14 إشارة تحذيرية لمرض السرطان يجب ألّا يتجاهلها طبيبك

كتبه كمبرلي هولاند | 21 مايو ,2019

ترجمة وتحرير نون بوست

نادرًا ما يكون ظهور الدم أمرا جيدًا إلا إذا كنت تعرف مصدره (جرح أو خدش، على سبيل المثال). وفي حال لاحظت وجود دم ولم تكن متأكدًا من السبب، سواء كان ذلك في المخاط أو أثناء السعال، فيتوجّب عليك حينها أن تحدد موعدًا مع طبيبك. وفي هذا الشأن، أوردت مارثا ك. تيريس، وهي دكتورة في الطب وأستاذة ويذرينجتون المتميزة ورئيسة في كلية جورجيا الطبية بجامعة أوغستا، أن "هذا الدم يمكن أن يتواجد في البول، أو في الأمعاء، أو حتى في شكل نزيف مهبلي بعد سنّ اليأس، أو أثناء السعال". ويجب على النساء، سواء مررن بفترة انقطاع الطمث أم لا، ألا يتجاهلن النزيف غير المبرر.

الالتهاب الرئوي المتكرر

تعدّ المشكلات المزمنة طريقة جسمك لجذب انتباهك، إذ أفاد مندل غولدفنغر، وهو دكتور في الطب وطبيب أورام في مستشفى بروكلين نيويورك بريسبيتريان ميثوديست بأن "النمط الذي لاحظه هو أن العديد من المرضى لديهم أعراض يمكن شرحها وتحسينها من خلال العلاج، لكنها استمرت في الظهور دون تفسير، وفي المقابل، لم يتساءل أي أحد عن سبب ذلك".

كما أضاف غولدفنغر: "على سبيل المثال، يحتاج الشخص البالغ من العمر 40 سنة والذي لم يصب بالتهاب رئوي مطلقًا، إلى استشارة الطبيب عندما يصاب بمثل هذا التهاب بشكل مفاجئ وخلال مرتين في السنة، وأن يسأل عن سبب حدوث ذلك، على الرغم من أن الالتهاب الرئوي يتحسّن عن طريق العلاج بالمضادات الحيوية".

