

عقيدات الغدة الدرقية: الاختبار والمتابعة



ثيكا: جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية

www.thyca.org



عقيدات الغدة الدرقية

يقدم هذا الكتيب نظرة عامة عن عقيدات الغدة الدرقية واختبارها وخيارات متابعتها النموذجية، وكما هو مشار إليه في هذا الكتاب، فإن معظم عقيدات الغدة الدرقية حميدة وليست سرطانية.

وبالنسبة للأشخاص الذين لديهم عقيدات مصابة بسرطان الغدة الدرقية، فإن هذا الكتيب يناقش أيضًا خدمات الدعم المجانية والموارد الأخرى لمساعدة كلاً من المرضى ومقدمي الرعاية للتغلب على التأثيرات العاطفية والعملية الناجمة عن تشخيص سرطان الغدة الدرقية.

وعلى الرغم من أن هذا الكتاب يحتوي على معلومات مهمة عن عقيدات الغدة الدرقية، فإن دورة الفردية للاختبار والمتابعة الخاصين بك قد تختلف لأسباب عديدة.

الكتاب والمحروون والمراجعون: يجمع هذا الكتيب بين الجهود الكبيرة لأعضاء المجلس الاستشاري الطبي التابع لجمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية (ثيكا) وبين الجهود الكبيرة للعديد من الأطباء المتخصصين في سرطان الغدة الدرقية والباحثين والمرضى ومقدمي الرعاية، وإننا إذ نقدر خبرة الجميع ودعمهم أيما تقدير.

المجلس الاستشاري الطبي: إنه لمن دواعي سرور جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية (ثيكا) وجود مجلس استشاري طبي متميز بين جنباؤها يتألف من أكثر من 50 مهني من الخبراء المعترف بهم عالمياً في مجال سرطان الغدة الدرقية، وهم يقدمون المشورة والدعم القيمين تحقيقاً لأهداف جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية (ثيكا) في مجالات التعليم والعلاج والبحث. ولهذا تُتاح التفاصيل على موقعنا www.thyca.org.

التمويل: تم تمويل هذا الكتيب بفضل تبرعات المساهمين الأفراد وعن طريق المنح الدراسية غير المقيدة من قبل شركة بير هليث كير، وشركة ايساي، وشركة Exelixis، وشركة Sanofi Genzyme، وشركة شيري، وشركة Veracyte. فكل الشكر والعرفان لهم جميعاً.

يرجى العلم: بأن المعلومات الواردة في هذا الكتيب مخصصة لأغراض تعليمية وللتوجيه العام، وهي غير معدة باعتبارها أنها نصيحة أو تعليمات طبية ولا ينبغي تفسيرها على أنها كذلك ولا ينبغي استبدالها بمشورة طبيبك. ننصحك باستشارة طبيبك الخاص في جميع الأمور المتعلقة بصحتك ورعايتك الطبية.

حقوق الطبع والنشر © 2017

ثيكا: جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية

- 4..... مقدمة -لست وحدك.....
- 5..... 1. عقيدات الغدة الدرقية - حقائق أساسية.....
- 9..... 2. إذا كنت مصاب بالعقيدات.....
- 10..... 3. أنواع عقيدات الغدة الدرقية.....
- 11..... 4. النتائج بعد اكتشاف عقيدة الغدة الدرقية.....
- 13..... 5. تقييم عقيدة الغدة الدرقية والنتائج الممكنة لها.....
- 17..... 6. الخزعة بالإبرة الدقيقة (FNA): ما هو متوقع؟.....
- 19..... 7. الاختبار الجزيئي لسرطان الغدة الدرقية.....
- 21..... 8. إذا كانت العقيدة حميدة.....
- 22..... 9. إذا كانت العقيدة مصابة بسرطان الغدة الدرقية: نظرة موجزة على الخطوات اللاحقة.....
- 24..... 10. الحمل وعقيدات الغدة الدرقية.....
- 25..... 11. الأطفال والمراهقون: عقيدات الغدة الدرقية وسرطان الغدة الدرقية.....
- 25..... 12. معلومات أساسية عن الغدة الدرقية.....
- 27..... 13. العثور على الطبيب المناسب لك.....
- 28..... 14. نصائح الإعداد لمواعيد الطبيب.....
- 29..... 15. نصائح للتواصل مع طبيبك وتذكر تعليماته.....
- 30..... 16. أسئلة قد تريد طرحها حول العقيدات.....
- 31..... 17. التعايش مع سرطان الغدة الدرقية.....
- 31..... 18. لمزيد من المعلومات - موقع جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية والكتيبات والفيديوهات والأحداث والمزيد.....
- 34..... 19. هل أنت مصاب بسرطان الغدة الدرقية؟ جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية (ثيكا) يُمكنها المساعدة.....

دعوة: أرسل لنا اقتراحات لمنشورات جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية (ثيكا)

أرسل رسالة على البريد الإلكتروني: publications@thyca.org

مقدمة - لست وحدك

قد يكون من الصعب عليك أن تكتشف أنك أو شخص ما تعرفه يُعاني من عقيدة أو أكثر من عقيدات الغدة الدرقية، حتى ولو عرفت أن معظم عقيدة الغدة الدرقية حميدة وليست سرطانية.

يُرجى الاطمئنان فأنت لست وحدك.

إن هدفنا هو تقديم المساعدة والدعم لتعزيز معرفتك من خلال التثقيف.

هذا الكتيب مخصص لأي شخص يعاني من عقيدات الغدة الدرقية.

ويقدم هذا الكتيب ما يلي:

- الحقائق الأساسية والنصائح المفيدة للتغلب على عقيدات الغدة الدرقية
- معلومات عن الاختبار والمتابعة وما هو متوقع بعد التشخيص

بالإضافة إلى ذلك، إذا انتهى اختبارك إلى تشخيص سرطان الغدة الدرقية، فإننا نهدف إلى ما يلي:

- إمدادك بمزيد من المعلومات
- تقديمك للعديد من الخدمات المجانية والمصادر والفعاليات التي يُمكن أن تساعدك.
- مساعدتك على الشعور بأنك جزء من الناجين من سرطان الغدة الدرقية ومقدمي الرعاية ولكي تتغلب أيضًا على المخاوف العاطفية والعملية.

1. عقيدات الغدة الدرقية - حقائق أساسية

- عقيدة الغدة الدرقية عبارة عن نمو أو ورم في الغدة الدرقية قد يكون خبيثاً (سرطاني) أو حميداً (غير سرطاني).
- أكثر من 90% من العقيدات تكون حميدة، وهو ما يعني أنها غير سرطانية.
- الكثير من العقيدات أو معظمها صغيرة جداً، ومن غير المحتمل الكشف عنها عن طريق الفحص البدني أو الأعراض.
- تشيع عقيدات الغدة الدرقية بصورة كبيرة، وتصبح أكثر شيوعاً مع تقدم الأشخاص في السن.
- يعاني بوجه حوالي 5% من السيدات و1% من الرجال من مرض عقيدات الغدة الدرقية التي يُمكن الشعور بها عند الفحص البدني. وبالتصوير أو الدراسات التشريحية التي تكشف عن عقيدات صغيرة جداً، فمن المقدر أن حوالي 50% من الأشخاص فوق سن 65 سنة مصابين بعقيدة واحدة على الأقل من عقيدات الغدة الدرقية.
- تُعد معظم العقيدات صغيرة جداً كي تُكون ورم أو انتفاخ ملحوظ في الرقبة. وبدلاً من ذلك، يتم اكتشاف معظم العقيدات بالصدفة عن طريق الكشف البدني الاعتيادي وفحص الرقبة خلال زيارة الطبيب أو خلال التصوير الذي يُجرى لسبب غير ذي صلة.
- بالنسبة إلى الأطفال والمراهقين، ومن المرجح أن تكون ما بين 20% و30% من عقيدات الغدة الدرقية سرطانية.
- يُكون سرطان الغدة الدرقية عادةً غير مؤلم في مرحلته المبكرة، وعادة ما يكون بدون أعراض.

- تشمل بعض الأعراض التي قد تظهر على بعض المرضى ما يلي:
 - عقدة لمفاوية ("غدة متورمة") كبيرة بشكل غير طبيعي في الرقبة لا تختفي على مدى بضعة أشهر.
 - بحة في الصوت دون سبب معروف كما أنها لن تختف.
 - صعوبة أو ضيق في التنفس
 - صعوبة في بلع الأطعمة الصلبة أو الجامدة أو إحساس غريب ("تورم") عند البلع.
 - سعال مزمن مجهول السبب أو نحنة.

نقاط يجب أخذها في الاعتبار:

- أخبر طبيبك أو أخصائي الرعاية الصحية الأولية إذا كنت تعاني من أي من الأعراض المدرجة أعلاه. وقد تدل هذه الأعراض على الحاجة لمزيد من المتابعة الطبية.
- أطلب فحص الرقبة خلال المواعيد الطبية ومواعيد علاج الأسنان الروتينية.
- لا تردد في طرح أسئلة عن أعراضك وفحوصات الرقبة.
- تتوفر في جميعه الناجين من سرطان الغدة الدرقية وكذلك في موقعنا (www.thyca.org). بطاقة فحص الرقبة مع مزيد من المعلومات عن الوعي بصحة الغدة الدرقية، ولقد تم تطويره من قبل الجمعية الأمريكية لأطباء الغدد الصماء السريرية.

