

## میلوم مولتیپل

میلوم متعدد (میلوم پلاسماسل، مولتیپل میلوما) یک بدخیمی با منشأ پلاسماسل‌های مغز استخوان. پلاسماسل‌ها در حالت طبیعی تولیدکننده پادتن‌هایی هستند که به تخریب میکروب‌ها و محافظت در برابر عفونت کمک می‌کنند. میلوم این عملکرد طبیعی را دچار اختلال کرده و بنابراین بدن قادر به مقابله مؤثر علیه عفونت نیست.

این بیماری می‌تواند مغز همه استخوان‌ها را درگیر سازد ولی شایع‌ترین مکان‌های درگیری عبارتند از ران، کمر، لگن یا بالای بازو. این بیماری در مردان سنین ۷۰-۵۰ سال شایع‌تر است.

## علل بیماری

علت آن ناشناخته است. درد استخوانی از پلاسماسل‌های غیرطبیعی سرطانی ناشی می‌شود. کم‌خونی در اثر آسیب گلبول‌های قرمز خون و کاهش پلاکت‌ها ایجاد می‌شود.

## پیشگیری

پیشگیری خاصی ندارد.

## علائم و نشانه‌ها

- درد استخوانی معمولاً در پشت
- شکستگی استخوان‌ها معمولاً در ستون فقرات
- احساس ضعف و خستگی زیاد
- عفونت‌ها و تب‌های مکرر
- تهوع یا یبوست
- احساس تشنگی شدید

- کاهش وزن

- ادرار فراوان

اغلب اوقات این نشانه‌ها به علت سرطان نمی‌باشند. سایر مشکلات سلامتی می‌توانند باعث بروز همین علائم شوند. افراد دارای این علائم باید به پزشک مراجعه کنند تا این مشکلات هر چه زودتر تشخیص داده شده و درمان شود.

## تشخیص میلوم مولتیپل

پزشک برای پی بردن درباره تاریخچه پزشکی شخصی و خانوادگی شما سوال کرده و معاینه بدنی انجام می‌دهد. س علاوه بر این برخی از آزمایشات زیر را تجویز می‌کند:

- آزمایش خون و ادرار: کم‌خونی، کاهش تعداد کل گلبول‌های سفید خون، کاهش تعداد پلاکت‌های خون و بالا رفتن کلسیم خون از عوارض این بیماری است.
- عکس برداری با اشعه ایکس
- بیوپسی و نمونه برداری از مغزاستخوان

## درمان

انتخاب درمان عمدتاً به تعیین مرحله بیماری و نشانه‌های بیماری بستگی دارد. اگر شما میلوم بدون علامت دارید نیاز به درمان سرطان نخواهید داشت.

پزشک وضعیت سلامت شما را تحت پی‌گیری و کنترل قرار داده و در صورت شروع علائم و نشانه‌های بیماری، اقدام به شروع درمان می‌کند. اگر شما علائم را داشته باشید احتمالاً درمان شما از طریق داروهای ضد سرطان خواهد بود (شامل استروئیدها). گاهی اوقات پیوند مغز استخوان یا رادیوتراپی قسمتی از برنامه درمانی می‌باشد. پزشک می‌تواند انتخابهای درمانی و نتایج هر کدام را به شما توضیح دهد. بطور کلی روشهای درمانی شامل: شیمی‌درمانی، رادیو تراپی و پیوند مغز استخوان می‌باشد.

## آموزش خودمراقبتی

مراقبت‌های پی‌گیری بعد از درمان؛ افراد مبتلا به میلوم مولتیپل بسیار مهم است. پزشک سلامتی بیمار، عود بیماری و یا تغییر در سرطان را تحت پی‌گیری قرار می‌دهد. کنترل منظم کمک به اطمینان از این موضوع می‌کند که هر تغییری در سلامتی شما یادداشت شده و درمان‌های لازم صورت خواهد گرفت. کنترل منظم می‌تواند شامل معاینات بدنی، آزمایشات، آسپیراسیون مغز استخوان و عکس برداری با اشعه ایکس باشد، در فاصله بین قرارهای ملاقات تعیین شده با پزشک، اگر هر گونه مشکلی در سلامتی خود داشته باشید باید با روش درست، با پزشک خود تماس بگیرید.

## فعالیت

تا آنجا که درد و عوارض استخوانی به شما اجازه می‌دهد به فعالیت‌های طبیعی خود ادامه دهید

## رژیم غذایی

برای اشخاص مبتلا خیلی مهم است که تغذیه خوب داشته و مایعات زیاد بنوشند.

خوردن و تغذیه مناسب به این معنی است که فرد کالری کافی برای حفظ وزن مناسب و پروتئین کافی برای حفظ قدرت بدنی بدست می‌آورد.

## توصیه های بعد از ترخیص

بیمار باید حتما در روزهای تعیین شده به درمانگاه مراجعه کند. انجام به موقع آزمایشات درخواست شده از سوی پزشک معالج ضروری است. در صورت بروز هر یک از علائم زیر تب بالای ۳۸/۵، لرز، تنفس مشکل و یا بسیار سریع سوزش ادرار، ادرار خونی، اسهال، خستگی و حساسیت، ضعف و بی‌اشتهایی بیش از پیش، سردرد طول کشیده نداشتن ادرار برای بیش از ۸ الی ۶ ساعت. حتما به پزشک معالج اطلاع داده شود.

## منابع:

برونر و سودارث. پرستاری داخلی- جراحی " سرطان و مراقبت های خاص مراحل پایان زندگی".  
استانداردهای شیمی درمانی. وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

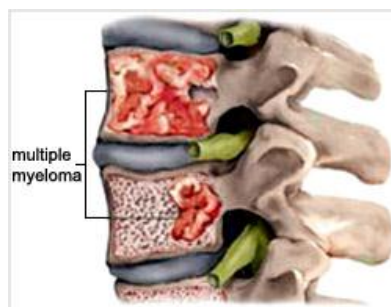
سایت: [www.imamreza.tbzmed.ac.ir](http://www.imamreza.tbzmed.ac.ir)

شماره تماس بخش:

۳۳۳۶۵۰۱۳



## مولتیپل میلوما



گروه هدف: بیماران پیوند مغز استخوان  
تهیه و تنظیم: مژگان سرمد (سرپرستار)  
زیر نظر: دکتر بابک نجاتی (رئیس بخش)  
تاریخ تهیه: بهار ۱۳۹۹  
تاریخ بازنگری: بهار ۱۴۰۱