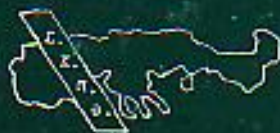


# ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗ ΝΟΣΟ ΤΟΥ ΗΟDΓΚΙΝ

Μετάφραση: ΓΙΩΡΓΙΟΣ Δ. ΛΥΠΑΣ  
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ Δ. ΛΥΠΑΣ



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ-ΘΡΑΚΗΣ

γρ: Αγίας Σοφίας 46 - Θεσσαλονίκη (54622) - τηλ. (031) 241911 - fax 221211  
Εντευκτήριο: Αλεξ. Συμεωνίδη 1, τηλ. 851222

# ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗ ΝΟΣΟ ΤΟΥ HODGKIN

*Μετάφραση: ΓΙΩΡΓΙΟΣ Δ. ΛΥΠΑΣ  
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ Δ. ΛΥΠΑΣ*



**ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ-ΘΡΑΚΗΣ**

---

γρ: Αγίας Σοφίας 46 - Θεσσαλονίκη (54622) - τηλ. (031) 241911 - fax 221211  
Εντευκτήριο: Αλεξ. Συμεωνίδη 1, τηλ. 851222

**ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 1996**

«Τι πρέπει να γνωρίζεις για τη νόσο του Hodgkin»

Τίτλος πρωτότυπου: «*What you need to know about Hodgkin's Disease*».

Μετάφραση: ΓΙΩΡΓΟΣ Δ. ΛΥΠΙΑΣ - ΚΩΝ/ΝΟΣ Δ. ΛΥΠΙΑΣ

Επιμέλεια κειμένου: ΦΥΛΛΙΣ ΜΗΤΤΑ, Αρχαιολόγος - Ιστορικός Τέχνης, Μ.Α.

Αρχική έκδοση: National Cancer Institute, U.S. Department of Health and Human Services, 1992(2)

Επιμέλεια ελληνικής έκδοσης:

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ-ΘΡΑΚΗΣ

Αγίας Σοφίας 46 - Θεσσαλονίκη (54622)

τηλ. (031) 241911 - fax 221211

Εντευκτήριο: Αλεξ. Συμεωνίδη 1, τηλ. 851222

Στοιχειοθεσία - Εκτύπωση:

UNIVERSITY STUDIO PRESS A.E.

Κων. Μελενίκου 15 - Θεσσαλονίκη (54635)

τηλ. (031) 209637, 209837 - fax 216647

Θεσσαλονίκη, 1995

*«Η αλήθεια είναι σαν φάρμακο  
κι έχει τη δική της συνταγή»*

*Π. Μήττα*

*«Το δικαίωμα ενημέρωσης του ασθενή»  
Θεσσαλονίκη 1994*

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

«Καρκίνος ε, ε και;» .....	5
Τι πρέπει να γνωρίζετε για την ασθένεια .....	7
Συμπτώματα της νόσου .....	8
Διάγνωση της νόσου του Hodgkin .....	9
Αντιμετωπίζοντας τη νόσο του Hodgkin .....	10
Προσαρμογή στην ασθένεια .....	13
Υποστήριξη των καρκινοπαθών .....	15
Τι επιφυλάσσει το μέλλον .....	16
Ιατρικοί όροι .....	17
Επίλογος .....	19
Σχόλια .....	20
Άλλες εκδόσεις του ΣΚΜΘ .....	24

Για όποιον θέλει να βοηθήσει στο έργο του Σ.Κ.Μ.Θ. έχει ανοιχθεί λογαριασμός στην Εθνική Τράπεζα της Ελλάδος, υπ' αριθμ. 251/296012-55 και 48000521 καθώς και στην Τράπεζα Εργασίας, αριθμ. 032/92020-00010/99.

## «ΚΑΡΚΙΝΟΣ, Ε ΚΑΙ;»

Λέμε στο Σ.Κ.Μ.Θ. με φυσικό και ανεπιτήδευτο τρόπο στο άκουσμα της νόσου. Δίχως να παραβλέπουμε τη σπουδαιότητα της κατάστασης, αντιμετωπίζουμε τον καρκίνο με πολύ ρεαλισμό και υπομονή, δίχως φοβίες, προκαταλήψεις και παράπονα, όπως ακριβώς θα αντιμετωπίζαμε μίαν αναιμία, ένα διαβήτη ή μια οποιαδήποτε άλλη ασθένεια.

Τα μονοπάτια της νόσου ίσως είναι δαιδαλώδη· γίνονται όμως πολύ πιο δύσκολα με την παρασιώπηση της αλήθειας είτε από ιατρούς είτε από το συγγενικό περιβάλλον. Αυτό που σκοτώνει κυριολεκτικά είναι το **ψέμα**. Ενώ η **αλήθεια** – η πλήρης δηλαδή επίγνωση της κατάστασης από τον ασθενή – δίνει το θάρρος και τη δύναμη στην αντιμετώπιση της νόσου διασφαλίζοντας ταυτόχρονα μια σωστή επικοινωνία με το κοινωνικό περιβάλλον.

Την αλήθεια αυτή βοούν τα μέλη του Σ.Κ.Μ.Θ. προς κάθε κατεύθυνση ήδη από το έτος της ίδρυσης του Συλλόγου (1991). Η προσπάθεια δείχνει να ευδοκιμεί. Το «κατεστημένο» του Καρκίνου – όλη η προκατάληψη που συνοδεύει τη νόσο – είναι ο μεγάλος αντίπαλος του Συλλόγου. Ο Σύλλογος φιλοδοξεί να συντελέσει στην **κατάρριψή** του.

Ένας ακόμα βασικός στόχος του Συλλόγου είναι η βελτίωση των συνθηκών υγείας στις Ογκολογικές Κλινικές των Νοσοκομείων της πόλης σε συνεργασία πάντα με όλους τους διαθέσιμους φορείς. Η έλλειψη ενός **Ξενώνα** που θα φιλοξενεί τους ασθενείς-καρκινοπαθείς καθώς και τους συνοδούς τους, που προέρχονται από την επαρχία, στα δύο μεγάλα αστικά κέντρα της χώρας (Θεσ/νίκη, Αθήνα) εντοπίστηκε πρώτα από το Σ.Κ.Μ.Θ. Από τότε ξεκίνησε με πρωτοβουλία του Συλλόγου ένας μάραθώνιος. Έγιναν κοινοποιήσεις προς την Πολιτεία, την Πανελλήνια Αντικαρκινική Εταιρία και άλλους φορείς με στόχο την ίδρυση ενός **ξενώνα**. Έτσι το 1994 τέθηκε ο θεμέλιος λίθος του πρώτου ξενώνα Καρκινοπαθών στην Ελλάδα, εδώ στη Θεσ/νίκη. Το έργο βέβαια δεν άρχισε ακόμη· πιστεύουμε όμως στη σύντομη αποπεράτωσή του.