المزيد من المعلومات حول عقيدات الغدة الدرقية

تقييم العقيدة: نظرة عامة

قد تشمل خطوات تقييم العقيدة ما يلي:

التاريخ المرضي للمريض، بما في ذلك:

- (1) أي إشعاع سابق على منطقتي الرأس أو الرقبة
 - (2) التعرض للإشعاع
 - (3) التاريخ المرضي للعائلة (بما في ذلك أي سوابق للإصابة بسرطان الغدة الدرقية أو غيرها من أمراض الغدة الدرقية)، أو متلازمة مثل متلازمة كاودن (ورم العبيبي من PTEN) أو التكوّن الورمي الصماوي المتعدد النوع 2 (MEN)، أو داء السلائل العائلي أو متلازمة كارني المعقدة أو متلازمة فيرنر عند أقرب أقرباء العائلة.
- الفحص البدني على الغدة الدرقية والرقبة للعثور على تضخم الغدة الدرقية أو عقد الغدد الليمفاوية المتضخمة وعلامات الانسداد الموضعية الناجمة عن الغدة الدرقية المتضخمة.
 - اختبارات وظائف الغدة الدرقية المختبرية – اختبارات الدم، بما في ذلك اختبار TSH (الهرمون المنبه للدرقية).
 - الموجات فوق الصوتية على الرقبة، بما في ذلك الغدد الليمفاوية العنقية
 - أخذ عينة الخزعة بالإبرة الدقيقة (FNA)، وتكون على الأرجح تحت توجيه الموجات فوق الصوتية إذا كان حجم العقيدة أكبر من 1 سم فضلاً عن تماشيها مع معايير الموجات فوق الصوتية الخاصة بالخزعة بالإبرة الدقيقة (FNA).
 - مسح الغدة الدرقية بجرعة قليلة من اليود المشع أو التكنيشيوم آخر وهو نظير مشع قصير المدى يُستخدم في عمليات المسح بالطب النووي، وذلك إذا بين اختبار الدم أن الهرمون المنبه للدرقية (TSH) أقل من المعدل الطبيعي.
 - قد تُجرى اختبارات أخرى كاختبارات العلامات جزئية، إذا أظهر تحليل الخلايا بخزعة الإبرة الدقيقة (FNA) لعقدة الغدة الدرقية وجودًا لخلايا غريبة أو نمط نمو صلب (غير محدد)، ويقصد بغير المحدد أن الخزعة بالإبرة الدقيقة لا تستطيع تحديد ما إذا كانت العقيدة سرطانية أم لا.
 - تعرض الأقسام الأخرى من هذا الكتيب مزيدًا من التفاصيل عن تقييم عقيدات الغدة الدرقية.

نقاط يجب أخذها في الاعتبار:

- سيناقش معك الطبيب أي من الأدوات التشخيصية الأكثر ملائمة لك، فلا تردد في طرح أي أسئلة عن دور كل أداة واستخدامها.
- تُعد الخزعة بالإبرة الدقيقة (FNA) الطريقة الأكثر موثوقية لتحديد ما إذا كانت العقيدة حميدة أو من المحتمل أن تكون سرطانية أو سرطانية بالتأكيد.
- دائما ما لا تستطيع الخزعة بالإبرة الدقيقة (FNA) تحديد ما إذا كان السرطان موجود بالتأكيد، وفي هذه الحالة، قد يوصي طبيبك بما يلي:
 - اختبار العلامة الجزيئية للنسيج المأخوذ من الخزعة بالإبرة الدقيقة.
 - إعادة أخذ عينة من العقيدات بعد مرور مدة تتراوح بين 3-6 أشهر).
 - مشاهدة العقيدات وإعادة التقييم بعد فترة زمنية معينة متفق عليها أو بعد نمو العقيدة.
 - جراحة الغدة الدرقية وتحليل الأنسجة، بعد الجراحة لتحديد التشخيص.

2. إذا كنت مصاب بالعقيدات...

قد يكون اكتشاف عقيدة أو تورم في غدتك الدرقية أمراً يندرج بالخطر، ومن المهم أن نضع في اعتبارنا أن معظم العقيدات ليست سرطانية، ومع ذلك فهي تتطلب بعض الرعاية الطبية.

قد تشمل رعايتك المستمرة المراقبة الدورية من قبل طبيبك، ومع ذلك من المحتمل أن تكون الرعاية الطبية الزائدة ضرورية.

ففي كلتا الحالتين، تناقش مع طبيبك حول خياراتك لمزيد من المراقبة والعلاج.

قد تتساءل، لماذا حدث هذا لي؟ يكون سبب معظم عقيدات الغدة الدرقية غير معروف، ومع ذلك، تكون العقيدات أكثر شيوعاً في بعض الأشخاص، بما في ذلك:

- البالغون الأكبر سناً
- الأشخاص الذين قد تعرضوا للإشعاع على الرأس أو الرقبة، خاصة خلال مرحلة الطفولة
- الأشخاص الذين يعانون من نقص اليود
- الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات الغدة الدرقية الأخرى، مثل التهاب الدرقية المنسوب لهاشيموتو
- الأشخاص المصابين بآبائهم بعقيدات الغدة الدرقية

تكون بعض عقيدات الغدة الدرقية صغيرة جداً، وقد يكون البعض الآخر كبير بما فيه الكفاية لإعاقة التنفس أو البلع. وقد يصاب بعض الأشخاص بعقيدة واحدة من العقيدات الغدة الدرقية بينما قد يُصاب البعض الآخر بالعديد من العقيدات.

- ولا يرتبط حجم العقيدة بالضرورة ارتباطاً مباشراً بسرطان الغدة الدرقية. وعادةً ما لا تتطلب العقيدات الصغيرة جداً (التي يقل حجمها عن 1 سم) أي نوع من العلاج أو التقييم، ولكن قد يتم مراقبة نموها عن طريق الموجات فوق الصوتية.
- ولا يتعلق عدد العقيدات أيضاً باحتمالية كون العقيدة سرطانية أم لا.

وبناء على ما سبق ذكره، تتمثل الخطوة التالية فور تشخيص عقيدة الغدة الدرقية في تقييم العقيدة لتحديد المسار والنتيجة المحتملين. وعادةً ما لا يتم ذلك إلا إذا كان حجم العقيدة أكبر من 1 سم.

هناك مجموعة واسعة من النتائج المحتملة لاختبار عقيدات الغدة الدرقية، وجميعها تم مناقشتها في هذا الكتيب.

3. أنواع عقيدات الغدة الدرقية

يمكن أن تتطور عقيدات الغدة الدرقية بعدة طرق، حيث تكون معظمها حميدة وليست سرطانية.

قد تكون سمعت عن مصطلح "الدراق" لوصف الغدة الدرقية المتضخمة. فالدراق هو عبارة عن تضخم غدة درقية ناتج عن سبب غير سرطاني. وقد يكون بالدراق عقيدات متعددة (دراق متعدد العقيدات) أو قد يكون مجرد غدة درقية متضخمة بدون عقيدات.

يعتمد نوع العلاج الذي تحتاجه لعقيدة على أي نوع من العقيدات الذي تكون مصاباً به. ويشمل هذا حجم وموقع العقيدة وكذلك أي نوع من الخلايا في العقيدة.

فيمكن أن تكون عقيدات الغدة الدرقية ما يلي:

- صلبة
- ممتلئة بالسائل (كيسية)
- كيسية جزئياً (ممتلئة بسائل ومواد صلبة)

تكون العقيدات التي غالباً ما تكون كيسية أقل احتمالاً لتكون سرطانية من العقيدات الصلبة. وسيكون طبيبك قادراً على إجراء هذا التقييم عن طريق اختبار العقيدة للسرطان، ومع ذلك غالباً ما تستطيع أيضاً الموجات فوق الصوتية تحديد ما إذا كانت العقيدة كيسية أو صلبة.

4. النتائج بعد اكتشاف عقيدة الغدة الدرقية

إذا كانت عقيدة الغدة الدرقية التي تعاني منها حميدة

على الرغم من علمك بأنك مصاب بأي نوع من عقيدات الغدة الدرقية والذي يُمكن أن يكون مخيفًا، فمعظم العقيدات حميدة، ولا تتطلب سوى المراقبة وليس العلاج. وهذا يعني أنه يجب على طبيبك أن يفحص العقيدة لديك على أساس فحوصات طبية روتينية لاحقة.

والعديد من هذه العقيدات الحميدة لا تتضخم أو تسبب مشاكل صحية.

ومع ذلك، لا يزال من المهم المتابعة مع طبيبك في زيارات الملاحظة للتأكد من أن العقيدة لا تتغير أو تنمو.

إذا كانت عقيدة الغدة الدرقية التي أنت مصابًا بها متعلقة بالوظائف الأكثر فاعلية أو الأقل فاعلية لغدتك الدرقية (فرط الدرقية أو قصور الدرقية)، فيمكنك تناول الأدوية، بما في ذلك اليود المشع أو العلاجات الأخرى لتنظيم كمية هرمون الغدة الدرقية الذي ينتجه جسمك.

