

Arabic



يُرجى الاحتفاظ بلائحة الأسئلة والتذكير هذه،
إذ أنها قد تكون مفيدة لك ولعائلتك
في الاستشارات المستقبلية.



The
University
of Sydney

إنّ مركز علم النفس الطبي واتخاذ القرارات المبينة على الأدلة
(Centre for Medical Psychology and Evidence-based
Decision-making) هي مجموعة بحوث عبر الاختصاصات متخصصة
في الجوانب النفسية لمرض السرطان والتواصل بين الطبيب والمريض.
تتألف المجموعة من باحثين من خلفيات متنوعة بما فيها علم النفس،
والطب، والصحة العامة، والتمريض.

للمزيد من المعلومات تفقّد الموقع الإلكتروني على العنوان:
www.psych.usyd.au/cemped

إنّ معهد السرطان بنيو ساوث ويلز (Cancer Institute NSW)
هو أوّل وكالة أسترالية تشمل كافة الولاية وتدعمها الحكومة تهدف
إلى السيطرة على السرطان ومعالجته من خلال الوقاية والكشف
والابتكار والبحوث والمعلومات.

للمزيد من المعلومات تفقّد الموقع الإلكتروني على العنوان:
www.cancerinstitute.org.au

طرح الأسئلة مهم

أكتب أية أسئلة قد تفكر بها ولا تكون مدرجة
في داخل هذه النشرة.

إذا كنت مصاباً
بالسرطان...
من المهم
طرح الأسئلة

أسئلة يمكن طرحها عن
العلاجات المكّملة

أسئلة يمكن طرحها عن العلاجات المكّمة

من المهم أن تطرح أسئلة عن العلاجات المكّمة التي تكون مهتمًا بها. إذ أن ذلك يساعدك على اتخاذ قرارات بشأن أنواع العلاجات المكّمة التي تكون مفيدة ومأمونة الجانب لك. اقرأ هذه الأسئلة وسجل تلك المتعلقة بك للمساعدة في مناقشاتك مع مقدّمي العلاجات المكّمة أو الأطباء أو سواهم من أصحاب المهن الصحية.

أمور ينبغي أخذها بالاعتبار قبل استخدام العلاجات المكّمة

- فيما يلي بعض الأسئلة التي قد تود طرحها عندما تريد اتخاذ قرار حول أنواع العلاجات المكّمة التي ستستخدمها أو حول ما إذا كان عليك عدم استخدام أي منها إطلاقاً:
- هل سيضرني العلاج مباشرة نظراً:
 - لتأثيراته الجانبية؟
 - لتفاعلاته الممكنة مع أدوية أخرى؟
 - للحاجة للتوقف عن العلاج التقليدي؟
 - لأن المعالج أخبرني بالتوقف عن كل العلاجات التقليدية أو تأخيرها؟
- هل تكلفة العلاجات أو الأدوية أكبر من طاقتي؟
- لمساعدتك على الإجابة عن هذه الأسئلة عليك التحدّث إلى مقدّمي العلاجات المكّمة والأطباء. وقد لا يعرفون الإجابات عن بعض هذه الأسئلة، تبعاً لميادين اختصاصهم، وقد يتعيّن عليك العمل معهم للعثور على مزيد من المعلومات.

أسئلة عامة لطحها على أي مقدّم محتمل لعلاجات مكّمة

- ما هي مؤهلاتك؟ هل أنت عضو في جمعية مهنية؟
- ما هو مدى تدريبك أو خبرتك في معالجة المصابين بالسرطان؟ هل سبق أن عالجت أي شخص مصاب بنوع السرطان الذي أعاني منه؟
- هل أنت مستعد للعمل مع أطبائي أو المهنيين الصحيين الآخرين الذين قد أحتاج لمقابلتهم؟
- كيف يمكن لأنواع العلاجات التي تمارسها أن تساعدني؟ هل هناك أية احتياطات محددة ستأخذها بشأنني؟
- هل هناك تأثيرات جانبية أو مخاطر متصلة بهذه العلاجات؟ هل تم اختبار العلاج في تجارب سريرية؟

- هل نُشرت النتائج وهل هي متوفرة لي لقراءتها؟
- هل يمكن الجمع بين هذه العلاجات والعلاج التقليدي؟
- كم طول المدة التي يجب أن أستخدم فيها هذا العلاج وكيف أعرف ما إذا كان يؤتي الفائدة المرجوة؟
- هل يمكنك إجراء زيارات منزلية إذا لم أكن بصحة جيدة تمكنني من الحضور إلى عيادتك؟
- ما هو طول مدة استشارتك؟
- ما هي التكلفة التي تستوفيها عن الاستشارة؟