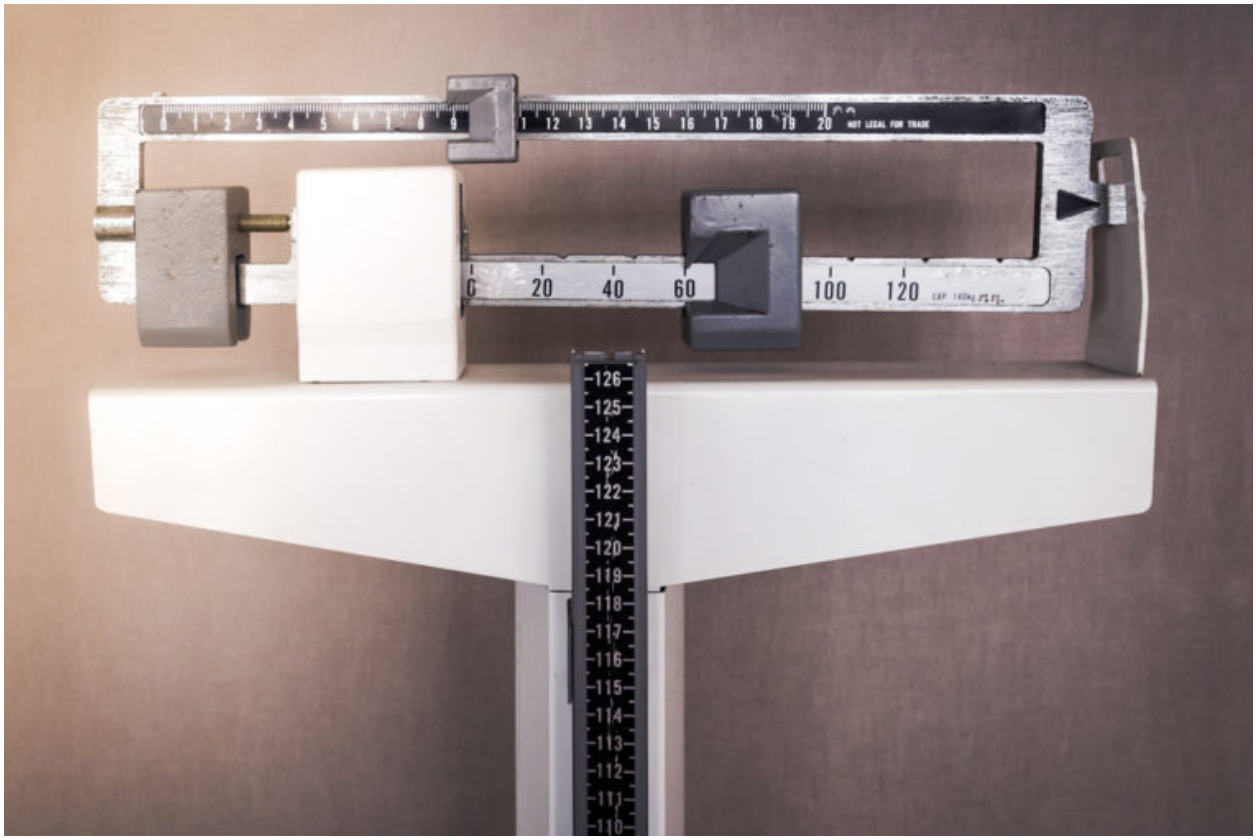
الكتل أو النتوءات

في حال ضربت ذقنك على طاولة قهوة، فمن المرجّح أن ترى كدمة وتكتّل، ولكن في حال ظهور كتل أو نتوء أو عقد غير عادية، على الرغم من عدم الوقوع بتاتًا، فعليك أن تكون حذرًا. وفي هذا الإطار، يقول الدكتور تيريس: "يمكن أن تتواجد الكتل فوق الجلد أو أن تكون تحت الجلد في منطقة الفخذ أو الإبط أو الرقبة أو الثدي أو البطن". وبالتالي، في حال بقيت هذه الكتل أو تكرّر ظهورها بانتظام، فعليك أن تحدد موعدًا لزيارة طبيبك.

الحمى

إن الإصابة بالحمى غير المبررة دون وجود أي عدوى أو فيروس أمر يدعو للقلق خاصة إذا تكرّر الأمر. وصرّحت إيوانا بونتا، وهي دكتورة في طب الأورام في مراكز علاج السرطان بالولايات المتحدة في أتلانتا: "إذا كنت تعاني من الحمى لمدة 24 ساعة أو 48 ساعة ومن ثمّ تحسّنت حالتك بعد تناول بعض التايلينول، فهي ليست حمى مرتبطة بمرض السرطان. ولكن الإصابة بحمى منخفضة الدرجة لمدة أسبوع أو أسبوعين، كما أنها لا تتلاشى على الرغم من تناول التيلينول أو الإيبوبروفين، فهذا أمر مثير للقلق".

فقدان الوزن دون مبرر



في الحقيقة قد ينظر معظمنا إلى هذا التغيير على أنه هديّة، لكن هذا التصرّف غير حكيم، إذ تحذر الدكتورة بونتا من أن فقدان الوزن غير المبرر ليس جيدًا على الإطلاق. وذكرت أيضًا أن "السرطان يفرز الهرمونات التي تسبب الهزال الجسدي، وبشكل عام، إن المصابين بالسرطان يفقدون بعض الوزن. فإن لاحظت فقدانك للوزن، دون تغيير نظامك الغذائي أو ممارسة الرياضة، فهذه مشكلة حقيقية".

التعرّق الليلي

مثلما هو الحال مع الحمى، فإن التعرّق الليلي هو علامة على أن جسمك يحارب السرطان أو الفيروس أو الخلايا الدخيلة الأخرى. وأفاد جويل ورش، وهو دكتور في الطب في ستوديو سيتي، في كاليفورنيا بأن "جسمك يحدّد الخلايا الدخيلة وينظم الاستجابة المناعية المناسبة، مثل الحمى والتعرق الليلي".

وأضافت الدكتورة بونتا أن هذا أمر شائع بشكل خاص لدى الأشخاص المصابين بسرطان الغدد الليمفاوية أو سرطان الدم، وأن "معظم المرضى المصابين بسرطان الدم، يستيقظون خلال منتصف الليل مبلّلين بالعرق، إلى درجة أنهم يضطرون إلى تغيير أغطية السرير والبيجامات". وأوضحت بونتا أن هذا التعرق الليلي يختلف عن هبّات الحرارة المرتبطة بالهرمونات، "فإن تمكنت من تحديد سبب التعرّق وعلاجه، فهو ليس مرض السرطان، لكن التعرق الليلي الشديد قد يكون دليلًا على الإصابة بأحد أنواع السرطان.

حرقة المعدة المستمرّة

في حال كنت تعاني من حرقة متواصلة في المعدة فإنك بحاجة إلى التحدث مع طبيبك حول استعمال دواء أقوى من المعتاد واحتمال وجود سبب سرطاني. وقالت الدكتورة بونتا إن "سرطان المعدة ليس أكثر أنواع السرطان شيوعًا، لكنه يتزايد بشكل كبير، كما أن الأشخاص الذين يعانون من مرض الارتجاع المعدي المريئي قد لا يدركون ذلك، ولكن بطانة المريء تتغير شيئا فشيئا".