إذا كنت مصاب بسرطان الغدة الدرقية

تشمل أكثر أنواع سرطان الغدة الدرقية شيوعًا سرطان الغدة الدرقية المتمايز - والذي يضم سرطان الغدة الدرقية الحليمي أو سرطان الغدة الدرقية الجريبي أو متغيرات هذه الأمراض مثل الخلية الطويلة وخلايا هيرثيل.

ويكون لمعظم الأشكال الشائعة لسرطان الغدة الدرقية المتمايز معدلات عالية من النجاة طويلة الأمد (أكثر من 90-95%)، وخاصة إذا تم تشخيصها مبكرًا وفي سن صغير.

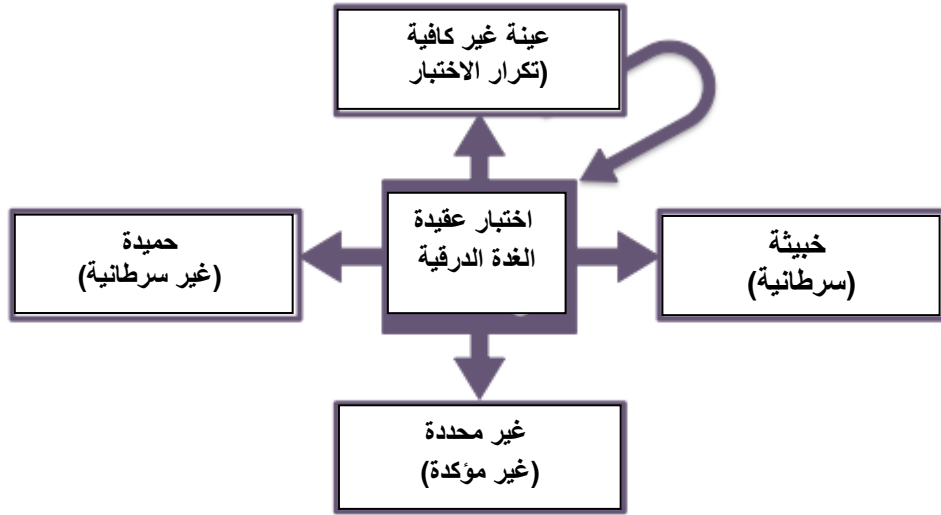
وعلى الرغم من أن توقعات سير المرض لمعظم الأشخاص الذين يعانون من سرطان الغدة الدرقية المتمايز يكون جيدًا جدًا، يُمكن أن يصل معدل الانتكاس أو استمرار المرض إلى 30% ويمكن أن تحدث الانتكاسات حتى بعد مرور عشرات السنين من العلاج الأولى.

يُعد سرطاني الغدة الدرقية النخاعي والكشمي نادرا الحدوث وأكثر صعوبة في العلاج. ويمثل كلا النوعين معًا حوالي 5% من جميع أنواع سرطان الغدة الدرقية. ومن المهم إجراء تشخيص دقيق لنوع سرطان الغدة الدرقية وكذلك تحديد العلاج المناسب بناءً على التوجيهات الطبية لاختصاصي وبناءً على المتابعة الطبية مدى الحياة.

تُسبب جميع سرطانات الغدة الدرقية اضطرابات بالحياة فضلاً عن القلق، ويُمكن أن تكون بعض الأنواع والمتغيرات معقدة وصعبة في علاجها. لذلك، من المهم أن تقوم بإجراء متابعة منتظمة، كما يجب أن تستمر المراقبة الصحية طوال حياتك.

ويحتوي الموقع الإلكتروني لجميعه الناجين من سرطان الغدة الدرقية (ثيكا) www.thyca.org على معلومات مفصلة عن السيطرة على كل نوع من أنواع سرطان الغدة الدرقية فضلاً عن الكتيبات المجانية والفيديوهات مع الخبراء ومجموعات الدعم.

5. تقييم عقيدة الغدة الدرقية والنتائج الممكنة لها



تعتمد خطوات الاختبار والمتابعة التي سوف تتلقاها بشأن عقيدة الغدة الدرقية على ما إذا كانت العقيدة حميدة (ليست سرطانية) أو خبيثة (سرطانية)، أو ما إذا كانت هناك حاجة إلى تكرار الاختبار أو إضافة الاختبار الذي تم إجراءه.

- عندما يتم تشخيص حالتك بالإصابة بعقيدة الغدة الدرقية التي تزيد عن 1 سم في الحجم الذي يتوافق مع معايير الموجات فوق الصوتية الخاصة بأخذ العينة (الخزعة)، فمن المرجح أن يقوم طبيبك باختبار وظائف الغدة الدرقية ويقوم بأخذ عينة الخزعة بالإبرة الدقيقة (FNA) لاستخراج الخلايا من العقيدة ولمعرفة ما إذا كانت العقيدة سرطانية أم لا.
- لمزيد من المعلومات عن الأشياء المتوقعة عند إجراء الخزعة بالإبرة الدقيقة، انظر القسم 6 من هذا الكتيب (ص 17).

- توصي الجمعية الأمريكية للغدة الدرقية باستخدام نظام بيثيسدا لإعداد تقارير نتائج الخزعة بالإبرة الدقيقة (FNA). ولهذا المرض ستة فئات: الفئة الأولى هي غير التشخيصية/غير المرضية - (العينة غير كافية)، الفئة الثانية هي الحميدة، الفئة الثالثة والرابعة والخامسة هي اللانمطية أو المشتبهة (غير المحددة) وتحتاج إلى مزيد من التحليل، الفئة السادسة هي الخبيثة (السرطانية).
- إذا كانت العقيدة غير سرطانية، الأمر الذي يحدث في أكثر من 90% من الحالات، فإن المتابعة الأكثر شيوعًا هي زيارة الطبيب بشكل منتظم للمراقبة/الملاحظة. وأحيانًا ما يسمى هذا "بالانتظار المترقب" أو "المراقبة الفعالة". وهذا يعني أن طبيبك ليس قلقًا بشكل مباشر لكنه يريد مراقبة العقيدة لمعرفة ما إذا كانت تتغير مع مرور الوقت. فإن لم تتغير العقيدة، فليس من الضروري إجراء أي علاج.
- إذا كانت العقيدة سرطانية، الأمر الذي يحدث في أقل من 10% من الحالات، سيقام معك طبيبك خيارات العلاج. كما سيتحدث معك طبيبك حول أنواع ومراحل سرطان الغدة الدرقية، لأن هذه المراحل والأنواع ستؤثر على مسار العلاج.
- لمزيد من المعلومات عن أنواع سرطان الغدة الدرقية والعلاجات، يُرجى زيارة الموقع الإلكتروني www.thyca.org ، وتتوافر كتيباتنا المجانية: أساسيات سرطان الغدة الدرقية وسرطان الغدة الدرقية النخاعي وسرطان الغدة الدرقية الكشمي عن طريق تنزيل ملفات بصيغة PDF من الموقع www.thyca.org أو عن طريق تطبيق ePubs من iTunes وGooglePlay، وعن طريق البريد الإلكتروني بإرسال طلب إلى thyca@thyca.org
- تتوافر العديد من مقاطع الفيديو لخبراء يتناولون جميع أنواع سرطان الغدة الدرقية على قناتنا في YouTube لإضفاء مزيدًا من التوضيحات.

- عندما يشتبه في نوع معين من أنواع سرطان الغدة الدرقية، قد يوصى أيضًا بمزيد من الاختبارات.
 - فعلى سبيل المثال، قد يُوصى المرضى الذين يشتبه في إصابتهم بسرطان الغدة الدرقية الكشمي بأخذ خزعة اللب أو الخزعة المفتوحة (الجراحية) للتأكيد على التشخيص.
 - قد يُوصى المرضى الذين يشتبه في إصابتهم بسرطان الغدة الدرقية النخاعي بإجراء تصوير الصدر بالأشعة السينية أو التصوير المقطعي المحسوب (CT) ومسح الرقبة والصدر أو غيرها من تقنيات التصوير وكذلك فحص الكالسيتونين والمستضد السرطاني المضغي في الدم. (CEA).
 - لا توصي الجمعية الأمريكية للغدة الدرقية بالقياس الروتيني لكالسيتونين المصل باعتباره اختبار كشف يكشف وجود سرطان الغدة الدرقية النخاعي عند المرضى الذين يعانون من عقيدات الغدة الدرقية. كما تُوصي الجمعية الأمريكية للغدة الدرقية بأن يقرر الأطباء ما إذا كانت هذه التقنية مفيدة في عياداتهم للمرضى.
- هناك أوقات تكون فيها نتائج عينة الخزعة بالإبرة الدقيقة (FNA) غير محددة، وهو ما يسمى أيضًا بالنتيجة "غير المحددة" أو "المشتبه فيها" أو "غير المؤكدة" أو "غير الحاسمة" لعينة الخزعة بالإبرة الدقيقة (FNA). ومن الممكن أن يكون هناك اختلاف في الكلمات لأن أخصائي علم الأمراض قد يستخدموا صيغ مختلفة بعض الشيء. إذا تلقيت نتيجة هذا الاختبار، فقد يطلب منك طبيبك إجراء اختبار الخزعة بالإبرة الدقيقة (FNA) مرة أخرى في أقرب وقت ممكن (عادة ما يكون خلال 3-6 أشهر). وعند تكرار اختبار الخزعة بالإبرة الدقيقة، ينبغي استخدام الموجات فوق الصوتية.
- إذا تلقيت نتيجة غير محددة، فقد يوصي طبيبك بالاختبار الجزيئي (الجيني) للبحث عن دليل جيني على الإصابة بسرطان الغدة الدرقية. يحتوي القسم 7 من هذا الكتيب (ص 20) على مزيد من المعلومات عن الاختبار الجزيئي.