أسئلة عامة لطحها على طبيبك

- هل أنت عليم بالعلاجات أو الأدوية المكّمة؟
- هل أنت شخصياً مؤهل في العلاجات المكّمة؟
- هل هناك أية علاجات مكّمة تعتقد أنها قد تفيدني؟
- هل ستكون راضياً لو استخدمت علاجات مكّمة؟
- هل أنت على استعداد للتحدّث عن حالتي مع مقدّمي علاجاتي المكّمة؟
- هل تعلم ما إذا كانت الأدوية المكّمة التي أخذها الآن أو التي أرغب في أخذها ستعارض مع علاجي الكيميائي أو علاجاتي التقليدية الأخرى؟

أسئلة عامة بشأن علاجات محدّدة لطحها على المهني الصحي الذي تتعامل معه

- أساليب مساعدة الجسم بواسطة الراحة النفسية
- من هم أنسب المعالجين للمشاكل التي لدي؟
- هل يمكنك إحالتي إلى عالم نفس أو مستشار؟
- ممارسات مساعدة الجسم بواسطة الراحة النفسية
- هل هناك أيّ من أنواع التدليك أو التأهيل الجسماني يمكن أن تفيدني؟
- هل تنصحني بعدم استخدام أي نوع محدّد من أنواع التدليك أو التأهيل الجسماني؟
- هل يمكنك تزويدي برسالة تعطي فيها موافقتك على حصولي على التدليك أو تأهيل جسماني آخر؟
- هل هناك أية أماكن في جسمي ينبغي أن ينتبه لها المعالج بالتدليك انتباهاً خاصاً؟ هل يمكن لمس تلك الأماكن أو يجب تجنّبها تماماً؟

أعد معهد السرطان بنيو ساوث ويلز هذا المورد بالتعاون مع مجلس السرطان بنيو ساوث ويلز.

Cancer Institute NSW catalogue number: CB-2010-81
SHPN; (C) 100418

- هل يمكن أن أخضع للوخز بالإبر قبل و/أو بعد الجراحة أو العلاج الكيميائي أو العلاج الإشعاعي؟
- ما هي الاحتياطات التي يجب أن أتخذها، إن وُجدت؟
- ما هو نوع التمرين الذي سيعطيني أكبر فائدة؟
- هل سيمكنني ممارسة "تاي شي" أو "كي غونغ" أو "يوغا"؟
- ما هو مستوى قوة التمرين الذي سيكون مناسباً لي؟

علاجات معتمدة على الحيوانات

الغذاء

- هل هناك أية تعديلات يجب إدخالها على نظامي الغذائي لتحسين عافيتي؟
- هل يجلب أن أتناول أطعمة عضوية؟
- هل هناك أية فيتامينات أو إضافات معدنية ستساعد في تخفيف آثار جانبية محدّدة ناجمة عن العلاج التقليدي؟
- هل يجب أن أتناول الفيتامينات المتعددة (multivitamin)؟
- ما الذي يمكنني تناوله من طعام لتحسين هضمي وحركة أمعائي؟
- هل هناك أية أطعمة أو إضافات يجب أن أتناولها أو أتجنبها بالتأكيد خلال علاجي بشأن السرطان وبعده؟
- هل يجب أن أراجع اختصاصي غذاء أو اختصاصي تغذية؟

الأدوية العشبية

- هل هناك أية أعشاب توصي بها خلال علاجي بشأن السرطان أو بعده؟
- هل هناك أية أعشاب يجب أن لا آخذ منها بسبب علاجي أو جراحتي أو علاجاتي التقليدية الأخرى؟
- إذا استخدمت دواءً عشبياً، فمتى يجب أن أستخدمه بالعلاقة مع أدويتي أو علاجاتي الأخرى؟
- هل من المقبول إن أستخدمه معها في ذات الوقت أو هل يجب أن أستخدمه في وقت مختلف؟
- هل يمكنني استخدام دهن عشبي للمساعدة بشأن الاحمرار الناجم عن الأشعة؟
- هل من المقبول إن شربت أنواع الشاي العشبي كشراب عام؟

علاجات أخرى

العلاجات الزهرية والعلاجات المثلية

- هل سأصاب بأية تأثيرات جانبية من هذه العلاجات؟
- هل من المقبول أن أستخدم هذه العلاجات في أي وقت؟
- هل تعتقد أن العلاجات الزهرية والعلاجات المثلية ستفيدني؟