Από την άλλη μεριά ο ίδιος ο ασθενής-καρκινοπαθής έχει μεγάλη ανάγκη από ψυχολογική στήριξη. (Είναι επιστημονικά αποδεδειγμένο ότι η καλή ψυχολογική κατάσταση του ασθενή επηρεάζει θετικά

τη συνολική εξέλιξη της νόσου σε όλα τα στάδια). Για το λόγο αυτό ο Σύλλογος προνόησε τη δημιουργία ομάδων «Ψυχολογικής Στήριξης», για τις οποίες και καταβάλλει ιδιαίτερη μέριμνα. Λειτουργήσαν για πρώτη φορά το 1994 με τη συμμετοχή ειδικευμένων ιατρών ψυχολόγων καθώς επίσης και μελών του Συλλόγου. Οι ομάδες αυτές είχαν μεγάλη επιτυχία. Ευχής έργο είναι να συνεχιστούν με μεγαλύτερη συμμετοχή και στο χώρο των Νοσοκομείων.

Ο Σ.Κ.Μ.Θ., τέλος, δίνει μεγάλη βαρύτητα στην αξία της ενημέρωσης γύρω από τη νόσο του καρκίνου. Κι αυτό γιατί **η ενημέρωση, η πρόληψη και η ποιότητα ζωής** είναι έννοιες αλληλοεξαρτώμενες. Από αυτό παρακινούμενα τα μέλη του Συλλόγου συμμετέχουν σε Συνέδρια με θέμα τον καρκίνο εντός και εκτός της Ελλάδος. Διοργανώνουν ομιλίες-διαλέξεις σε συνεργασία με ειδικούς ιατρούς σε διάφορους χώρους και από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης. Διανέμουν δωρεάν φυλλάδια με πληροφορίες γύρω από κάθε μορφή καρκίνου. Στο πλαίσιο αυτό της ενημέρωσης εντάσσεται και η προσπάθεια συνεργασίας με ειδικούς ιατρούς στα σχολεία της πόλης με απώτερο στόχο την πληροφόρηση των μαθητών – από πρώτο χέρι – σε θέματα που αφορούν την υγεία και την πρόληψη π.χ. τους κινδύνους που επιφέρει το **κάπνισμα** καθώς επίσης και την αναγκαιότητα της **επαγγελματικής συνειδησης**. Έχουν γίνει αρκετές κρούσεις τόσο στο Υπ. Παιδείας και Θρησκ/των, Διευθύνσεις των ΟΛΜΕ και ΕΛΜΕ όσο και στο Δήμο Θεσ/νίκης. Τα αποτελέσματα δεν ήταν ωστόσο θεαματικά. Ο Σύλλογος παρόλα αυτά θα συνεχίσει τις προσπάθειές του.

Οι δραστηριότητες του Συλλόγου δεν σταματούν εδώ. Υπάρχουν και άλλες βασισμένες σε Ευρωπαϊκά και Αμερικάνικα πρότυπα, που αποσκοπούν στην άμβλυνση του πόνου του ασθενή-καρκινοπαθή και τα οποία θα εφαρμόζονται καθ' οδόν.

Κι όλα αυτά γιατί;

Γιατί ο Σύλλογος Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης **αγαπά, πονά και συμπάσχει** με τον ασθενή-καρκινοπαθή, αφού και τα δικά του του μέλη είναι ασθενείς (καρκινοπαθείς, που δραστηριοποιούνται ίσως περισσότερο και από υγείς). Το έργο μας δε θα σταματήσει παρά μόνο όταν ο ασθενής ακόμα και του πιο απόμακρου χωριού της Μακεδονίας γίνει **επίκεντρο** της προσοχής όλων στο σύστημα υγείας, όταν το χαμόγελό του γίνει μια πραγματικότητα στα χείλη και ... την καρδιά του!!!

## ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΣΘΕΝΕΙΑ

**Ο** Σ.Κ.Μ.Θ. έχει ετοιμάσει το παρόν φυλλάδιο για να βοηθήσει τους ασθενείς και τις οικογένειές τους να κατανοήσουν καλύτερα και να μπορέσουν έτσι να αντιμετωπίσουν τη νόσο του Hodgkin. Οι πληροφορίες που παρατίθενται – σχετικά με τα συμπτώματα, τη διάγνωση και την αντιμετώπιση της νόσου του Hodgkin – στοχεύουν στο να συμβάλουν στις συζητήσεις με τους γιατρούς, τους νοσηλευτές και άλλα μέλη της θεραπευτικής ομάδας.

Η γνώση μας για τη νόσο του Hodgkin διαρκώς αυξάνει. Η έρευνα έχει οδηγήσει σε καλύτερη αντιμετώπιση της νόσου. Σήμερα περισσότεροι από τους μισούς ασθενείς με νόσο του Hodgkin μπορούν να γίνουν καλά.

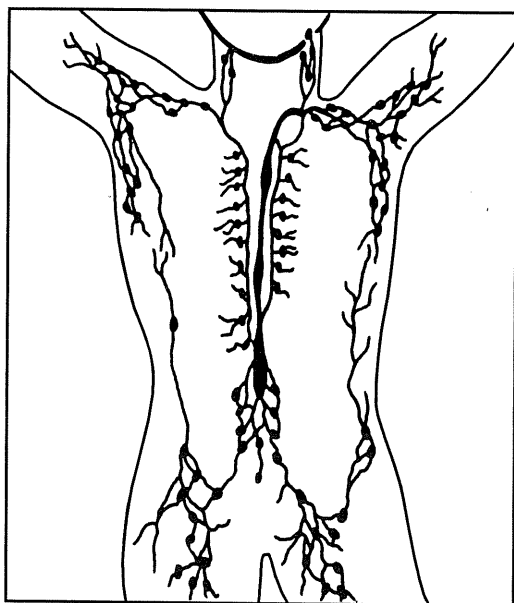
Στο παρόν φυλλάδιο λέξεις που ίσως δε γνωρίζουν οι αναγνώστες είναι τυπωμένες με πλάγια γράμματα και εξηγούνται στο τέλος του φυλλαδίου (σελ. 17). Άλλες εκδόσεις για τον καρκίνο και τη θεραπεία του καθώς επίσης και πώς να αντιμετωπίζουν την ασθένεια αναφέρονται στην τελευταία σελίδα.

Η νόσος του Hodgkin είναι ένας τύπος *λεμφώματος*. Τα λεμφώματα είναι τύποι καρκίνου που αναπτύσσονται στο *λεμφικό σύστημα* (μέρος του ανοσοποιητικού, δηλ. αμυντικού, συστήματος του οργανισμού). Ο ρόλος του λεμφικού συστήματος είναι να βοηθήσει στην καταπολέμηση ασθενειών και λοιμώξεων.