- إذا كانت نتائج خزعة بالإبرة الدقيقة مشتبه في أنها لسرطان الغدة الدرقية، فقد يوصي طبيبك بالجراحة. لذا ناقش كافة التوصيات للتأكد من أنك تفهم أسبابها الخاصة.
- إذا كانت نتائج خزعة بالإبرة الدقيقة غير محددة، ولكن خصائص الموجات فوق الصوتية لعقيدة الغدة الدرقية مشكوك فيها بشدة، فقد يوصي طبيبك بالجراحة لاستئصال العقيدة.
- قد يكون من المفيد إعطاء نتائج غير المحددة لأخصائي علم أمراض آخر كي يراجعها للحصول على رأي آخر. وقد يكون أخصائي الباثولوجيا الخلوية قادرًا على تفسير عينة الخزعة بالإبرة الدقيقة الخاصة بك للعثور على إجابة أكثر تحديدًا. وينبغي أن يكون طبيبك داعمًا لك في الحصول على رأي ثاني، وقد يكون باستطاعة طبيبك أن يحيلك إلى أخصائي، إذا كنت بالفعل لا تجد أحدهم. ويُمكنك أيضًا زيارة مواقع المؤسسات الطبية المهنية التالية التي تضم قوائم أطباء الغدة الدرقية الأخصائيين. وتُعد هذه المؤسسات مصدر مساعدة في العثور على أخصائي باثولوجيا خلوية أو غيره من الأخصائيين للحصول على رأي ثانٍ، وتشمل هذه المؤسسات ما يلي:
 - الجمعية الأمريكية للغدة الدرقية
 - الجمعية الأمريكية لأطباء الغدد الصماء
 - مؤسسة الهرمونات التابعة لجمعية الغدد الصماء
- أحيانًا ما تشير تقارير الخزعة بالإبرة الدقيقة إلى "عينة غير كافية" أو "عينة غير تشخيصية" أو "عينة غير مرضية" أو يُشير إلى كلمات مماثلة. وهذا يعني أن الخزعة بالإبرة الدقيقة لا تقدم ما يكفي لعينة الاختبار. لذلك، يجب تكرار الخزعة بالإبرة الدقيقة، وعادة ما يحدث هذا خلال 3 إلى 6 أشهر من تاريخ إجراء اختبار الخزعة بالإبرة الدقيقة الأصلي، ومع ذلك فقد يتكرر الاختبار أحيانًا خلال فترة زمنية أقصر من ذلك.

6. الخزعة بالإبرة الدقيقة (FNA): ما هو متوقع؟

تُعد الخزعة بالإبرة الدقيقة الطريقة الرئيسية لاكتشاف ما إذا كانت عقيدة الغدة الدرقية لك سرطانية أو حميدة. إذا لم تستطع الخزعة بالإبرة الدقيقة تحديد أي نوع من العقيدات موجود، فقد يتم تحويلك للاختبار الجزيئي/الجيني.

النقاط الرئيسية:

- أخبر طبيبك بجميع الأدوية والمكملات التي تتناولها، بما في ذلك الأسبرين والعقاقير المضادة للالتهابات الستيرويدية وكذا بصفات مخففات الدم مثل الأرجاتروبين أو براداكسا أو وارفارين أو زاريلتو. قد ينصحك طبيبك بالتوقف عن تناول أدوية معينة قبل بضعة أيام من اختبار الخزعة بالإبرة الدقيقة. وإذا حدث ذلك، لا تنسى أن تسأل طبيبك عن الوقت الذي يُمكنك فيه استئناف تناول دوائك.
- لست في حاجة إلى التوقف عن الطعام والشراب أو تغيير معظم الأدوية قبل إجراء الخزعة بالإبرة الدقيقة.
- عند وصولك لإجراء اختبار الخزعة بالإبرة الدقيقة، ارتدي ملابس تُسهل على الطبيب فحص رقبتك. وإذا كنت ترتدي قميص برقبة طويلة أو قميص بياقة، فيجب أن يكون بهذا القميص أزار أو سحاب كي تُتيح للطبيب الوصول إلى رقبتك بسهولة لإجراء اختبار الخزعة بالإبرة الدقيقة. تجنب ارتداء المجوهرات حول الرقبة أو الأقراط الكبيرة.
- سيتم مسح رقبتك بمسحة من الكحول، ثم يتم تحفيها بقطعة من الشاش.
- قد يشمل الأطباء الذين يقومون بإجراء الخزعة بالإبرة الدقيقة أخصائي الغدد الصماء وأخصائي أمراض الباطنية والجراحين وأخصائي على الأمراض وأخصائي الأشعة وغيرهم من الأطباء الذي قد تعلموا كيفية القيام بالإجراءات والذين لديهم المرافق المادية اللازمة.
- تستخدم الخزعة بالإبرة الدقيقة إبرة صغيرة جدًا، وهي أنحف من الإبرة المستخدمة في سحب عينات الدم، وذلك لسحب الخلايا من العقيدة في غدتك الدرقية. وتكون الخطورة الناجمة عن سحب العينة من الغدة الدرقية باستخدام الخزعة بالإبرة الدقيقة هي نفس الخطورة عندما يتم سحب الدم منك، بما في ذلك حدوث تورم طفيف وألم وكدمة.
- سيتم وضع الخلايا على شرائح زجاجية، ثم يتم فحصها تحت المجهر.

- نظرًا لأن الإبرة صغيرة جدًا، فلا حاجة أن لحقن مخدر. ومع ذلك، قد يطلب منك أن تثبت كمادة ثلجية على المنطقة المراد تقييمها، لكي يُعطى لك تخديرًا طفيفًا. بالنسبة لبعض المرضى، قد يتم رش الجلد بـكلوريد إيثيل، وهي طريقة أخرى لإعطاء التخدير الطفيف. ينبغي عليك أن تتناقش مع طبيبك حول ما إذا كنت تريد تخدير لأخذ الخزعة.
- ربما ستستلقي على ظهرك من أجل إجراء الخزعة بالإبرة الدقيقة نفسها. وسيتم وضع وسادة أو منشفة أسفل لوح الكتف لكشف رقبتك بالكامل.
- لا يتم إدخال الإبرة إلا لفترة قصيرة جدًا (أقل من 10 ثوان). ويمكنك التنفس أثناء الإجراء، ولكن يُحظر عليك التحدث أو البلع. يأخذ معظم المرضى ثلاثة إبر للحصول على عينة ملائمة على الرغم من أن البعض يطلب أكثر من ذلك.
- عادة ما يستغرق إجراء الخزعة بالإبرة الدقيقة حوالي 30 دقيقة، بالإضافة إلى وقت للتسجيل والأعمال الكتابية الأخرى، ولا تستغرق كل إبرة سوى بضع دقائق فقط.
- لا يحتاج معظم المرضى إلى وضع ضمادة أو وصفة لتسكين الألم بعد إجراء الخزعة بالإبرة الدقيقة. إن لم يكن لديك أي موانع استعمال (ما يعني أن الاستخدام غير مستحسن لك)، يمكنك أن تتناول تيلينول أو تستخدم كمادة باردة (مكعبات ثلج في كيس بلاستيك)، إذا كنت تعاني من الألم.
- يجب ألا يعيق الإجراء حياتك اليومية، حيث يستطيع معظم المرضى القيادة أو ممارسة نشاط أو العمل بعد إجراء الخزعة بالإبرة الدقيقة مباشرة، ومع ذلك فلا يوصى برفع الأحمال الثقيلة. أسأل طبيبك عن أي قيود لازمة في حالتك ولأي مدة ستستمر هذه القيود.
- سيتم إرسال عينات الخزعة بالإبرة الدقيقة الخاصة بك إلى مختبر باثولوجيا (علم الأمراض)، حيث سيقوم أخصائيو بفحص الخلايا لتحديد التشخيص الخاص بك. وسيواصل الأخصائيو مع طبيبك، الذي غالبًا ما سوف يخبرك بالنتائج خلال 48-72 ساعة. يجب إرسال الدراسات الجزيئية إلى معمل متخصص، وعادةً ما تستغرق مدة 3-4 أسابيع للحصول على نتائج.
- سيعطيك بعض الأطباء النتائج عبر الهاتف، بينما يُفضل البعض الآخر أن يأتي المريض إلى المكتب لإعطاء النتائج له شخصيًا. يطلب بعض الأطباء من المرضى أن يأتوا لزيارات المتابعة بعد أسبوع واحد من إجراء الخزعة بالإبرة الدقيقة لإعطائهم النتائج وإخبارهم بمعلومات عن المتابعة. ينبغي عليك أن تتناقش مع طبيبك حول الطريقة التي تريد أن تلقي بها نتائج الاختبار.