علاوة على ذلك، يتسبب الارتجاع لفترة طويلة في استبدال الخلايا الطبيعية السليمة التي تبطن المريء بخلايا غير طبيعية يمكن أن تصبح سرطانية. وقالت الدكتورة بونتا إن هذه الحالة، التي تسمى مريء باريت، يمكن أن تكون بداية الإصابة بمرض السرطان، وقد تكون حرقة المعدة المستمرة واحدة من أولى علامات الإصابة بالسرطان، خاصة إذا أضيفت إلى هذه الحرقة، صعوبة أو ألم عند الابتلاع.

تقرحات الفم أو اللسان التي لا تلتئم

عادة ما تكون تقرحات الفم الشائعة مثل التقرحات الجلديّة أو تقرّحات البرد مزعجة لكنها نادرًا ما تمثّل مصدر قلق بالغ. وتَنجم تقرّحات البرد عادة عن فيروس الهربس البسيط من النوع 1، وهو فيروس شديد العدوى ينتقل عند تقبيل أو مشاركة فنجان أو شوكة مع شخص مصاب به، كما يمكن أن تظهر بسبب المرض أو التوتر أو التعرض لأشعة الشمس. علاوة على ذلك، إن التقرّحات الجلدّيّة شائعة بنفس القدر، على الرغم من أن أسباب ظهورها لم تتضح بعد، لكنها تعود على الأغلب لمزيج من العوامل، بما في ذلك إصابة بسيطة في الجلد، وخلل في النظام الغذائي، إلى جانب بعض البكتيريا.

في ظلّ الإصابة بأي نوع من قرحة الفم، من المهم الانتباه إلى مدة تواجدها. ومن جهتها، قالت الدكتورة بونتا: "إذا كنت تعاني من قرحة دائمة، لمدة شهر على سبيل المثال، لكنّها تأبى الاختفاء وتزداد سوءًا في المقابل، فهذا أمر يحتاج إلى مراجعة الطبيب". قد يكون القرح علامة على الإصابة بسرطان الجلد أو نادرًا ما يكون سرطان الرأس أو العنق.

الآفات الجلدية التي تتغير

نادرًا ما تنمو الشامات والنمش أو يتغير لونها أو حجمها، لكن إن لاحظت هذه التغيّرات على أي بقعة على جلدك فلعلّ ذلك دليل عن الإصابة بالسرطان، ما يعني أنك بحاجة إلى تحديد موعد مع طبيب الأمراض الجلدية. وأوضحت الدكتورة بونتا أن "أي آفة متغيرة تستجوب مراجعة طبيب الأمراض الجلدية، خاصة بالنسبة للأشخاص ذوي البشرة الفاتحة، لأنهم أكثر عرضة للإصابة بسرطان الجلد، ولا يجب الانتظار حتى تختفي الآفة لوحدها".

وأضافت بونتا أنه ليس فقط الأشخاص ذوي البشرة الفاتحة هم الذين يجب أن يكونوا على دراية بسرطان الجلد، "فأسوأ حالات سرطان الجلد التي رأيتها كانت عند رجل، يبلغ من العمر 20 سنة، من إثيوبيا، مصاب بحالة خطيرة من الورم الميلاني أسفل قدمه". يجب الانتباه، لأن بعض الأورام قد لا يتغيّر شكلها ولا حجمها. ومن هذا المنطلق، ذكرت الدكتورة بونتا أن الآفات الجلديّة المتواجدة لسنوات تستوجب التحقق منها لدى طبيب الأمراض الجلدية، لأن "وجود بقع قديمة لا يعني أنها غير ضارّة، ولكن يتعين عليك التحقق منها كلّ سنة".

الانتفاخ

عادة ما نشعر بالانتفاخ من وقت لآخر، خاصة بعد تناول الأطعمة الغنية بالألياف التي قد نعاني من حساسيّة ضدّها، مثل كرنب بروكسل والفاصوليا. وفي حال استمرار الانتفاخ وعدم اختفائه مع مرور الوقت، على الرغم من تغييرك لنظامك الغذائي والعلاجات المنزليّة التي جرّبتها، فقد حان الوقت لمراجعة الطبيب.