Το λεμφικό σύστημα περιλαμβάνει ένα δίκτυο λεπτών «σωληναρίων» που διακλαδίζονται, όπως και τα αιμοφόρα αγγεία (αρτηρίες και φλέβες), στους ιστούς και όλο το σώμα. Τα λεμφαγγεία μεταφέρουν τη *λέμφο*, ένα άχρωμο σαν νερό υγρό, που περιέχει κύτταρα για την καταπολέμηση των λοιμώξεων, τα *λεμφοκύτταρα*. Κατά μήκος αυτού του δικτύου των λεμφαγγείων υπάρχουν μικρά όργανα σε σχήμα φασολιού, τα οποία λέγονται *λεμφογάγγλια*. Αυτά φιλτράρουν τη λέμφο καθώς περνάει από μέσα τους. Ομάδες λεμφογαγγλίων βρίσκονται στη μασχάλη, τη βουβωνική χώρα, το λαιμό και την κοιλιά. Άλλα μέρη του λεμφικού συστήματος είναι ο *σπλήνας*, ο *θύμος αδένας*, οι αμυγδαλές και ο *μυελός των οστών*.

Όπως όλοι οι τύποι καρκίνου, η νόσος του Hodgkin επηρεάζει τα κύτταρα του σώματος. Τα υγιή κύτταρα αναπτύσσονται, διαιρούνται και αντικαθίστανται με μια συγκεκριμένη τάξη και ρυθμό. Αυτή





η διαδικασία διατηρεί τον οργανισμό σε μια φυσιολογική ισορροπία. Στη νόσο του Hodgkin τα κύτταρα του λεμφικού συστήματος παρουσιάζουν μια αφύσικη αύξηση και μπορούν να εξαπλωθούν και σε άλλα όργανα. Καθώς η νόσος προχωρά, το σώμα καθίσταται όλο και λιγότερο ικανό να καταπολεμά τις λοιμώξεις.

Η νόσος του Hodgkin είναι σπάνια. Ανέρχεται σε ποσοστό λιγότερο του 1% όλων των περιπτώσεων καρκίνου που απαντούν π.χ. στις ΗΠΑ. Συναντάται συχνότερα σε νέους 15-34 ετών και σε άτομα μεγαλύτερα των 55 ετών. Άλλοι τύποι καρκίνου του λεμφικού συστήματος (που ονομάζονται «λεμφώματα μη-Hodgkin») αναφέρονται σε σχετικό φυλλάδιο του Σ.Κ.Μ.Θ.

## ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΤΗΣ ΝΟΣΟΥ

**Τ**ο πιο κοινό σύμπτωμα της νόσου του Hodgkin είναι μια ανώδυνη διόγκωση των λεμφογαγγλίων του λαιμού, της μασχάλης ή της βουβωνικής περιοχής. Άλλα συμπτώματα μπορεί να περιλαμβάνουν

νουν πυρετό, νυχτερινές εφιδρώσεις, αίσθημα κούρασης, χάσιμο βάρους ή κνησμό (φαγούρα του δέρματος). Εντούτοις αυτά τα συμπτώματα δεν είναι και παθογνωμονικά (δεν καθορίζουν με βεβαιότητα την ύπαρξη καρκίνου). Μπορεί να προκληθούν από πολλές συνηθισμένες ασθένειες, όπως η γρίπη ή άλλες λοιμώξεις. Πάντως είναι σημαντικό να επισκεφθεί κανείς ένα γιατρό, εάν τα συμπτώματα επιμένουν για περισσότερο από 2 εβδομάδες. Κάθε ασθένεια πρέπει να διαγιγνώσκεται και να αντιμετωπίζεται το συντομότερο δυνατό και αυτό ισχύει ιδιαίτερα για τη νόσο του Hodgkin.

## ΔΙΑΓΝΩΣΗ ΤΗΣ ΝΟΣΟΥ ΤΟΥ HODGKIN

**Α**ν υπάρχει υποψία για νόσο του Hodgkin, ο γιατρός πρέπει να πάρει το ιατρικό ιστορικό του ασθενή και να κάνει μια σχολαστική κλινική εξέταση. Θα γίνουν επίσης αναλύσεις αίματος και ακτινολογικός έλεγχος θώρακα, οστών, ήπατος και σπλήνα. Από ένα διογκωμένο λεμφογάγγλιο θα ληφθεί ιστός. Αυτό ονομάζεται *βιοψία*. Είναι ο μόνος σίγουρος τρόπος για να διαγνωστεί η ύπαρξη ή όχι καρκίνου. Ο παθολογοανατόμος θα παρατηρήσει στο μικροσκόπιο τον ιστό που αφαιρέθηκε από το λεμφογάγγλιο αναζητώντας *κύτταρα Ριντ-Στερνμπεργκ* (Reed–Sternberg), δηλαδή άτυπα κύτταρα (μη φυσιολογικά) που ανευρίσκονται στη νόσο του Hodgkin.

Όταν η νόσος διαγνωστεί, ο γιατρός πρέπει να είναι σε θέση να γνωρίζει το *στάδιο* ή την έκταση της νόσου. Η γνώση του σταδίου είναι πολύ σημαντική για να σχεδιαστεί η θεραπεία. Για τον καθορισμό του σταδίου ο γιατρός ελέγχει:

- Τον αριθμό και τη θέση των λεμφογαγγλίων που έχουν προσβληθεί.
- Αν υπάρχουν επηρεασμένα λεμφογάγγλια στην πάνω ή στην κάτω ή και στις 2 μεριές του διαφράγματος (λεπτός μυς κάτω από τους πνεύμονες που διαχωρίζει το θώρακα από την κοιλιά).
- Αν η νόσος έχει εξαπλωθεί μέχρι το μυελό των οστών, το σπλήνα ή σε μέρη έξω από το λεμφικό σύστημα, όπως το ήπαρ.

Για τον καθορισμό του σταδίου ο γιατρός ζητάει διάφορες αναλύσεις και εξετάσεις, μεταξύ άλλων και βιοψίες λεμφογαγγλίων και ήπατος. Πολλοί ασθενείς υποβάλλονται σε *λεμφοαγγειογραφίες*, δηλαδή ακτινογραφίες του λεμφικού συστήματος με τη χρήση ειδικής χρω-

στικής ουσίας που κάνει να φαίνονται τα λεμφογάγγλια και τα λεμφοαγγεία. Άλλος έλεγχος είναι η *υπολογιστική τομογραφία*, δηλαδή μια σειρά από ακτινογραφίες διατομών του σώματος.

## ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΟΝΤΑΣ ΤΗ ΝΟΣΟ ΤΟΥ HODGKIN

**Ο**ι αποφάσεις για την αγωγή της νόσου του Hodgkin είναι πολύπλοκες. Πριν την έναρξή της ο ασθενής ίσως θελήσει τη γνώμη ενός δεύτερου γιατρού για να επανεξετάσει τη διάγνωση και το σχέδιο της θεραπευτικής αγωγής.