ملاحظات المحرر: تم اقتباس المعلومات الواردة في هذا القسم من خزعة الغدة الدرقية بالإبرة الدقيقة: دليل المريض بقلم Yolanda C. Oertel، حاصل على درجة دكتور في الطب، وأخصائي باثولوجيا خلوية. يُتاح الكتيب مجانًا من جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية (www.thyca.org)، كما يتوفر أيضًا دليل الطبيب بقلم دكتور Oertel: خزعة الغدة الدرقية بالإبرة الدقيقة: الدليل الإجرائي للطبيب.

7. الاختبار الجزيئي لسرطان الغدة الدرقية

باستخدام التكنولوجيا المتاحة حديثاً، يستطيع الأطباء الآن اختبار عينات الخزعة بالإبرة الدقيقة غير المحددة والتي تم أخذها في وقت الخزعة بالإبرة الدقيقة الخاصة بالدليل الجيني لسرطان الغدة الدرقية.

يُسمى هذا أحياناً باختبار "العلامات الجزيئية"، لأن الاختبارات تبحث عن دليل جزيئي جيني على المرض الخبيث (السرطان) في عينة من عقيدات الغدة الدرقية.

تتوافر أنواع مختلفة من الاختبارات للكشف عن العلامات الوراثية الجزيئية في عقيدة الغدة الدرقية، وتشمل ما يلي:

- اختبار **Afirma®** (أفيرما) هو مصنّف التعبير الجيني.
- يتم دمج اختبار **RosettaGX Reveal®**، مصنّف miRNA (الرنا الميكروي)، واختبار **ThyraMIR**، مصنّف miRNA (الرنا الميكروي) مع اختبار **ThyGenX**، مجموعة طفرة وراثية 8.
- اختبار **ThyroSeq®** هو عبارة عن طفرة وراثية واندماج الجينات وتحليل التعبير الجيني.

تبحث هذه الاختبارات عن الأنواع المختلفة للدليل الجزيئي. وجميعها يستخدم لنفس الغرض: لتبين ما إذا كان المرض الخبيث أو السرطان موجود في عينة الخزعة بالإبرة الدقيقة أم لا.

تعد مصنفات الجينات ThyroSeq و Afirma الأفضل في تنبؤ احتمالية أن تكون العقيدة ذات السيتولوجيا غير المحددة حميدة (ليست سرطان). وتعد مصنفات المجموعة الطفرية ومصنفات miRNA الأفضل في التنبؤ بما إذا كانت العقيدة غير المحددة خبيثة (سرطان). يتميز اختبار ThyroSeq بقدرة فريدة على أن يُحدد نتائج الاختبار سواء كانت مؤكدة للسرطان أو مستبعدة له.

تُساعد نتائج هذا الاختبار على تحديد ما إذا كانت الجراحة لازمة أم لا. ولذلك، قد يساعد الاختبار الجزيئي على الحد من عدد الجراحات غير الضرورية.

قبل أن يصبح هذا الاختبار متاحًا، تم إجراء جراحة على الغدة الدرقية لمعظم المرضى ذوي النتائج "غير المحددة"، وغالبًا ما كان يظهر تحليل الأنسجة النهائي أن العقيدة كانت حميدة. ولا يزال يجري تقييم هذه الاختبارات الجزيئية في الممارسة السريرية الروتينية، ولكن يتفق جميع الخبراء على أن الاختبارات ستقل عدد الجراحات غير الضرورية على عقيدات الغدة الدرقية غير المحددة. سيتحدث معك طبيبك حول ما إذا كان هذا الاختبار الإضافي ضروريًا، وما هو الاختبار الأفضل لعقيدة الغدة الدرقية ونتائج الخزعة الخاصين بك.

نقاط لا تُنسى حول الاختبار الجزيئي:

- لا يتم استخدام هذه الاختبارات كاختبار تشخيصي، ولكن بدلاً من ذلك لا يتم استخدامها إلا بعد ظهور النتيجة غير المحددة للخزعة بالإبرة الدقيقة، وذلك من أجل تقديم مزيد من المعلومات التي ستحدد ما إذا كانت الجراحة لازمة أم لا.
- يمكن أن تساعد الاختبارات الأطباء على أن يقرروا ما إذا كانت الجراحة ضرورية ومدى جراحة الغدة الدرقية (استئصال الفص مقابل الاستئصال الكامل للغدة الدرقية)، وفي حالة عدم حدوث ذلك، وتحديد نوع العلاج أو المراقبة الأفضل لك. أما إذا تلقيت نتيجة "غير محددة"، فقد تحتاج للتحدث مع طبيبك عن إجراء اختبار على هذه العلامات الجزيئية.

8. إذا كانت العقيدة حميدة

إذا كانت عقيدة الغدة الدرقية حميدة، فيجب أن تتمثل المتابعة في كلٍ من الملاحظة الدورية أو "الانتظار المرتقب".

إذا تغير حجم العقيدة على مدى فترة زمنية، فينبغي عليك الترتيب لإجراء اختبار إضافي.

ناقش موقفك مع طبيبك لكي تفهم ما هي الأمور الموصى بها، وما أسباب ذلك.

9. إذا كانت العقيدة مصابة بسرطان الغدة الدرقية: نظرة موجزة على الخطوات

اللاحقة

ستخضع لعلاج مناسب لظروفك الخاصة، ونوع عقيدة الغدة الدرقية.

هناك أربعة أنواع من سرطان الغدة الدرقية: السرطان الحليمي والجريبي والنخاعي والكشمي. كما يطلق على السرطان الحليمي والجريبي المسامياسم "سرطان الغدة الدرقية المتمايز" ويكون لهذين المرضين توقعات ممتازة على المدى الطويل إذا تم تشخيصهما وعلاجهما في مرحلة مبكرة. ويكون كل من سرطان الغدة الدرقية النخاعي وسرطان الغدة الدرقية الكشمي أكثر تعقيداً، إلى جانب صعوبة علاجهما.

إذا كانت عقيدة الغدة الدرقية لديك سرطانية، سيعتمد علاجك على أي نوع من سرطان الغدة الدرقية بالعقيدة، سواء أكان قد انتشر السرطان إلى العقد الليمفاوية الموضوعية أو إلى المواقع البعيدة (الرئة أو العظام على الأرجح)، كما سيعتمد على عمرك في وقت التشخيص وغيرها من العوامل.

قد تكون أحياناً العقيدة المصابة بسرطان الغدة الدرقية النخاعي أو الكشمي بها سرطان غدة درقية متمايز. لذا تتناول توجيهات الجمعية الأمريكية للغدة الدرقية الخاصة بسرطان الغدة الدرقية النخاعي والكشمي سبل اتخاذ قرار العلاج بشأن هذه الحالات.

قد يشمل علاج سرطان الغدة الدرقية ومتابعته ما يلي:

- الجراحة - عادة ما تكون الجراحة الخطوة الأولى لعلاج العقيدات السرطانية الكبيرة. وقد تشمل الجراحة لبعض المرضى على استئصال الفص (إزالة فص واحد من الغدة الدرقية). وبالنسبة للمرضى الآخرين، قد يوصى باستئصال الغدة الدرقية بالكامل. وتستند التوصية الخاصة بحجم الجراحة إلى نتائج الاختبار الخاصة بكل مريض على حدة. ويجري توظيف الممارسة المتطورة "للمراقبة النشطة" بشكل متزايد في اليابان بالنسبة للعقيدات الصغيرة المفردة (أقل من 1 سم) والتي تقع في منتصف الغدة الدرقية، لدى المرضى فوق سن 65 سنة.
- اجتثاث باليود المشع لبعض المرضى الذين يعانون من سرطان الغدة الدرقية الحليمي أو سرطان الغدة الدرقية الجريبي أو متغيراتها. ينبغي عليك أن تتناقش مع طبيبك حول ما إذا كان اليود المشع علاجاً مفيداً لحالتك.
- العلاج باستبدال هرمون الغدة الدرقية لأي شخص خضع لجراحة استئصال معظم أجزاء الغدة الدرقية أو تم استئصالها بالكامل أو استخدام هرمون الغدة الدرقية التكميلي لبعض المرضى الذين قد خضعوا لجراحه استئصال الغدة الدرقية بشكل جزئي. سيساعد قياس فحص الدم للهرمون المنبه للغدة الدرقية (TSH) على تحديد هذا القرار.
- حزمة الإشعاع الخارجية، بما في ذلك إشعاع سكين جاما - لبعض المرضى الذين يعانون من السرطان واسع الانتشار والسرطان الاجتياحي. لكن يقل استخدام هذا العلاج.
- العلاج الكيميائي، بما في ذلك العلاجات المستهدفة الجديدة، والتي تكون أحياناً في تجربة سريرية - لبعض المرضى. ونادراً ما يكون هذا العلاج مطلوباً لحسن الحظ.
- هناك طرائق علاج إضافية، مثل الاجتثاث بالترددات الراديوية وحقن الإيثانول (الكحول) عن طريق الجلد والاجتثاث الحراري تُستخدم في ظروف محددة. وتُعد أيضاً الأنواع المختلفة للعلاجات المناعية تجارب سريرية.
- يخضع مرضى سرطان الغدة الدرقية إلى اختبارات متابعة دورية مثل فحص مستويات هرمون الغدة الدرقية بالدم وعلامات الورم (الغلوبيولين الدرقي والأجسام المضادة للغلوبيولين الدرقي لسرطان الغدة الدرقية الكشمي وهرمون

الكالسيتونين والمستضد السرطاني المضغي لسرطان الغدة الدرقية النخاعي) والموجات فوق الصوتية وأنواع التصوير الأخرى. يستند نوع الاختبار وتكراره إلى نوع سرطان الغدة الدرقية الذي يعاني منه المرضى وكذلك الظروف الفردية لسرطان الغدة الدرقية لديهم.