أشارت الدكتور بونتا إلى أن "أكثر الأعراض شيوعًا لدى مرضى سرطان المبيض هي زيادة انتفاخ البطن بسرعة كبيرة. وقد لا يكون هذا الأمر خطيرا نظرًا لأن الانتفاخ هو أحد الأعراض الشائعة بعد انقطاع الطمث، ولكنه أيضًا أحد أكثر الأعراض الشائعة لسرطان المبيض. ويسمى سرطان المبيض بالقاتل الصامت لأنه بمجرد إجراء التشخّيص، يكون قد فات الأوان، وبالتالي يجب الانتباه إلى الأعراض مسبقًا، لعدم توفّر التشخيص المبكّر لهذا المرض".

حركات الأمعاء غير النظامية

تتغير حركات الأمعاء المعتادة وفقا لما تأكله، لكن في حال لم تكن متوقعة ومزعجة، فقد تشير هذه العلامات إلى إصابة محتملة بالسرطان. وفي هذا السياق، أفادت الدكتورة بونتا: "عادة ما أقلق عند الإصابة بالإمساك والإسهال، لكنني أقلق للغاية في حال الإصابة بكليهما معًا. وفي الواقع، يمكن لسرطان القولون أو الأورام الخبيثة الأخرى أن توقف حركة الأمعاء وتمنع البراز من التحرّك، مما يؤدي إلى الإمساك. وفي مرحلة ما، سوف يؤدي هذا الإمساك إلى الإصابة بالإسهال. ولكنّ أي تغيير مستمر، أو أي تناوب بين الإصابة بالإمساك والإسهال، يمثّل مشكلة حقيقيّة".

السعال

إن السعال هو طريقة جسمك للتخلّص من الأشياء التي تتسبّب في تهيّج الرئتين، وعادة ما يكون نتيجة حساسية أو الإصابة بالإنفلونزا. أما إذا كنت تعاني من سعال مستمر دون أي أعراض أخرى، فأنت في حاجة إلى إجراء فحص. وأردفت الدكتورة بونتا: "إذا كنت مدخنًا وتعاني من السعال، فعليك استشارة طبيبك على الفور. فإن خطورة وضعك تعتمد على السنوات التي قضيتها في التدخين وعدد العبوات المستهلكة".

يُعاين الوضع وفقًا لعدد العبوات التي يدخنها الشخص يوميًا مضروبة في عدد السنوات التي يدخنها، "وكلما زاد هذا العدد الإجمالي، زاد خطر الإصابة بسرطان الرئة". ويمكن أن يشير السعال أيضًا إلى وجود خطر إذا كنت عرضة لاستنشاق الدخان أو المواد الكيميائية أو المواد المسببة للسرطان، سواء في منزلك أو في بيئة العمل.

آفات جلديّة على الأعضاء التناسلية

عادة ما تكون هذه الآفات العلامة الأكثر شيوعًا عن الأمراض المنقولة جنسيًا، ولكن الآفات التي تظهر على الأعضاء التناسلية قد تكون أحد أعراض الإصابة بالسرطان. كما أوردت الدكتورة بونتا أنه "من الممكن أن يظهر فيروس الورم الحليمي البشري في صورة ثآليل". ومن شأن هذا الفيروس أن يسبّب أيضًا سرطان عنق الرحم، وهذا هو السبب في أن فحص لطاخة عنق الرحم المنتظم أمر بغاية الأهميّة بالنسبة للنساء، إذ يجب إجراء الفحص كل ثلاث سنوات بالنسبة للنساء الأصحاء دون سن 30، وكل خمس سنوات للنساء اللاتي تزيد أعمارهن عن سنّ 30.

التبول بكثرة

أفاد الطبيب المختصّ في أورام المسالك البولية في مصحّة جورجيا لجراحة المسالك البوليّة، فاهان كاسابيان، بأن "سرطان البروستاتا هو ثاني أكثر أنواع السرطان شيوعًا بين الرجال في الولايات المتحدة. (وسرطان الجلد هو رقم واحد). ويشخص معظم الرجال بإصابتهم بهذا المرض خلال مرحلة مبكرة، والتي عادةً ما لا تظهر خلالها أي أعراض بارزة".

مع ذلك، نوّه الدكتور كاسابيان بأن "الرجال المصابين بسرطان البروستاتا المتقدم على نطاق محلي قد يعانون من أعراض بولية، مثل التبول بكثرة أو التبوّل اللاإرادي. وبالنسبة للرجال الذين يعانون من سرطان البروستاتا الأصعب والأكثر انتشارًا، فإن علامات التحذير الشائعة تشمل التعب والأوجاع والآلام والضعف أو التنميل، وصعوبة في النوم وفي القيام بالأنشطة اليومية، مثل المشي على الدرج أو إخراج القمامة".

المصدر: ريديرز دايجست

رابط المقال : https://www.noonpost.com/27845/