- Ο γιατρός του ασθενή μπορεί ενδεχομένως να προτείνει ένα συνάδελφό του με πιο εξειδικευμένο ενδιαφέρον για τη νόσο του Hodgkin.
- Οι ασθενείς που θέλουν να πάρουν ονόματα ειδικών μπορούν να απευθύνονται στον τοπικό Ιατρικό Σύλλογο, σε μια κοντινή Ιατρική Σχολή ή στο ΣΚΜΘ (Σύλλογος Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης).

### Μέθοδοι Θεραπείας

Η θεραπευτική αγωγή για τη νόσο του Hodgkin συνήθως περιλαμβάνει ακτινοθεραπεία, χημειοθεραπεία ή μερικές φορές και τα δύο. Οι αποφάσεις για την αγωγή εξαρτώνται από το στάδιο της νόσου, την εντόπισή της (δηλαδή σε ποιά σημεία του σώματος βρίσκεται), τα συμπτώματα που παρουσιάζονται, την ηλικία και τη γενική κατάσταση της υγείας του ασθενή (η αγωγή για παιδιά με νόσο του Hodgkin είναι πιο περίπλοκη και δεν αναφέρεται στο φυλλάδιο αυτό).

Η ακτινοθεραπεία χρησιμοποιεί ακτινοβολίες υψηλής ενέργειας για να καταστρέψει τα καρκινικά κύτταρα και να σταματήσει την ανάπτυξή τους. Γενικά διεξάγεται σε νοσοκομεία ή κλινικές. Συνήθως οι ασθενείς κάνουν τη χημειοθεραπεία 5 ημέρες την εβδομάδα για αρκετές εβδομάδες σαν εξωτερικοί ασθενείς (δεν νοσηλεύονται).

Η χημειοθεραπεία χρησιμοποιεί φαρμακευτικές ουσίες για να εξολοθρεύσει τα καρκινικά κύτταρα. Για την αντιμετώπιση της νόσου του Hodgkin χρησιμοποιείται συνήθως ένας συνδυασμός φαρμάκων, τα οποία μπορούν να χορηγηθούν με διάφορους τρόπους: μερικά από το στόμα, άλλα με ένεση σε μυ (ενδομυικά) ή σε αρτηρία ή, συνηθέ-

στερα, σε φλέβα. Τα φάρμακα μεταφέρονται με την κυκλοφορία του αίματος σχεδόν σε κάθε σημείο του οργανισμού. Η χημειοθεραπεία διεξάγεται συνήθως σε «κύκλους»: μια περίοδος χημειοθεραπείας ακολουθείται από μια περίοδο παύσης, μετά ακολουθεί μια περίοδος με χημειοθεραπεία κ.ο.κ.

## Παρενέργειες

Οι μέθοδοι που χρησιμοποιούνται για τη θεραπεία της νόσου του Hodgkin είναι πολύ ισχυρές, γι' αυτό και συχνά προκαλούν παρενέργειες, που μπορεί να είναι μικρής ή μεγάλης διάρκειας. Αυτές εξαρτώνται τόσο από τον τύπο της αγωγής όσο και από το μέρος του σώματος που δέχεται την αγωγή.

Κατά την ακτινοθεραπεία οι ασθενείς μπορεί να νιώθουν ασυνήθιστη κούραση, καθώς μάλιστα η αγωγή προχωρεί. Επομένως, είναι σημαντικό να ξεκουράζονται όσο περισσότερο μπορούν. Οι αντιδράσεις του δέρματος (κοκκίνισμα ή ξηρότητα) στην περιοχή που ακτινοβολείται είναι επίσης συνηθισμένες. Οι ασθενείς πρέπει να προσέχουν αυτή την περιοχή του δέρματος. Κρέμες ή γαλακτώματα δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται χωρίς τη συμβουλή γιατρού. Όταν η ακτινοβολία γίνεται στο θώρακα, οι ασθενείς έχουν ξηρότητα και ελαφρό πόνο στο λαιμό και μπορεί να δυσκολεύονται και στην κατάποση. Μερικές φορές λαχανιάζουν ή έχουν ξηρό βήχα. Η ακτινοβολία στην κατώτερη περιοχή της κοιλιάς μπορεί να προκαλέσει ναυτία, διάρροια ή εμετό. Κάποιοι ασθενείς έχουν «μυρμήγκιασμα» ή μούδιασμα στα χέρια, στα πόδια ή χαμηλά στην πλάτη. Αυτά τα αποτελέσματα συνήθως εξαφανίζονται βαθμιαία με τη διακοπή της θεραπείας.

Οι παρενέργειες της χημειοθεραπείας εξαρτώνται κυρίως από τα φάρμακα που χορηγούνται. Γενικά τα αντικαρκινικά φάρμακα επηρεάζουν τα κύτταρα που αναπτύσσονται γρήγορα, όπως εκείνα των θυλάκων των τριχών. Σαν αποτέλεσμα, οι ασθενείς μπορούν να εμφανίσουν παρενέργειες, όπως μειωμένη αντίσταση σε λοιμώξεις, ναυτία, εμετό ή πικρή γεύση στο στόμα. Μπορεί επίσης να παρουσιάσουν λιγότερη ενεργητικότητα και ίσως χάσουν τα μαλλιά τους.

Η απώλεια της όρεξης αποτελεί μερικές φορές πρόβλημα για ασθενείς που δέχονται ακτινοθεραπεία ή χημειοθεραπεία. Οι ερευνη-

τές ανακάλυψαν ότι οι ασθενείς που τρώνε καλά μπορούν να έχουν μεγαλύτερη ικανότητα να ανέχονται τις παρενέργειες της αγωγής τους. Γι' αυτό η διατροφή συνιστά ένα σπουδαίο μέρος στο σχέδιο θεραπείας. Το να τρώει κανείς καλά σημαίνει να λαμβάνει αρκετές θερμίδες, ώστε να προλαμβάνει την απώλεια βάρους και από την άλλη μέρα να έχει αρκετές πρωτεΐνες στο διαιτολόγιό του, ώστε να ξαναδημιουργεί και να επανορθώνει τις απώλειες στα μαλλιά, τους μυς, το δέρμα και στα άλλα όργανα. Πολλοί ασθενείς βρίσκουν ότι το να κρατούν αρκετά μικρά γεύματα στη διάρκεια της ημέρας είναι πιο εύκολο από το να περιορίζονται σε τρία μεγάλα γεύματα.

Η θεραπεία για τη νόσο του Hodgkin μπορεί ακόμα να προκαλέσει προβλήματα στη γονιμότητα του ατόμου. Η έμμηνος ρύση των γυναικών ενδέχεται να σταματήσει. Στις νεότερες γυναίκες το πιθανότερο είναι να επανέλθει. Στους άντρες ωστόσο τόσο η νόσος του Hodgkin όσο και η θεραπευτική αγωγή είναι δυνατό να επηρεάσουν τη γονιμότητα εντονότερα. Η φύλαξη σπέρματος σε μια τράπεζα σπέρματος μπορεί να είναι μια καλή λύση για κάποιους ασθενείς.