نقاط يجب وضعها في الاعتبار:

- ناقش حالتك وعلاجك مع طبيبك الخاص حتى تفهم الأمور الموصى بها وأسبابها.
- قد يشمل علاج سرطان الغدة الدرقية استئصال معظم السرطان أو استئصاله بأكمله للمساعدة على منع عودة (انتكاسة) المرض أو انتشاره (انتقاله من عضو إلى آخر).
- غالبًا ما يستخدم في علاج سرطان الغدة الدرقية طريقتين أو أكثر من طرق العلاج المذكورة أعلاه.
- توقع إجراء اختبار المتابعة عليك والمراقبة طوال فترة حياتك.

10. الحمل وعقيدات الغدة الدرقية

يكون التقييم بشكل عام هو نفس التقييم بالنسبة للسيدات غير الحوامل.

- إذا كان هرمون منبه درقية TSH عند المرأة الحامل طبيعياً أو إذا كانت تعاني من قصور الدرقية، ينبغي إجراء الخزعة بالإبرة الدقيقة، إذا كانت العقيدة ذات صلة سريرية.
- إذا الهرمون المنبه للدرقية أقل من المعدل الطبيعي، فيمكن تأجيل الخزعة بالإبرة الدقيقة إلى ما بعد الحمل وإيقاف الرضاعة، ثم يمكن إجراء مسح 1-123 لتقييم وظيفة العقيدة إذا ظل الهرمون المنبه للدرقية مكبوتا (أقل من المعدل الطبيعي).
- إذا كانت العقيدة بها سرطان غدة درقية حليمي وتزايدت بشكل كبير، أو إذا كان هناك اشتباه في الانتشار إلى الغدد الليمفاوية، فينبغي النظر في إجراء الجراحة. وإن لم ينمو السرطان (العقيدة) أو ينتشر إلى العقد الليمفاوية، أو إذا تم اكتشافه في النصف الثاني من الحمل، ففي المعتاد، يمكن تأجيل الجراحة.
- إذا أظهرت نتيجة الخزعة بالإبرة الدقيقة اشتباه وجود سرطان الغدة الدرقية الحليمي، فيتم الحفاظ على الهرمون المنبه للدرقية عند معدل 0.1 إلى 1.0 خلال فترة الحمل.

11. الأطفال والمراهقون: عقيدات الغدة الدرقية وسرطان الغدة الدرقية

تتشابه الخطوات وسبل رعاية الأطفال والمراهقين المصابين بعقيدات الغدة الدرقية أو سرطان الغدة الدرقية بدرجة كبيرة مع الأمور المتبعة للبالغين مع إدخال تعديلات تستند إلى اختلافات مثل توقع سير مرض سرطان الغدة الدرقية عند الشباب المتمتعين بصحة جيدة، على الرغم من أن انتشار المرض إلى الغدد الليمفاوية أو أبعد من ذلك يكون أمراً أكثر شيوعاً عند البالغين.

يتوافر على قناة جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية على موقع YouTube مقاطع فيديو تُوضح العقيدات وسبل الرعاية عند الشباب يُقدمها خبراء، فضلاً عن التوجيهات التفصيلية حول السيطرة على سرطان الغدة الدرقية عند الأطفال، والتي نشرتها الجمعية الأمريكية للغدة الدرقية.

12. معلومات أساسية عن الغدة الدرقية

لماذا تُعد الغدة الدرقية عضوًا مهمًا؟ الغدة الدرقية عبارة عن غدة صماء تؤثر على طريقة شعورك وعلى طريقة عمل جسمك. وهي تنتج هرمونات تنتشر في الدم ثم إلى باقي الجسم.

أين توجد الغدة الدرقية، وما هو حجمها؟

تقع الغدة الدرقية في الجزء الأمامي من الرقبة، أسفل الحنجرة أو تفاحة آدم مباشرة. وفي العادة لا تستطيع الشعور بالغدة الدرقية السليمة من خلال الجلد.

تُعد هذه الغدة صغيرة الحجم، حيث تزن عند البالغين قرابة نصف إلى ثلاثة أرباع أوقية (14 إلى 20 جرام)، ويبلغ عرضها حوالي 2.5 سم (بوصة واحدة). وهي على شكل فراشة بجناح واحد (فص) على كل جانب من جوانب القصبة الهوائية (الرغامى). يتصل الفصان عن طريق قطعة نسيج رقيقة تُسمى البرزخ.

تحتوي الغدة الدرقية على نوعين مهمين من الخلايا. وتكون هذه الخلايا عبارة عن خلايا جريبية درقية وخلايا C (والتي يشار إليها أيضا بالخلايا المجاورة للجريب). تنتج خلايا C الكالسيتونين، وهو هرمون معين يساعد على تنظيم استخدام الكالسيوم بالجسم. يكون سرطان الغدة الدرقية المتميز والسرطان الكشمي عبارة عن سرطانات بالخلايا الجريبية. كما يكون سرطان الغدة الدرقية النخاعي عبارة عن سرطان في خلايا C.

ما هي الغدة جار الدرقية؟

الغدة جار الدرقية هي عبارة عن أربعة غدد صغيرة خلف الغدة الدرقية، وهي تنتج الهرمون الدرقي، الذين يكون له أهمية في تنظيم مستويات الكالسيوم بجسمك.

ما هي وظيفة الغدة الدرقية؟

تنتج الغدة الدرقية الهرمونات الدرقية التي تؤثر على كل نسيج من أنسجة الجسم، اعتماداً على طبيعة النسيج. حيث يحمل مجرى الدم الهرمونات الدرقية إلى جميع أجزاء جسمك.

والتأثير الرئيسي للهرمونات الدرقية هو تنظيم استقلاب الجسم. ينظم الهرمون الدرقي معدلات استقلاب الكربوهيدرات والبروتين والدهون: والنمو والتطوير والتطور الجسماني والعقلي والوظائف. وفي القلب، يؤثر الهرمون الدرقي على معدل ضربات القلب.

والأشخاص الذين يعانون من عقيدات الغدة الدرقية التي من المحتمل أن تكون سرطانية عادة ما يكون لديهم مستويات طبيعية من هرمون الدرقية. كما لا يصاب بالسرطان معظم الأشخاص الذين تكون لديهم مستويات هرمون الدرقية عالية أو منخفضة.

تكون اضطرابات الغدة الدرقية التي تشمل ارتفاع أو انخفاض مستويات هرمون الدرقية أكثر شيوعًا من سرطان الغدة الدرقية. يمكن أن تؤدي هرمونات الغدة الدرقية القليلة جدا في مجرى الدم إلى حالة تعرف باسم قصور الدرقية والتي تسبب في إبطاء الاستقلاب وقد تجعل الأشخاص يشعرون بالإجهاد والتعب. كما يمكن أن تؤدي الهرمونات الدرقية الكثيرة جدا في مجرى الدم إلى حالة تعرف باسم فرط الدرقية والتي تتسبب في تسريع الاستقلاب ويمكن أن تؤدي إلى زيادة معدل ضربات القلب من جملة الأعراض الأخرى.

وعادة ما يكون قصور الدرقية وفرط الدرقية غير متعلق بسرطان الغدة الدرقية. ومع ذلك، ينبغي على أي شخص يعاني من أي من الحالتين أن يناقش العلاج مع طبيبه، لأن لكل من الحالتين تأثير سلبي خطير على صحة الشخص العامة وعلى نوعية حياته.

ما هو سرطان الغدة الدرقية؟

يُعد السرطان مصطلحًا مستخدمًا للإشارة إلى الأمراض التي تنتشر فيها خلايا غريبة دون وجود تحكم مما تتمكن من إصابة الخلايا الأخرى بالمرض. يمكن للخلايا السرطانية أن تنتشر إلى الأجزاء الأخرى من الجسم من خلال الدم والأجهزة الليمفاوية.

ينمو سرطان الغدة الدرقية في خلايا الدرقية، حيث يُطلق على عمليات النمو في الغدة الدرقية اسم "العقيدات". وتكون عقيدات الغدة الدرقية أمرًا شائعًا، حيث تكون معظمها حميدة، حيث تبلغ الإصابة بالعقيدات السرطانية حالة واحدة من بين 10 حالات.

ما الذي يسبب سرطان الغدة الدرقية؟

من غير المعروف السبب في إصابة بعض الناس بسرطان الغدة الدرقية بينما لا يصاب البعض الآخر. ومع ذلك لا يمكن لأحد أن يلتقط سرطان الغدة الدرقية من شخص آخر.

ويكون الأشخاص الذين يعانون من عوامل خطيرة معينة أكثر عرضه من غيرهم للإصابة بسرطان الغدة الدرقية. ومع ذلك لا يصاب بسرطان الغدة الدرقية معظم الأشخاص الذين يعانون من عوامل خطيرة شائعة.

