدك يمكنه الاستماع، وتدوين الملاحظات ومساعدتك على تذكر ما يقوله أعضاء فريقك.
- ◀ اطرح أي سؤال - حتى لو كان صغيرًا أو إذا كنت قد طرحته من قبل ولكنك تحتاج إلى المزيد من المعلومات.

### موارد مفيدة

أسئلة قد ترغب في طرحها عن الوقت بعد العلاج  
مركز استمرار الحياة بعد السرطان في أستراليا  
طرح الأسئلة قد يساعد: مساعدة للأشخاص الذين يراجعون فريق الرعاية الملطّفة  
الرعاية الملطّفة أستراليا



# التحسينات المعتمدة على البيانات في رعاية سرطان الرئة تُستخدم البيانات والمعلومات ذات الصلة لتحسين تقديم الرعاية لك

## ماذا يعني هذا المبدأ بالنسبة لك

- ◀ قد يتحدث أعضاء فريق سرطان الرئة معك عن أنواع المعلومات التي يجمعونها ويدرسونها والتي تساعدكم على تحسين الرعاية التي يقدمونها لك.
- ◀ قد يطلب منك فريق سرطان الرئة الخاص بك ملاحظاتك حول رعايتك.
- ◀ تستخدم المعلومات التي تقدمها (بما فيها ملاحظاتك) لتحسين رعاية مرضى السرطان ونوعية حياتك و حياة أشخاص آخرين مصابين بسرطان الرئة.

## بدء المحادثة

"أحد الأشياء الذي أجده صعبًا في كل زيارة إلى المستشفى هو...."  
"أتمنى لو أخبرني أحد عن..."  
"ما هي المعلومات التي لديك من مرضى آخرين مثلي قد تساعدني في اتخاذ قرارات بشأن رعايتي؟"

## ما يمكنك عمله

- ◀ اسأل أعضاء فريقك عن المعلومات التي يجمعونها، وكيف يجمعونها، وماذا تعني بالنسبة لك. قد يتم جمع بعض المعلومات كجزء من الدراسة البحثية التي توافق على المشاركة فيها.
- ◀ اعط ملاحظاتك حول رعايتك وتجربتك مع الخدمات. هذا مفيد لأعضاء الفريق ليكونوا على دراية أثناء علاجك ورعايتك وبعدهما.

## موارد مفيدة

تعلم المستهلك: إشراك المستهلك في مجموعات تعاونية تجريبية عن السرطان  
مؤسسة السرطان في أستراليا  
مشاركة المستهلك في برنامج بحث: دليل للمثلي المستهلكين  
أصوات مرضى السرطان أستراليا

## العثور على المساعدة والدعم

مؤسسة السرطان في أستراليا - مؤسسة السرطان في أستراليا هي الهيئة الوطنية لمراقبة شؤون السرطان، تمولها الحكومة الأسترالية. يقدم موقع مؤسسة السرطان في أستراليا معلومات مستندة إلى أدلة حول سرطان الرئة وروابط إلى المنظمات التي تقدم المساعدة والدعم لمرضى السرطان وأسرههم. للمزيد من المعلومات زوروا [canceraustralia.gov.au](http://canceraustralia.gov.au)  
مجلس السرطان أستراليا - يمكن لمجلس السرطان في ولايتك أو إقليمك أن يوفر لك الدعم والمعلومات حول مجموعة من الموضوعات المتعلقة بالسرطان - اتصل على الرقم 13 11 20 من 9 صباحًا إلى 5 مساءً، من الإثنين إلى الجمعة.  
أصوات مرضى السرطان أستراليا - أصوات مرضى السرطان هي منظمة وطنية لاستقطاب الدعم تمثل الأستراليين المصابين بالسرطان. تهدف أن تبقى أصوات الناس ومقدمي الرعاية لهم وأسرههم المتضررة من السرطان مسموعة على المستوى الوطني.  
مؤسسة الرئة أستراليا - مؤسسة الرئة أستراليا هي مؤسسة خيرية وطنية مكرّسة لدعم أي شخص مصاب بمرض الرئة. لديها "شبكة سرطان الرئة" لمرضى سرطان الرئة، وأسرههم ومقدمي الرعاية لهم، وممرضة متخصصة بسرطان الرئة لدعمهم وتمكن من تقديم الدعم والمعلومات السرية - اتصل على الرقم 1800 654 301 من الثلاثاء إلى الخميس.  
السكان الأصليون وسكان جزر مضيق توريس - طوّرت مؤسسة السرطان في أستراليا دربي مع سرطان الرئة: دليل للسكان الأصليين وسكان جزر مضيق توريس وأسرههم، مسار الرعاية الأمثل للسكان الأصليين وسكان جزر مضيق توريس المصابين بالسرطان و السرطان - ما يمكن توقعه: معلومات للسكان الأصليين وسكان جزر مضيق توريس المصابين بالسرطان.  
لغات أخرى - توفر مؤسسة السرطان في أستراليا معلومات حول السرطان بعشر لغات غير الإنجليزية.

## تعريفات

خطة الرعاية ملخص الاختبارات والعلاجات والرعاية الأخرى التي ستحصل عليها. تعتمد خطة رعايتك على وضعك الفردي وستأخذ بالاعتبار الظروف الصحية التي قد تكون لديك بالإضافة إلى سرطان الرئة  
تجربة سريرية أبحاث تُجرى بإذن من المريض لاختبار أنواع مختلفة من العلاج أو الاختبارات التشخيصية  
مسار سرطان الرئة ملخص يوضح الخطوات المقترحة في رعاية شخص مصاب بسرطان الرئة. يشمل ذلك الأطر الزمنية المقترحة للاختبارات والعلاجات  
فريق سرطان الرئة فريق متعدد التخصصات من خبراء الصحة المشاركين في تشخيص، وعلاج ورعاية المصابين بسرطان الرئة. قد يشمل الأطباء، والممرضين وخبراء الصحة المتحالين معًا بالإضافة إلى طبيبك  
خطة العلاج ملخص علاج (علاجات) سرطان الرئة المقترحة للمريض.

## تويهاات

تود مؤسسة السرطان في أستراليا (Cancer Australia) أن تشكر خبراء الصحة، وأعضاء الفريق الاستشاري والمستهلكين الذين ساهموا في وضع إطار عمل سرطان الرئة: مبادئ لأفضل الممارسات في رعاية سرطان الرئة في أستراليا والموارد. يشمل ذلك "المجموعة الاستشارية لسرطان الرئة"، و"المجموعة التوجيهية لمشروع عرض سرطان الرئة"، و"مجموعة التعاون على عرض المشاريع والقيادة السريرية في مشروع عرض سرطان الرئة".