Οι ανεπιθύμητες παρενέργειες στη διάρκεια της θεραπευτικής αγωγής ποικίλουν από άτομο σε άτομο και ακόμη από τον έναν κύκλο θεραπείας στον άλλο. Οι γιατροί προσπαθούν να σχεδιάσουν την κατάλληλη αγωγή που θα ελαχιστοποιήσει τα προβλήματα. Γιατροί, νοσοκόμες και διαιτολόγοι μπορούν να εξηγήσουν τις παρενέργειες της αντικαρκινικής θεραπείας και να προτείνουν τρόπους για την αντιμετώπισή της. (Χρήσιμες πληροφορίες για το ζήτημα αυτό υπάρχουν σε αντίστοιχες εκδόσεις του Σ.Κ.Μ.Θ.).

### **Φροντίδα μετά τη θεραπεία**

Συχνοί έλεγχοι και εξετάσεις αφού τελειώσει η θεραπεία για τη νόσο του Hodgkin, έχουν πολύ μεγάλη σημασία για τους ασθενείς.

Ο ασθενής θα συνεχίσει να παρακολουθείται από τους γιατρούς για αρκετά χρόνια ακόμη. Γενικά οι εξετάσεις περιλαμβάνουν προσεκτική κλινική εξέταση, ακτινογραφίες, εξετάσεις αίματος και άλλες εργαστηριακές εξετάσεις. Οι ασθενείς που έχουν δεχθεί αγωγή για νόσο του Hodgkin έχουν πιο πολλές πιθανότητες από άλλα άτομα να αναπτύξουν μελλοντικά κάποιον άλλο τυπο καρκίνου, ειδικά λευχαιμία. Θα πρέπει να ακολουθούν τις συμβουλές του γιατρού σχετικά με

τη φροντίδα της υγείας τους και τις περιοδικές εξετάσεις. Με τον τακτικό έλεγχο είναι δυνατή η ανίχνευση και η έγκαιρη αντιμετώπιση προβλημάτων, σε περίπτωση που προκύψουν.

## ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ ΣΤΗΝ ΑΣΘΕΝΕΙΑ

Όταν οι άνθρωποι έχουν καρκίνο, η ζωή μπορεί να αλλάξει για τους ίδιους και τα άτομα που τους νοιάζονται. Αυτές οι αλλαγές στην καθημερινή ζωή ενδέχεται να είναι δύσκολες στο χειρισμό τους. Είναι φυσικό για ένα άτομο με νόσο του Hodgkin να νιώθει συγκεχυμένα συναισθήματα.

Κάποιες φορές οι ασθενείς και τα μέλη της οικογένειάς τους μπορεί να νιώσουν κατάθλιψη, φόβο ή οργή. Άλλες φορές τα συναισθήματα μπορεί να κυμαίνονται από ελπίδα μέχρι απελπισία και από δύναμη μέχρι φόβο. Οι ασθενείς μπορούν να τα αντιμετωπίσουν αν έχουν τη δυνατότητα να μιλήσουν για την αρρώστια τους και γι' αυτό που αισθάνονται με την οικογένεια ή με φίλους.

Ανησυχίες για το μέλλον – καθώς και τις ιατρικές εξετάσεις, τη θεραπεία, την παραμονή στο νοσοκομείο και τα έξοδα περίθαλψης – είναι συνηθισμένες. Μιλώντας γι' αυτά σε γιατρούς, το νοσηλευτικό προσωπικό ή και σε άλλα μέλη της ομάδας περίθαλψης μπορεί να βοηθήσει στην απομάκρυνση του φόβου και της σύγχυσης. Οι ασθενείς κάνοντας ερωτήσεις σχετικά με τη θεραπευτική τους αγωγή μπορούν να παίξουν ενεργητικό ρόλο σε αυτή. Συχνά είναι χρήσιμο για τους ίδιους και το περιβάλλον τους να σημειώνουν τις απορίες που έχουν. Επίσης το να κρατάνε σημειώσεις στη διάρκεια της επίσκεψης βοηθά να θυμούνται τι έχει συζητηθεί.

Οι ασθενείς θέτουν συχνά ερωτήσεις για τη νόσο τους. Το πιο κατάλληλο πρόσωπο για να δώσει απαντήσεις είναι ο γιατρός. Οι πιο πολλοί θέλουν να μάθουν πώς μπορεί να θεραπευτεί η νόσος του Hodgkin, πόσο επιτυχημένη θα είναι αυτή η θεραπεία και πόσο αναμένεται να κοστίσει.

Παρακάτω αναφέρονται κάποιες από τις ερωτήσεις που οι ασθενείς θέτουν στο γιατρό:

- Ποιά είναι τα αναμενόμενα οφέλη από την αγωγή;
- Ποιοί είναι οι κίνδυνοι και οι πιθανές παρενέργειες της θεραπείας;

- Μπορώ να συνεχίσω να εργάζομαι στη διάρκεια της αρρώστιας μου;
- Θα πρέπει να αλλάξω τις συνήθειες δραστηριότητές μου;
- Πόσο συχνά θα χρειάζεται να επαναλαμβάνω τις εξετάσεις μου;

Ο γιατρός του ασθενή είναι ο πιο κατάλληλος για να δώσει συμβουλές σχετικά με τη δουλειά ή με τον περιορισμό άλλων δραστηριοτήτων. Όμως είναι δύσκολο για κάποιους ασθενείς να μιλήσουν με το γιατρό για τα συναισθήματά τους ή για άλλα, πολύ προσωπικά ζητήματα. Πολλοί ασθενείς βρίσκουν ότι τους βοηθάει πολύ να μιλάνε γι' αυτά τα θέματα με άλλα άτομα που αντιμετωπίζουν παρόμοια προβλήματα. Τέτοια βοήθεια παρέχεται από ομάδες, όπως ο Σ.Κ.Μ.Θ. (Σύλλογος Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης) Μπορεί ακόμη να βοηθήσει η συνομιλία με μέλος του νοσηλευτικού προσωπικού, κοινωνική λειτουργό, σύμβουλο ή κληρικό.

Το να ζει κανείς με μια σοβαρή νόσο αποτελεί μια δύσκολη πρόκληση. Οι βιβλιοθήκες είναι μια καλή πηγή πληροφοριών (βιβλίων και άρθρων) για την προσαρμογή στην ασθένεια. Οι καρκινοπαθείς και οι οικογένειές τους μπορούν ακόμη να βρουν σχετικές πληροφορίες σε αντίστοιχη έκδοση του Σ.Κ.Μ.Θ. με τίτλο «Δώσε χρόνο στη ζωή, Ψυχολογική στήριξη σε καρκινοπαθείς και το περιβάλλον τους», κ.λπ.

## ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΤΩΝ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ

**Η** προσαρμογή στις αλλαγές που φέρνει ο καρκίνος γίνεται ευκολότερη και για τους καρκινοπαθείς και για τις οικογένειές τους, όταν λαμβάνουν χρήσιμη πληροφόρηση και υπηρεσίες υποστήριξης.

Ο Σύλλογος Καρκινοπαθών Μακεδονίας – Θράκης έχει προγραμματίσει τις παρακάτω ομάδες στις οποίες μπορούν να συμμετέχουν – εντελώς δωρεάν – μόνο όσοι είναι εγγεγραμμένοι στον Σύλλογο:

- 1) Ομάδα ψυχολογικής στήριξης των ασθενών καρκινοπαθών
- 2) Ομάδα ψυχολογικής στήριξης της οικογένειας καρκινοπαθούς
- 3) Τμήμα Φυσιοθεραπείας – ειδικές ασκήσεις γυμναστικής
- 4) Τμήμα Αρωματοθεραπείας
- 5) Τμήμα Δραματοθεραπείας
- 6) Τμήμα Σωφρολογίας
- 7) Τμήμα Δημοτικών χορών
- 8) Τμήμα Ζωγραφικής
- 9) Τμήμα Χορωδίας
- 10) Μαθήματα κοπτικής-ραπτικής
- 11) Ανοιχτές ομάδες συζήτησης
- 12) Ομάδες μελέτης Αγίας Γραφής

Για τις παραπάνω ομάδες μπορείτε να απευθύνεστε στα γραφεία του Συλλόγου μας στη διεύθυνση: Αγ. Σοφίας 46 • Θεσσαλονίκη 546 22 • Τηλ. (031) 241.911 • Fax: 221.211 και Αλ. Συμεωνίδη 1 • Τηλ. (031) 851.222



## ΤΙ ΕΠΙΦΥΛΑΣΣΕΙ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ

**Π**ερισσότερα από 8 εκατομμύρια Αμερικανών έχουν περάσει σήμερα κάποιο τύπο καρκίνου. Τριάντα χρόνια πριν λίγοι ασθενείς με νόσο του Hodgkin αναρρώναν από την ασθένεια. Τώρα, με τη βοήθεια της σύγχρονης ακτινοθεραπείας και τους συνδυασμούς της χημειοθεραπείας **περισσότεροι από το 75%** των ασθενών με νόσο του Hodgkin θεραπεύονται. Οι πιθανότητες για ανάρρωση συνεχίζουν να βελτιώνονται, καθώς οι επιστήμονες ανακαλύπτουν νέες και βελτιωμένες θεραπευτικές μεθόδους.

Οι γιατροί συχνά μιλούν για «*επιβίωση*» και «*ύφεση*» του καρκίνου -και όχι για «*θεραπεία*». Παρόλο που πολλοί ασθενείς αναρρώνουν τελείως, οι γιατροί χρησιμοποιούν τους παραπάνω όρους για να δείξουν ότι η νόσος μπορεί να επανέλθει. Οι άρρωστοι φυσιολογικά ανησυχούν για το μέλλον τους και ίσως να χρησιμοποιούν στατιστικές που έχουν διαβάσει ή έχουν ακούσει για να μαντέψουν ποιές είναι οι δικές τους πιθανότητες να θεραπευθούν. Είναι, ωστόσο, σημαντικό να θυμόμαστε ότι τα στατιστικά αποτελέσματα είναι μέσοι όροι που βασίζονται στις εμπειρίες μεγάλου αριθμού ανθρώπων. Από την άλλη μεριά **κανένας καρκινοπαθής δεν είναι ίδιος με τον άλλο**. Μόνο ο γιατρός που φροντίζει έναν ασθενή γνωρίζει αρκετά για το ιστορικό του, ώστε να μπορεί να συζητήσει θέματα *πρόγνωσης*.

## ΙΑΤΡΙΚΟΙ ΟΡΟΙ

**Ακτινοθεραπεία:** Θεραπευτική αγωγή με ακτινοβολίες υψηλής ενέργειας, από ακτίνες-Χ ή και άλλες πηγές ακτινοβολίας.

**Βιολογική θεραπεία:** Θεραπεία με ουσίες που μπορούν να διεγείρουν το ανοσοποιητικό (αμυντικό) σύστημα, ώστε να πολεμήσει την ασθένεια πιο αποτελεσματικά.

**Βιοψία:** Η αφαίρεση ενός δείγματος ιστού που ακολουθείται από μικροσκοπική εξέταση, ώστε να δούμε αν υπάρχουν καρκινικά κύτταρα στον οργανισμό.

**Βουβωνική περιοχή:** Η περιοχή, όπου ο μηρός συναντά το γοφό (γύρω από τα γεννητικά όργανα).

**Γονιμότητα:** Η ικανότητα να αποκτήσει κανείς παιδιά.

**Διάφραγμα:** Λεπτός μυς κάτω από τους πνεύμονες και την καρδιά που χωρίζει το θώρακα από την κοιλιά.

**Θύμος αδένας:** Ένα όργανο στο οποίο τα λεμφοκύτταρα ωριμάζουν και πολλαπλασιάζονται. Βρίσκεται πίσω από το στέρνο.

**Κακοήθης:** Καρκινικός (βλ. καρκίνος).

**Καλοήθης όγκος:** Ένας όγκος που δεν είναι καρκινικός και δεν εξαπλώνεται σε άλλα μέρη του σώματος.

**Καρκίνος:** Ένας γενικός όρος που χρησιμοποιείται για περισσότερες από 100 ασθένειες, οι οποίες χαρακτηρίζονται από ανεξέλεγκτο και ανώμαλο πολλαπλασιασμό των κυττάρων. Τα καρκινικά κύτταρα μπορούν με την κυκλοφορία του αίματος και το λεμφικό σύστημα να μεταφερθούν και σε άλλα σημεία του σώματος.

**Κλινική έρευνα:** Έρευνα που διεξάγεται με καρκινοπαθείς, συνήθως για να αξιολογηθεί μια νέα θεραπευτική μέθοδος. Κάθε τέτοια έρευνα έχει σχεδιαστεί για να απαντήσει σε επιστημονικά ερωτήματα και να εντοπίσει καλύτερους τρόπους θεραπείας.

**Κύτταρο Ριντ-Στέρνμπεργκ (Reed-Sternberg):** Τύπος κυττάρου που εμφανίζεται σε ασθενείς με νόσο του Hodgkin. Ο αριθμός των κυττάρων αυτών αυξάνεται όσο προχωρά η νόσος.

**Λεμφαγγειογραφία:** Μια ακτινογραφία του λεμφικού συστήματος. Χρησιμοποιείται ένεση μιας ειδικής ουσίας, με την οποία μπορούν να φαίνονται τα αγγεία και τα όργανα του λεμφικού συστήματος.