تشمل بعض عوامل الخطورة ما يلي:

- التعرض لإشعاع معين (مثل الإشعاع المؤين، نوع من الإشعاع المستخدم في الأشعة السينية)، وخاصة خلال مرحلة الطفولة. ومع ذلك، لا تُعد موجات الراديو والموجات الدقيقة وغيرها من الموجات الشائعة من عوامل الخطورة للإصابة بسرطان الغدة الدرقية.
- التاريخ المرضي الشخصي أو العائلي لداء الدراق (تضخم الغدة الدرقية).
- بعض المتلازمات الجينية الموروثة.

13. العثور على الطبيب المناسب لك

تكون الخبرة المتخصصة مهمة، حيث يحتاج المرضى الذين يعانون من عقيدات الغدة الدرقية إلى اختبار ومتابعة بناءً على المعلومات المتاحة حاليًا.

يقدم هذا القسم تعليقات عامة عن اختيار الطبيب جنبًا إلى جنب مع بعض النقاط المحددة التي يجب أخذها في الاعتبار، إلى جانب قائمة بمصادر العثور على الأطباء لتقديم المشورة لك أو لطبيبك أو لتقديم المشورة عن علاجك.

قد يشمل اختبار ومتابعة عقيدات الغدة الدرقية فريق من الأطباء ومعهم طبيب قائد للفريق. ومن المحتمل أن تزور طبيب واحد أو أكثر بالإضافة إلى طبيب عائلتك.

قد يشمل الأخصائيين المشتركين في تقييم عقيدات الغدة الدرقية ما يلي:

- أخصائي الغدد الصماء
- جراح الغدد الصماء أو غيره من الجراحين.
- أخصائي الباثولوجيا (علم الأمراض) أو أخصائي الباثولوجيا الخلوية.

إليك بعض النقاط التي يجب وضعها في الاعتبار:

- إن لم تكن متواجد بالقرب من مركز طبي ذو خبرة واسعة في هذا المجال الصحي، فمن ثم، من المهم العثور على طبيب مستعد للتشاور مع خبير متخصص. وينبغي على أطباءك أن يكونوا على استعداد للتشاور مع الأخصائيين الذين يجيدون تقييم عقيدة الغدة الدرقية ومتابعتها.
- يوجد على موقع جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية روابط لجمعيات مهنية مع قوائم بأعضائها من الأطباء المشاركين في مشاكل الغدة الدرقية.
- لقد تحدث العديد من الأخصائيين في مؤتمرات جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية وورش عملها. ويمكن العثور على أسماءهم بالدخول على هذا الرابط <http://thyca.org/conference.htm>
- يتكون أعضاء [المجلس الاستشاري الطبي \(Medical Advisory Council\)](http://thyca.org/conference.htm) لجمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية من أخصائيين، ويمكن العثور على أسماء هؤلاء الأخصائيين وسيرهم الذاتية الموجزة بالدخول على الرابط: www.thyca.org/about-us/medical-advisors/
- يتقاسم أيضًا المشاركون في مجموعات الدعم المجانية على شبكة الإنترنت ومجموعات الدعم المحلية لجمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية أسماء الأخصائيين المشاركين في الرعاية الخاصة بهم. لمعرفة المزيد عن المجموعة وللمشاركة فيها، يُرجى زيارة قسم مجموعات الدعم على موقعنا، على الرابط: www.thyca.org/sg/

14. نصائح الإعداد لمواعيد الطبيب

(مقتبسة من مواد من مركز مستشفى واشنطن في العاصمة)

1. أحضر صورة من بطاقة الهوية، وبطاقة التأمين الصحي لك (إن وجدت)، والإحالة الخاصة بك إذا كانت مطلوبة للتأمين الخاص بك.
2. أحضر ملخص لتاريخك الصحي، على سبيل المثال: تقرير باثولوجيا تم إعداده من إجراء سابق لخزعة بالإبرة النخيفة، ونتائج تصوير / مسح ونتائج اختبار مخبري سابق متعلقة بالغدة الدرقية.
3. أحضر الأدوية التي تأخذها، ويشمل هذا وصفات الأدوية والأدوية المتاحة بدون وصفة والمكملات الغذائية، بما في ذلك الجرعة (القوة) والتكرار (عدد مرات أخذك للمكمل الغذائي كل يوم).
4. قد يكون الاختبار والعلاج عملية مرهقة، ومن المستحسن تدوين الأسئلة حتى لا تنسى أن تسأل عن أي شيء مهم لك. يستحسن تدوين ملاحظات بشأن إجابات / تعليمات طبيبك.
5. احتفظ بملاحظاتك وسجلاتك في إضبارة أوراق أو حافظة ملفات لتنظيمها.
6. خطط للوصول قبل 15 دقيقة من موعدك.
7. اجلب شيئاً يمكنك القيام به لشغل وقتك وإيقائك هادئاً أثناء الانتظار.

15. نصائح للتواصل مع طبيبك وتذكر تعليماته

يعد التواصل الجيد مع أطباءك أحد المفاتيح للحصول على رعاية طبية جيدة.

- اذهب برفقة أحد أفراد الأسرة أو أحد الأصدقاء إلى اللقاء، لضمان استيعاب نصائح الطبيب.
- اطلب من أحد الأشخاص تدوين ملاحظات
- اطلب تفسيرًا للمصطلحات والتعاريف غير المألوفة.
- اطلب الحصول على وسائل إيضاحية، حيث إن رؤية ما يتحدث عنه طبيبك على الرسم البياني أو الوسائل الإيضاحية سيساعدك على التذكر.
- اطلب الحصول على أي معلومات مطبوعة متوفرة لدى طبيبك.
- اترح الأسئلة، كن محامياً لنفسك وساعد طبيبك في تحديد ما هو أنسب لك.
- (مقتبسة من نصائح باجتماعات مجموعة الدعم التابعة لجمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية ومن فريق عملها: دليل مريض السرطان للتحدث مع الطبيب من تأليف *L.R. Brusky* وآخرين).

16. أسئلة قد تريد طرحها حول العقيدات

للحصول على مزيد من الأسئلة التي يمكن طرحها خلال اللقاء، أدخل على الرابط www.thyca.org وضع في مربع البحث عبارة "أسئلة للطرح" ("Questions to ask").

تذكر أن العلاج يختلف من مريض لآخر، وتستند الإجابات إلى الحالات الفردية.

بخصوص عقيدة الغدة الدرقية

- ما هو نوع عقيدات الغدة الدرقية التي أعاني منها؟
- هل عقيدة الغدة الدرقية لدي حميدة أم خبيثة؟
- إذا كانت عقيدة الغدة الدرقية خبيثة، ما هي مرحلة سرطان الغدة الدرقية الذي أعاني منه؟

بخصوص أي اختبار متابعة وأي علاج يجري مناقشته

- ما هي خيارات اختبائي أو علاجي؟
- ما هي مزايا وعيوب الاختبار أو العلاج الموصى به؟
- ما هي الآثار الجانبية قصيرة الأمد؟ ما هي الآثار الجانبية طويلة الأمد المحتملة؟ ما الذي يمكنه أن يساعد على منع الآثار الجانبية؟ ما الذي سيساعدني في التغلب عليها إذا حدثت؟
- ما الذي يحدث عندما ينتهي علاجي؟
- كيف سيغير العلاج حياتي اليومية

المزيد من المواضيع المحتملة للمناقشة:

- الجراحة
- الاختبارات الأخرى
- العلاجات الأخرى
- الرعاية بالمتابعة طويلة الأمد
- استبدال هرمون الغدة الدرقية
- ما هو متعلق بتكهناتي (التنبؤ بمستقبل تطور المرض)

نقاط يجب وضعها في الاعتبار:

- اطرح الأسئلة. تكون الزيارات الطبية مخصصة لك. وتذكر أيضًا أنه لا يجب عليك الحصول على جميع الإجابات على الفور.
- قد تتغير بعض الإجابات مع مرور الزمن، بناء على التغيرات في حالتك الطبية الشخصية وأوجه التقدم في البحث.

17. التعايش مع سرطان الغدة الدرقية

إذا اكتشفت أن عقيدة الغدة الدرقية لديك سرطانية، يرجى أن تتذكر أن رحلة كل شخص مصاب بسرطان الغدة الدرقية فريدة من نوعها. تذكر أنك لست وحدك.

إن جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية جاهزة لمساعدتك للتغلب على تحديات هذا المرض من جميع النواحي. لقد نشرنا كتيبات مجانية ممتلئة بالمعلومات والنصائح المفيدة للتغلب على كل نوع من أنواع سرطان الغدة الدرقية. ويمكن تنزيل هذه الكتيبات من صفحتنا الرئيسية على موقعنا www.thyca.org بصيغة ب يدي إف أو الحصول عليها كنسخة إلكترونية (ePub) (على أي تيونز أو جوجل بلاي)، أو يمكن أن تطلب منا نسخة على البريد الإلكتروني.

- أساسيات سرطان الغدة الدرقية (عن جميع أنواع سرطان الغدة الدرقية) (Thyroid Cancer Basics)
- سرطان الغدة الدرقية الكشمي (Anaplastic Thyroid Cancer)
- سرطان الغدة الدرقية النخاعي (Medullary Thyroid Cancer)
- هناك المزيد من الكتيبات قيد التطوير

استفاد العديد من المرضى ومقدمي الرعاية الصحية من الأسئلة المقترحة من قبل أخصائي الأورام، A. B. Weir، الحاصل على درجة دكتور في الطب الموجودة بكتاب "When Your Doctor Has Bad News".

