

آگاهی از سرطان غدد لنفاوی (هوچیکن)

سرطان غدد لنفاوی (هوچیکن)

لنفوم هوچیکن، سرطانی است که در سلول‌های سیستم ایمنی آغاز می‌شود. سیستم ایمنی وظیفه مبارزه با عفونت‌ها و دیگر بیماری‌ها را دارد.

دستگاه لنفاوی بخشی از سیستم ایمنی است و شامل اجزای زیر است:

- عروق لنفاوی: دستگاه لنفاوی دارای شبکه‌ای از عروق لنفاوی است. عروق لنفاوی در تمام بافت‌های بدن گسترده‌اند.
 - لنف: عروق لنفاوی حامل مایع شفاف به نام لنف هستند. غدد لنفاوی محلی برای تجمع و فعال شدن گلبول‌های سفید است، به خصوص لنفوسیت‌هایی مانند سلول‌های B و سلول‌های T
 - غدد لنفاوی: عروق لنفاوی به توده‌های بافتی کوچک و گردی به نام غدد لنفاوی متصل هستند.
- گروه‌هایی از غدد لنفاوی را می‌توان در گردن، زیربغل‌ها، قفسه سینه، شکم و کشاله ران یافت. غدد لنفاوی، گلبول‌های سفید را ذخیره می‌کنند. آنها باکتری‌ها یا دیگر مواد مضر را که ممکن است وارد لنف شده باشند گرفتار کرده و از بین می‌برند.
- بخش‌های دیگر دستگاه لنفاوی: عبارتند از لوزه‌ها، غده تیموس و طحال. همچنین می‌توان بافت‌های لنفاوی را در بخش‌های دیگر بدن، از جمله معده، پوست و روده کوچک نیز یافت.

از آن‌جا که بافت‌های لنفاوی در بسیاری از قسمت‌های بدن وجود دارند، لنفوم هوچیکن می‌تواند تقریباً در هر قسمتی از بدن آغاز شود. معمولاً، این سرطان اول در غدد لنفاوی بالای دیافراگم - ماهیچه‌ای باریک که قفسه سینه را از شکم جدا می‌کند - دیده می‌شود. اما ممکن است لنفوم هوچیکن، در یک گروه از غدد لنفاوی دیده شود. گاهی این سرطان در دیگر بخش‌های دستگاه لنفاوی آغاز می‌شود.

عوامل خطرزا

- برخی از ویروس‌ها: ابتلا به ویروس اپشتن-بار (Epstein Bar Virus (EBV یا ویروس اختلال در سیستم ایمنی انسانی Human Immunodeficiency Virus (HIV می‌تواند خطر ابتلا به لنفوم هوچیکن را افزایش دهد. لنفوم مسری نیست.
- سیستم ایمنی ضعیف: اگر فردی سیستم ایمنی ضعیفی داشته باشد (مثلاً در صورت ابتلا به یک بیماری وراثتی یا استفاده داروهای خاص پس از پیوند عضو)، خطر ابتلا به لنفوم هوچیکن در وی بالا می‌رود.
- سن: لنفوم هوچیکن در میان نوجوانان و بزرگسالان ۱۵ تا ۳۵ ساله و بزرگسالانی که بالای ۵۰ سال سن دارند، شایع‌تر است.
- سابقه خانوادگی: احتمال ابتلای اعضای خانواده - به‌خصوص برادران و خواهران - فرد مبتلا به لنفوم هوچیکن یا دیگر انواع لنفوم، به این سرطان بیشتر از دیگران است.

داشتن یک یا چند عامل خطرزا به معنای ابتلای قطعی فرد به لنفوم هوچیکن نیست. بیشتر آنهایی که دارای عوامل خطرزا هستند، هرگز به سرطان مبتلا نمی‌شوند.

- کاهش بی‌دلیل وزن
- تب دائم
- تعریق شدید شبانه
- خارش پوست
- سرفه، مشکلات تنفسی یا درد قفسه سینه
- ضعف یا خستگی دائم

در بیشتر موارد، این علائم ناشی از سرطان نیستند، عفونت‌ها یا دیگر بیماری‌ها هم می‌توانند موجب بروز این علائم شوند. کسی که این علائم را بیش از دو هفته داشته باشد باید به پزشک مراجعه کند تا مشکلاتش تشخیص داده شده و درمان شود.

تشخیص

در صورتی که غدد لنفاوی شما متورم شده یا علائمی دارید که ممکن است ناشی از لنفوم هوچکین باشد، پزشک تلاش می‌کند تا دلیل این مشکل را بیابد و در این جهت درباره سابقه پزشکی شخصی و خانوادگی شما سوال‌هایی خواهد کرد.

ممکن است لازم باشد برخی از آزمایش‌های زیر روی شما انجام شود:

- معاینه فیزیکی: پزشک، وجود تورم در غدد لنفاوی را در گردن، زیر بغل و کشاله ران معاینه می‌کند. وی همچنین وجود تورم را در طحال یا کبد نیز مورد بررسی قرار می‌دهد.
- آزمایش‌های خون: آزمایشگاه، آزمایش شمارش کامل سلول‌های خون را جهت بررسی تعداد گلبول‌های سفید و سلول‌ها و مواد دیگر انجام می‌دهد.
- عکس‌برداری از قفسه سینه با اشعه ایکس: تصاویری که با استفاده از اشعه ایکس گرفته شده‌اند، ممکن است غدد لنفاوی متورم یا دیگر نشانه‌های بیماری را در قفسه سینه شما نشان دهند.
- PET اسکن: به بیمار مقدار کمی ماده قندی رادیواکتیو تزریق می‌کنند. سپس به وسیله دستگاهی از چگونگی مصرف آن قند توسط سلول‌های بدن عکس‌های کامپیوتری می‌گیرند. سلول‌های لنفوم این قند را سریع‌تر از سلول‌های طبیعی مصرف می‌کنند و تصویر نواحی آلوده به لنفوم، در عکس‌ها واضح‌تر از دیگر نواحی خواهد بود.
- ام آر آی: از یک دستگاه قوی مغناطیسی متصل به کامپیوتر برای تهیه عکس‌های دقیق از استخوان‌ها، مغز یا دیگر بافت‌های بیمار استفاده می‌کنند. پزشک می‌تواند این عکس‌ها را روی مانیتور مشاهده و یا آنها را روی فیلم چاپ کند.
- نمونه‌برداری: نمونه‌برداری تنها روش قطعی تشخیص لنفوم هوچکین است. ممکن است پزشک یک غده لنفاوی شما را به طور کامل بردارد (نمونه‌برداری کامل) (Excisional Biopsy) و یا تنها بخشی از یک غده لنفاوی را بردارد (نمونه‌برداری برشی) (Incisional Biopsy). معمولاً نمی‌توان با یک سوزن ظریف (بیوپسی سوزنی) از غده لنفاوی به میزانی که برای آسیب‌شناس جهت تشخیص وجود لنفوم هوچکین کافی باشد، نمونه برداشت. بهترین روش، برداشتن کامل غده لنفاوی است.

آسیب‌شناس از یک میکروسکوپ استفاده می‌کند تا وجود سلول‌های لنفوم هوچکین را در این بافت بررسی کند. بیماری که به لنفوم هوچکین مبتلاست، معمولا سلول‌های بزرگ و غیرطبیعی به نام سلول‌های رید - اشتنبرگ دارد. این سلول‌ها در بدن کسانی که به لنفوم مبتلا نیستند دیده نمی‌شود.

پزشک موارد زیر را جهت تعیین مرحله لنفوم هوچکین در نظر می‌گیرد:

- تعداد غدد لنفاوی دارای سلول‌های لنفوم هوچکین
- اینکه این غدد لنفاوی در یک طرف دیافراگم قرار دارند، یا در هر دو طرف آن
- اینکه سرطان به مغز استخوان، طحال، کبد یا ریه سرایت کرده است یا نه؟

مراحل لنفوم هوچکین به ترتیب زیر تعریف می‌شوند:

- A بیمار کاهش وزن، تعریق شبانه شدید یا تب ندارد.
- B بیمار دچار کاهش وزن، تعریق شبانه شدید یا تب شده است.

درمان

- شیمی درمانی
- پرتو درمانی
- پیوند سلول‌های بنیادی

انتخاب روش درمانی عمدتا به موارد زیر بستگی دارد:

- نوع لنفوم هوچکین بیمار (بیشتر بیماران به لنفوم هوچکین کلاسیک مبتلا هستند).
- (مرحله سرطان) محلی که لنفوم در آن وجود دارد.
- اینکه آیا پهنای تومور بیش از ۴ اینچ (۱۰ سانتی‌متر) است یا نه
- سن بیمار
- اینکه بیمار دچار کاهش وزن، تعریق شبانه شدید یا تب باشد یا نه

پیشگیری

پس از به پایان رسیدن درمان مربوط به لنفوم هوچکین لازم است مرتباً مورد معاینه قرار بگیرید. گاهی اوقات، حتی هنگامی که دیگر هیچ اثری از سرطان در بیمار دیده نمی‌شود، سرطان بازمی‌گردد، به این دلیل که ممکن است سلول‌های لنفوم شناسایی نشده، پس از درمان در جایی در بدن بیمار باقی مانده باشند.

معاینات، به شناسایی مشکلات مربوط به سلامتی - که می‌تواند ناشی از درمان سرطان باشد - نیز کمک می‌کند. احتمال ابتلای کسانی که به دلیل ابتلا به لنفوم هوچکین تحت درمان قرار گرفته‌اند به بیماری‌های قلبی؛ لوسمی؛ ملانوم؛ لنفوم غیرهوچکین؛ و سرطان‌های استخوان، پستان، ریه، معده و تیروئید بیشتر از دیگران است. با انجام معاینات مرتب می‌توان اطمینان حاصل کرد هر گونه تغییری در وضع سلامتی شناسایی شده و در صورت لزوم درمان خواهد شد. این معاینات شامل معاینه فیزیکی، آزمایش‌های خون، عکس‌برداری از قفسه سینه با اشعه ایکس، سی.تی.اسکن و دیگر آزمایش‌ها باشد.

نکاتی برای شیوه زندگی سالم در جهت پیشگیری از سرطان:

- کنترل وزن در محدوده BMI طبیعی (BMI یا شاخص توده بنی؛ مقاسی برای اندازه‌گیری میزان تناسب وزن نسبت به قد فرد است).
- جلوگیری از چاقی مرکزی.
- فعالیت بدنی روزانه حداقل ۵ روز در هفته و به مدت حداقل ۳۰ دقیقه.
- به جز مصرف ویتامین دی، شواهدی مبنی بر مفید بودن استفاده از مکمل‌ها در پیشگیری از سرطان وجود ندارد. با وجود شواهدی در اثربخشی ویتامین دی، حتماً قبل از مصرف با پزشک مشورت کنید.
- ویروس اپشتن بار، عاملی است که احتمال ابتلا به هوجیکن را افزایش می‌دهد.