**Λεμφικό σύστημα:** Οι ιστοί και τα όργανα (περιλαμβάνονται και ο μυελός των οστών, ο σπλήνας, ο θύμος αδένας και τα λεμφογάγγλια) που παράγουν και αποθηκεύουν κύτταρα, τα οποία καταπολεμούν τη λοίμωξη, και το δίκτυο των λεμφαγγείων.

**Λεμφογάγγλια:** Μικρά όργανα σε σχήμα φασολιού που βρίσκονται κατά μήκος του λεμφικού συστήματος. Τα λεμφογάγγλια φιλτράρουν κάποια βακτήρια ή καρκινικά κύτταρα που μεταφέρονται από το λεμφικό σύστημα.

**Λεμφοκύτταρα:** Λευκά αιμοσφαίρια που καταπολεμούν τις λοιμώξεις και τις ασθένειες.

**Λέμφος:** Το σχεδόν άχρωμο υγρό που φτάνει στους ιστούς και μεταφέρει τα κύτταρα που βοηθούν στην καταπολέμηση των λοιμώξεων.

**Μεταμόσχευση μυελού οστών:** Η θεραπεία στην οποία υγιές μυελός των οστών αντικαθιστά τον μυελό των οστών που έχει επηρεαστεί από μια ασθένεια ή από μια θεραπεία.

**Μυελός των οστών:** Η μαλακή, σαν σπόγγος, ουσία στο κέντρο μεγάλων οστών που παράγει λευκά αιμοσφαίρια, ερυθρά αιμοσφαίρια και αιμοπετάλια.

**Ογκολόγος:** Ο γιατρός που είναι ειδικευμένος στην αναγνώριση όγκων μέσα από την μελέτη κυττάρων και ιστών με τη βοήθεια μικροσκοπίου.

**Όγκος:** Μια ανώμαλη μάζα ιστού που δημιουργείται από υπερβολικό πολλαπλασιασμό κυττάρων. Οι όγκοι δεν εκτελούν καμιά χρήσιμη λειτουργία. Μπορεί να είναι είτε καλοήθεις είτε κακοήθεις.

**Πρόγνωση:** Το πιθανό αποτέλεσμα μιας ασθένειας, οι προοπτικές για ανάρρωση.

**Σπλήνας:** Όργανο που παράγει λεμφοκύτταρα, φιλτράρει το αίμα, αποθηκεύει κύτταρα του αίματος και καταστρέφει αυτά που είναι γερασμένα. Βρίσκεται στην αριστερή μεριά της κοιλιάς κοντά στο στομάχι.

**Στάδιο:** Η έκταση στην οποία ο καρκίνος έχει εξαπλωθεί από την αρχική θέση σε άλλα σημεία του σώματος.

**Τράπεζα σπέρματος:** Διαδικασία με την οποία καταψύχεται σπέρμα για μελλοντική χρήση. Επιτρέπει σε άντρες να τεκνοποιήσουν και μετά την απώλεια της γονιμότητάς τους.

**Υπερηχογραφία:** Μια τεχνική κατά την οποία ηχητικά κύματα υψηλής συχνότητας ανακλώνται από εσωτερικά όργανα και η ηχώ τους μετατρέπεται σε εικόνα των οργάνων μέσα στο σώμα.

**Χημειοθεραπεία:** Θεραπευτική αγωγή με αντικαρκινικά φάρμακα.

## ΕΠΙΛΟΓΟΣ

*Άλλο ένα φυλλάδιο έρχεται να προστεθεί στην εκδοτική δραστηριότητα του Σ.Κ.Μ.Θ. που κατευθύνεται πάντοτε από ένα βασικό κίνητρο: την ενημέρωση του κοινού σε θέματα πρόληψης και την εξασφάλιση της ποιοτικής αναβάθμισης σε καθένα από τους πολίτες της ελληνικής κοινωνίας.*

*Στις σελίδες του παρόντος φυλλαδίου περιγράφεται η νόσος του Hodgkin καθώς και τα συμπτώματα, η διάγνωση και η θεραπεία του μελανώματος. Παρέχονται ακόμη πληροφορίες για την αποκατάσταση και την υποστήριξη των ατόμων που έχουν υποστεί θεραπεία για τη συγκεκριμένη νόσο.*

*Θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε τους κυρίους Γεώργιο Λύπα και Κωνσταντίνο Λύπα και όλους όσους συνέβαλαν στην επιμελημένη μετάφραση του κειμένου στα ελληνικά.*

*Σ.Κ.Μ.Θ.*

Είναι μία αξιέπαινη προσπάθεια του Συλλόγου Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης, η ψυχή του οποίου είναι η κ. Μήττα, για ενημέρωση και εξοικείωση του ασθενή και της οικογένειάς του στο πρόβλημα που λέγεται «Νόσος του Hodgkin». Όπως όλοι οι καρκίνοι χρειάζεται γνώση και συνεργασία πολλών παραγόντων και τη θετική συμμετοχή του ασθενή, για να μπορέσει να ξεπεραστεί το σοβαρό αυτό πρόβλημα.

Η νόσος του Hodgkin σήμερα είναι από τους πιο καλά ανταποκρινόμενους καρκίνους, γι' αυτό και στη θεραπεία του πρέπει να 'χουμε πάντα κατά νουν ότι το «λιγότερο ίσως είναι και το καλύτερο».

Συγχαίρω το Σύλλογο των Καρκινοπαθών για την ιδιαίτερα προσεκτική και ευαίσθητη απόδοση του φυλλαδίου «N. Hodgkin» του National Cancer Institute των Η.Π.Α. και την προσαρμογή της στην ιδιοσυγκρασία και ευαισθησία του Έλληνα ασθενή.

Dr N. Γομπάκης  
Επίκουρος Καθηγητής  
Παιδιατρικής Ογκολογίας  
Α.Π.Θ.

Παρακολουθώ το έργο του ΣΚΜΘ από την πρώτη ημέρα της ίδρυσής του και αισθάνομαι την ανάγκη να πω ότι στέκομαι με δέος και σεβασμό μπρος σ' όλα τα ΜΕΛΗ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ. Έχετε την εσωτερική ικανότητα νά'στε ευτυχείς σαν άτομα, δημιουργικοί σαν ομάδα και προστάρηδες στην κοινωνία προσφέροντάς της «**Δημιουργική ευτυχία**».

**Η δημιουργική ευτυχία που εσείς προσφέρεται δεν έχει καμία αξία στην αγορά, δεν είναι είδος που μπορεί να πουληθεί σ' εκείνον που προσφέρει περισσότερα, αλλά είναι κάτι που μπορεί να υπάρξει για όλους.**

Μου ζητήσατε μέσω της Προέδρου σας να εκφράσω τη γνώμη μου για το φυλλάδιο «Τι πρέπει να γνωρίζεις για τη νόσο του Hodgkin». Σας ευχαριστώ.