- كيف سأتعلم التعايش مع مرضي؟
- ما هي حالتي الآن؟ كيف يمكنني الاهتمام؟
- هل أنا مكلف بمهمة جديدة؟
- ما هي الهدايا التي يمكنني تقديمها؟
- كيف أهيئ أحبائي على التعايش مع مرضي؟
- هل أعيش أفضل حالاتي خلال هذا النمط من الحياة؟

ندعوك للعثور على الدعم والتتقيف من مجموعات الدعم المحلية المجانية والمجموعات المجانية على شبكة الإنترنت والأحداث الخاصة بجمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية.

18. لمزيد من المعلومات - موقع جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية والكتيبات

والفيديوهات والأحداث والمزيد

إن جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية (ThyCa) موجودة من أجلك، فنحن نقدم المعلومات والدعم لمرضى سرطان الغدة الدرقية وكذلك المرضى الذين يعانون من عقيدات الغدة الدرقية التي يجري دراستها لتحديد التشخيص.

1. الموقع الإلكتروني، اذهب إلى الموقع بالدخول على الرابط www.thyca.org

تم تطوير الموقع الإلكتروني من قبل المرضى ومقدمي الرعاية والأطباء. خضعت المعلومات الطبية إلى مراجعة وتنقيح من قبل أكثر من 50 خبيرًا.

إن الموقع شامل جدًا، حيث يقدم معلومات ودعم وتقويم للفعاليات ومجموعات دعم وخدمات دعم مجانية مضافة وأدوات وعي وحملات جمع للتبرعات البحثية وغيرها من الأشياء. ستجد تفاصيل عن الكشف والأعراض والعلاج والمتابعة من الخبراء البارزين في المجال. وتتوافر المواد بعشرة لغات: الإنجليزية والصينية والفرنسية واليونانية والعبرية والإيطالية واليابانية والبرتغالية والروسية والإسبانية.

2. فيديوهات الخبراء على قناة جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية على موقع YouTube.

3. تقويم الأحداث. يقوم التقويم بإدراج عشرات الفعاليات المجانية برعاية جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية جنبًا إلى جنب مع المنظمات المتعاونة. وتأتي لدعم اجتماعات المجموعة والندوات وورش العمل ومؤتمر جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية الدولي السنوي.

4. مجموعات الدعم. تعد مجموعات الدعم المحلية ومجموعات الدعم على شبكة الانترنت وسيلة رائعة لتبادل الخبرات والموارد ونصائح التأقلم مع المرضى ومقدمي الرعاية.

5. مواقع التواصل الاجتماعي

Facebook

<https://www.facebook.com/pages/THYCA/231492537404?ref=m>

<http://twitter.com/thycaInc> – Twitter

ThycaInc – Instagram

6. مواد النشر المجانية

العديد من مواد النشر المجانية متوفرة على موقعنا للتنزيل أو كنسخ إلكترونية، بما في ذلك:

- *Thyroid Cancer Basics Handbook* ، باللغة الانجليزية والصينية والعبرية والإيطالية والروسية والإسبانية.
- *Anaplastic Thyroid Cancer Handbook* باللغة الانجليزية والصينية والإسبانية
- *Anaplastic Thyroid Cancer Handbook* باللغة الانجليزية والصينية والإسبانية.
- *Low Iodine Cookbook* باللغة الإنجليزية والفرنسية والبرتغالية والإسبانية.
- *One-Page Low-Iodine Diet Guide* باللغة الانجليزية واليابانية والإسبانية.

يتوافر على موقعنا مواد الوعي بسرطان الغدة الدرقية بالإضافة إلى المزيد من المنشورات والنشرات الإخبارية وحزم المعلومات.

6. **توجيهات الطبيب.** لقد نشرت الجمعية الأمريكية للغدة الدرقية توجيهات لعقيدات الغدة الدرقية والسيطرة على كل نوع من أنواع سرطان الغدة الدرقية. ويوجد روابط لهذه التوجيهات على موقع جمعية الناجين من سرطان الدرقية. كما تتوفر أيضا المبادئ التوجيهية للشبكة الوطنية لمكافحة السرطان الشامل.

7. **الكتاب المرجعي.** لمزيد من المعلومات للمرضى ومقدمي الرعاية، نوصي بالمرجع **سرطان الغدة الدرقية المشروح في 439 صفحة: A Guide for Patients (الطبعة الثانية، 2010).** كما تتوفر النسخة الأولى باللغة الإسبانية والنسخة الثانية باللغة الصينية. ويعد هذا المرجع أيضا مصدر مفيد للمهنيين الطبيين، حيث قام بتأليفه ما يزيد عن 30 مهني طبي بالإضافة إلى المرضى ومقدمي الرعاية. المحررين: Douglas Van Nostrand ، دكتور في الطب، و Leonard Wartofsky ، دكتور في الطب و Gary Bloom ، Kanchan P. Kulkarni ، دكتور في الطب.

8. تعد **Medullary Thyroid Cancer Memoirs (2015)** مفيدة للتغلب على أي نوع من أنواع سرطان الغدة الدرقية أو السرطانات الأخرى. وهذه المذكرات عبارة عن 400 صفحة من القصص والتأملات والفهم والإلهام مستمدة من 66 شخص. المحررين: Elizabeth Simons و Galina McClain ، William Kenly .

19. هل أنت مصاب بسرطان الغدة الدرقية؟ جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية (ثيكا) يُمكنها المساعدة

- نحن منظمة استشارية معترف بها طبيًا ودوليًا نقدم خدمات الدعم المجانية للأشخاص الذين يعانون من سرطان الغدة الدرقية.
- بالنسبة للمرضى ومقدمي الرعاية - نقدم المعلومات والتوضيح للمرضى وأسرهم، عندما يكونوا في أمس الحاجة إليها.
 - بالنسبة للعامة - نشجع على الوعي من أجل الاكتشاف المبكر ونقدم الخدمات الميدانية والتتقيف على مدار العام. ونمول شهر التوعية بسرطان الغدة الدرقية في شهر سبتمبر من كل عام
 - بالنسبة للمهنيين - نقدم هذا الكتيب المجاني ونشرات المرضى وبطاقات المحفظة وكتاب الطهي النظام الغذائي منخفض اليود المجاني والمتاح للتنزيل للمرضى الذين يعانون من سرطان الغدة الدرقية المتباين وغيرها من المواد التي يجب تقديمها للمرضى. هذا بالإضافة إلى تمويل الأبحاث بمستلمي المنح المختارين من قبل هيئة خبراء جمعية سرطان الغدة الدرقية الأمريكية.

الموارد والخدمات المجانية: موقع حائز على جائزة - الدعم من شخص إلى شخص - مجموعات الدعم المحلية - مجموعات الدعم على شبكة الإنترنت - نشرات التوعية - الندوات - ورش العمل - المؤتمر الدولي السنوي - أكثر من 50 فيديو للخبراء - قناة يوتيوب - نشرات الأخبار على شبكة الإنترنت - كتاب الطهي المتاح للتنزيل النظام الغذائي منخفض اليود - الكتيبات المجانية حول جميع أنواع سرطان الغدة الدرقية - المواد المتاحة بعشرة لغات - Facebook - Twitter - والمزيد لمزيد من المعلومات وللمواد المجانية، يُرجى الاتصال بنا:

جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية (ThyCa)

www.thyca.org - thyca@thyca.org

رقم الهاتف المجاني 7904 - 588 - 877 - فاكس 6078 - 604 - 630

ص.ب. 1102، Olney, MD 20830-1102

جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية (ثيكا) هي منظمة غير هادفة للربح للناجين من سرطان الغدة الدرقية وأسرهم ولمهنيي الرعاية الصحية الذين ينصح بهم أخصائيين سرطان الغدة الدرقية المتميزين والذين يكرسون أنفسهم للدعم والتتقيف والتواصل والوعي بالكشف المبكر وحملات جمع تبرعات أبحاث سرطان الغدة الدرقية ومنح الأبحاث.

عقيدات الغدة الدرقية: الاختبار والمتابعة كتيب للمرضى ومقدمي الرعاية

تفضل بزيارة موقعنا علي العنوان التالي www.thyca.org لتنزيل هذا الكتيب، المتاح باللغات الإنجليزية.

تفضل بزيارة iTunes أو GooglePlay لتنزيل هذا الكتيب بتنسيق ePub.

يتم توفير المواد لدينا مجاناً لمن يحتاجها. أرسل إلينا على البريد الإلكتروني thyca@thyca.org وسنكون سعداء بإرسال نسخ فردية إليك أو بكميات كبيرة.

مع تقدير

ثيكا: جمعية الناجين من سرطان الغدة الدرقية



ثيكا هي مؤسسة غير ربحية 501 (ج)3. نرحب بتبرعاتك المقتطعة من الضرائب لمساعدتنا على الاستمرار في تقديم الدعم والمواد التعليمية لأي شخص يتعامل مع سرطان الغدة الدرقية.

thyca@thyca.org | www.thyca.org | 1-877-588-7904