



أكاديمية طب الأسرة
التجمع الصحي الأول بالمنطقة الشرقية
FAMILY MEDICINE ACADEMY
FIRST HEALTH CLUSTER EASTERN PROVINCE

التثقيف النفسي لمرضى السرطان



تختلف الإستجابة العقلية لسرطان الثدي من شخص لآخر ولكن العديد منهم يعانون من الخوف والقلق والإكتئاب.

لماذا يجب طلب المساعدة النفسية؟

قد تؤثر المشاعر السلبية علي المرأة وتلجأ لعادات مضره على سبيل المثال:
-سوء التغذية وتناول كميات قليلة من الأطعمة واختيار الأطعمة ذات القيمة الغذائية المنخفضة.
-العزلة والآرق والإلانسحاب من المجتمع.
-أعراض الإكتئاب والقلق .

تظهر الدراسات ان الإكتئاب قد يقلل من فرصة بقاء المرأة على قيد الحياة ،حيث كانت معدلات الوفيات كالتالي:

٢٦ مرة أعلى في المرضى الذين يعانون من أعراض الإكتئاب.
٣٩ مرة أعلى في المرضى الذين تم تشخيصهم بالإكتئاب الشديد.

كيف يمكن للعلاج النفسي أن يساعد المرأة؟

- تعلم كيفية التعامل مع التغيرات الجسدية والعاطفية وتغيير نمط الحياة وكذلك التأقلم مع العلاجات.
- شرح طبيعة مرضهم لأفراد العائلة.
- إختيار المستشفى المناسب والعلاج.
- السيطرة على التوتر أو القلق أو الإكتئاب.



أنواع العلاج النفسي:

مزيج من العلاج الفردي والجماعي

-العلاج الفردي: جلسات فردية تهدف
للتعديل أنماط التفكير والسلوك .

-العلاج الجماعي: جلسات منظمة مع
آخرين مصابين بسرطان الثدي لتبادل
الدعم العاطفي والإستفادة من تجارب
الآخرين .



هل يمكن للعلاج النفسي أن يساعد الجسم أيضاً:

قد يزيد العلاج النفسي من فرصة بقاء
النساء على قيد الحياة في إحدى
الدراسات على سبيل المثال ارتبط
انخفاض أعراض الإكتئاب ببقاء أطول
في مرضى السرطان المنتشر.