Αξία συγχαρητηρίων η μετάφραση και επιμέλεια του κειμένου από το πρωτότυπο φυλλάδιο του NCI των ΗΠΑ που έγινε από τους κ.κ. Γεώργιο και Κων/νο Λύπα καθώς και την κ. Φύλλις Μήττα. Το πόνημα είναι προσιτό στον αναγνώστη, εύληπτο και ικανό να μεταδίδει έννοιες και νοήματα με μία αμεσότητα που προφυλάσσει από συγχύσεις και παρανοήσεις.

Σε ό,τι αφορά αυτό καθ' αυτό το πόνημα θα ήθελα να επιστήσω την προσοχή του αναγνώστη στα κεφάλαια «διάγνωση της νόσου» και «αντιμετώπιση αυτής». Η διαγνωστική και θεραπευτική πρόοδος στην Ογκολογία και ειδικότερα στις αιματολογικές κακοήθειες είναι ταχύτατη και δεν πρέπει να σταθεί κανείς με τυπολατρική ακρίβεια σε διαγνωστικές και θεραπευτικές στρατηγικές. Η Λεμφοαγγειογραφία για παράδειγμα έχει εγκαταλειφθεί από πολλά κέντρα ενώ νέες διαγνωστικές μέθοδοι ήδη εφαρμόζονται.

Τα αποτελέσματά της θεραπείας της Νόσου του Hodgkin είναι πολύ πιο αισιόδοξα τα τελευταία χρόνια. Για τις περιπτώσεις που η «συμβατική» όπως λέγεται θεραπεία δεν αποδώσει εφαρμόζεται η λεγόμενη «Μέγα θεραπεία με υποστήριξη περιφε-

ρικών αιματικών προγονικών κυττάρων». Ένας ικανός αριθμός συμπολιτών μας έχει ήδη ωφεληθεί από τη θεραπευτική αυτή μέθοδο που πρωτοποριακά για τον Ελλαδικό χώρο εφαρμόζεται με επιτυχία στη «Μονάδα Μεταμόσχευσης Μυελού των Οστών» του Νοσοκομείου Παπανικολάου.

Οι παρενέργειες της θεραπείας καθημερινά περιορίζονται. Νέες ουσίες όπως αυξητικοί παράγοντες και νεώτερα αντιεμετικά φάρμακα έχουν ελαχιστοποιήσει επικίνδυνες για τη ζωή επιπλοκές και βελτίωσαν την ποιότητα ζωής κατά τη διάρκεια της θεραπείας.

Πιστεύω ανεπιφύλακτα ότι το ενημερωτικό αυτό φυλλάδιο θα βοηθήσει όχι μόνο τον πάσχοντα από τη νόσο συμπολίτη μας, αλλά και τους «υγιείς» αναγνώστες, γιατί όπως ευφρόνιστα παρατηρεί ο συνάδελφος κ. Ν. Γομπάκης «Το λιγότερο είναι και το καλύτερο».

Μαρία Αγγελούδη

Αιματολόγος

Επιμελήτρια Α΄ Παθολογικής Κλινικής  
Νοσοκομείο ΑΧΕΠΑ

Η σειρά των φυλλαδίων που εκδίδει και επιμελείται τα τελευταία χρόνια ο Σύλλογος Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης με Πρόεδρο την κ. Π. Μήττα, επιτελεί ένα βασικό και σημαντικό στόχο: την ενημέρωση του κοινού σε θέματα που αφορούν στην πρόληψη και τη θεραπεία διαφόρων μορφών καρκίνου.

Από την άποψη αυτή η προσπάθεια κρίνεται ιδιαίτερα σημαντική: Σε μια εποχή που σημειώνεται έξαρση της ασθένειας του 8 η σωστή πληροφόρηση φαίνεται να είναι η αρχή μιας σωστής θεραπείας – πολύ περισσότερο η εγγύηση πρόληψης για μια μακροχρόνια υγιή ζωή.

Ως γιατρός και με βάση την προσωπική μου γνωριμία με την κ. Μήττα, επιβραβεύω την προσπάθεια αυτή, η οποία τελικά αρθρώνεται για το όφελος κάθε Έλληνα πολίτη.

*Δρ Αραβαντινός Γεράσιμος*

*Επιμελητής Β΄*

*Γ΄ Παθολογικής Κλινικής*

*Ν.Γ.Ο.Ν. Αγ. Ανάργυροι*

*Κηφισίας Αθηνών*



Ο Σύλλογος Καρκινοπαθών Μακεδονίας - Θράκης στην προσπάθειά του να ευαισθητοποιήσει τον κόσμο γύρω από την αξία και τη χρησιμότητα της Ενημέρωσης - Πρόληψης του Καρκίνου έχει αναπτύξει μια αξιόλογη εκδοτική δραστηριότητα ήδη από το 1993.

Πρόκειται για μια σειρά 42 ενημερωτικών φυλλαδίων που αποτελούν επιμελημένες μεταφράσεις από φυλλάδια προερχόμενα από το Εθνικό Ινστιτούτο Καρκίνου της Αμερικής (N.C.I.).

Τα φυλλάδια αυτά, που διανέμουμε δωρεάν, παρέχουν στον αναγνώστη χρήσιμα στοιχεία γύρω από κάθε μορφή καρκίνου καθώς επίσης και πολύτιμες γενικές οδηγίες και συμβουλές.

Οι μεταφράσεις εκπονούνται από εθελοντές, φίλους του Συλλόγου.

### Έπονται οι τίτλοι των φυλλαδίων:

1. «Μιλώντας με το παιδί για τον Καρκίνο».
2. «Μετεγχειρητικές ασκήσεις σε γυναίκες με Μαστεκτομή».
3. «Οδηγός αυτοπεριποιήσεως μετά από εγχείρηση Πνεύμονος».
4. «Κόβω το τσιγάρο». (Στοιχεία και χρήσιμες συμβουλές για τη διακοπή).
5. «Η χημειοθεραπεία και εσύ». (Τέσσερα βήματα βοήθειας προς τους ασθενείς).
6. «Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο του Στόματος».
7. «       »               »               »               του Δέρματος».
8. «       »               »               »               των Οστών».
9. «       »               »               για τους Σπίλους και τους Δυσπλαστικούς Σπίλους».
10. «       »               »               για τον καρκίνο της Μήτρας».
11. «       »               »               »               των Εντέρων».
12. «       »               »               για τη νόσο του HODGKIN».
13. «       »               »               για τα μη HODGKIN λεμφώματα».
14. «       »               »               για τον καρκίνο των Όρχεων».
15. «       »               »               »               του Προστάτη».
16. «       »               »               για το Μελάνωμα».
17. «       »               »               για το Μυέλωμα».
18. «       »               »               για τους όγκους του εγκεφάλου».
19. «Το ανοσοποιητικό σύστημα - Πώς λειτουργεί».
20. «Όταν κάποιος στην οικογένεια έχει καρκίνο».
21. «Δώσε χρόνο στη ζωή». (Ψυχολογική Στήριξη σε καρκινοπαθείς και το περιβάλλον τους».