

## مرحبًا بكم في Vancouver Prostate Centre برنامج الرعاية الداعمة لسرطان البروستاتا

ندعوك، كمريض بسرطان البروستاتا أو زوجة لمريض بسرطان البروستاتا، للانضمام لبرنامج الرعاية الداعمة لسرطان البروستاتا (Prostate Cancer Supportive Care Program, PCSC) التابع لـ Vancouver Prostate Centre في Vancouver General Hospital. فحن نقدم ست وحدات رعاية يمكن لكلاً منك وزوجتك المشاركة فيها:

### التعريف بسرطان البروستاتا وخيارات العلاج الأولية

هذه جلسة معلومات جماعية من ساعتين إلى ساعتين ونصف للمرضى المشخصين حديثاً بسرطان البروستاتا يتم تقديمها بشكل مشترك من قِبل كل من طبيب جهاز بولي وأخصائي أشعة أورام وممثل للمريض. وتتم مناقشة التشخيص وخيارات العلاج والآثار الجانبية علاوة على كيف يمكن لبرنامج الرعاية الداعمة لسرطان البروستاتا أن يساعد. ويتم تشجيع الأسئلة من الحضور. الزوجات وأفراد الأسرة أيضاً محل ترحيب.

### معالجة تأثير علاجات سرطان البروستاتا على الأداء الجنسي

يشمل هذا جلسة معلومات جماعية لساعة ونصف تركز على الآثار الجانبية الجنسية لعلاجات سرطان البروستاتا والتأهيل الجنسي. تتوفر مواعيد إكلينيكية فردية مع طبيب الصحة الجنسية بعد الجراحة أو الإشعاع باتنى عشر أسبوعاً كجزء من هذه الوحدة.

### إدارة نمط الحياة

أظهر نمط الحياة الصحي أنه يحسن نوعية الحياة للرجال المصابين بسرطان البروستاتا. نعقد جلستي معلومات جماعية منتظمة، واحدة تركز على التغذية والأخرى على التمارين. والآن نقدم أيضاً عيادة تمارين يقودها اختصاصي فيزيولوجيا تمارين للمرضى الراغبين في زيادة مستويات نشاطهم البدني. علاوة على هذا، نقدم وصولاً إلى "برنامج التأهيل القلبي" للمرضى البادئين في علاج الحرمان من الأندروجين (Therapy Deprivation Androgen, ADT). ويمكن أيضاً ترتيب الوصول إلى برنامج الإقلاع عن التدخين في VGH.

### التأقلم مع علاج الحرمان من الأندروجين (ADT)

هذا برنامج تعليمي لمرضى سرطان البروستاتا البادئين في علاج هرموني وزوجاتهم. يحضر المشاركون صف دراسي لساعة ونصف عن استراتيجيات إدارة كل الآثار الجانبية لهذا العلاج. ويحصل الحاضرين أيضاً على نسخة مجانية من كتاب: "Androgen Deprivation Therapy: An Essential Guide for Prostate Cancer Patients and Their Loved Ones" (علاج الحرمان من الأندروجين: دليل أساسي لمرضى سرطان البروستاتا وأحبّتهم).

### العلاج الطبيعي لقاع الحوض

يبدأ هذا بجلسة معلومات جماعية لساعة ونصف مناسبة للمرضى كلاً من قبل وبعد علاج سرطان البروستاتا لفهم طرق للتقليل من آثار علاج الجراحة والإشعاع على الوظيفة البولية. وبعد حضور جلسة المعلومات، تمكن رؤية مرضى سلس البول بعد الجراحة أو الإشعاع باتنى عشر أسبوعاً بواسطة معالجنا الطبيعي من أجل ثلاثة مواعيد إكلينيكية فردية مجانية.

### خدمات الاستشارات الإكلينيكية

نعرض مواعيد إكلينيكية خاصة سرية لمرضى سرطان البروستاتا وزوجاتهم/شريكاتهم، إما منفردين أو مجتمعين مع مستشارنا الإكلينيكية المعتمد. يمكن أن تساعدك الاستشارة على استكشاف كيفية التأقلم مع الانفعالات الصعبة مثل الخوف والقلق والحزن والعجز والعلامات الأخرى للضائقة الانفعالية. يمكن أيضاً للاستشارة أن توفر الفرصة للحديث عن علاقتك وكيف أنها تأثرت بتشخيص وعلاج سرطان البروستاتا.

إذا كنت مهتماً بالمشاركة في أي جزء من برنامج الرعاية الداعمة لسرطان البروستاتا، يرجى الاتصال بـ:

مونيتا ساندار

منسق برنامج الرعاية الداعمة لسرطان البروستاتا

رقم الاتصال: 604-875-4485

البريد الإلكتروني: [PCSC@vch.ca](mailto:PCSC@vch.ca)

الموقع الإلكتروني: [www.prostatecentre.com/PCSC](http://www.prostatecentre.com/PCSC)