

ةدي دجالا ةي موي لاي تاي ح

ناطرسلاب ةباصإل دنع ريغتاي يذلا ام



Association Romande des Familles d'Enfants atteints d'un Cancer



ةدي دجال ةي موي لا ي تا ي ح

ن ا ط ر س ل ا ب ة ب ا ص ا ل ا د ن ع ر ي غ ت ي ي ذ ل ا ا م

و ل ي ف ي م ك و ن ا د ا د ع ا ن م ب ي ت ك

benohit : ي ح ي ض و ت ل ا م س ر ل ا

الحياة مع مرض السرطان الذي أعاني منه

لقد أوضح لك الفريق الطبي أنك مصاب بمرض يُسمى السرطان. وإليك ما قد يتغير في حياتك على الأرجح أثناء خضوعك للعلاج.

حياتك اليومية

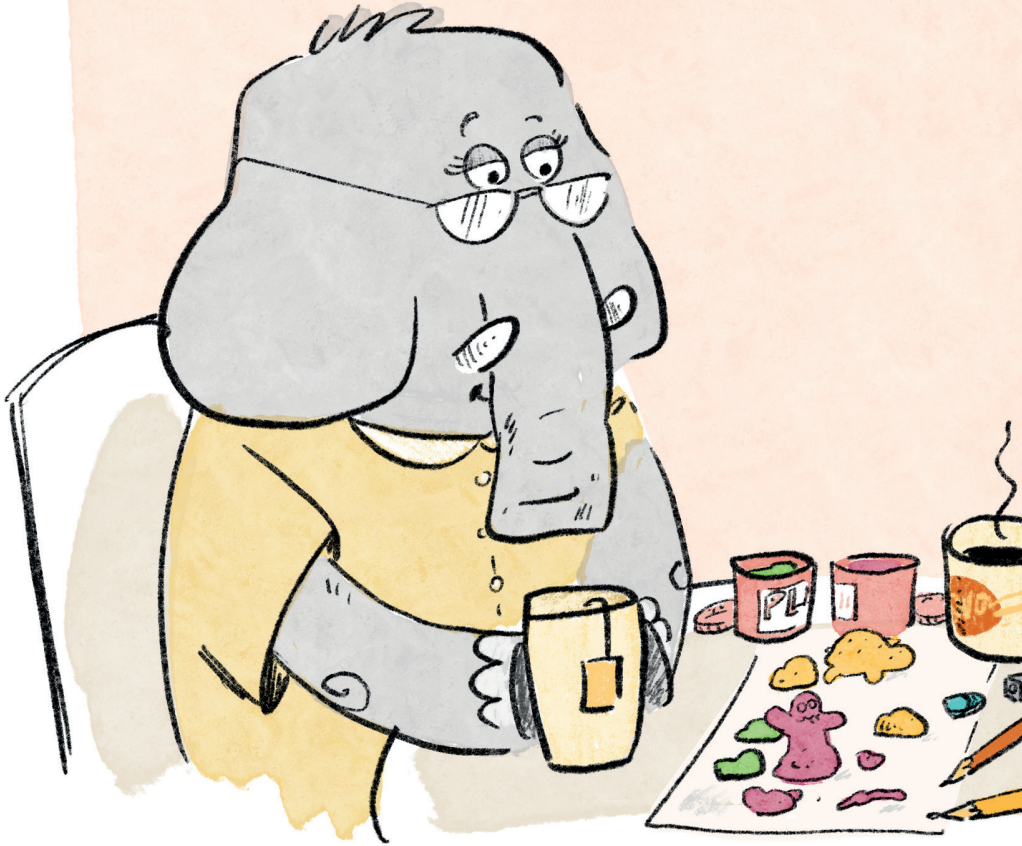
ستتضي بعض الوقت في المستشفى لتلقي العلاج. في بعض الأحيان، سيتعين عليك البقاء هناك لعدة أيام متتالية والنوم في المستشفى. يمكن لشخص بالغ تثق به أن يرافقك ويدعمك. يمكنك أيضًا إحضار لعبتك المفضلة. ستذهب أيضًا إلى المستشفى لإجراء فحوصات أو لتلقي أدوية، ثم يمكنك العودة إلى منزلك. إذا كنت تعاني من الحمى ولم يتمكن جسمك من حماية نفسه بمفرده ضد الجراثيم، فسيتعين عليك الذهاب إلى المستشفى أيضًا، حتى لو لم يكن ذلك مخططًا له.





مشاعرك

منذ أن أُخبرت بأنك مصاب بمرض، لا شك أنك تشعر بمشاعر عديدة. الخوف. الغضب. الحزن. وربما مزيج من كل ذلك. هذا أمر طبيعي. فليس من السهل دائماً التكيف مع كل هذه التغييرات. ومن المهم أن تشارك ما تشعر به. يمكنك القيام بذلك، على سبيل المثال، مع والديك، أو أفراد آخرين من عائلتك، أو شخص بالغ تثق به، أو ربما طفل يمر بنفس تجربتك. يمكن للفريق الطبي أيضاً أن يقدم لك الدعم. هناك متخصصون يساعدون الأطفال في التعامل مع مخاوفهم: يُطلق عليهم اسم الأخصائيين النفسيين أو الأطباء النفسيين.





benohit

جسمك

قد تؤدي العلاجات إلى تغييرات طفيفة في جسمك. إذا خضعت لعمليات جراحية، فستظهر علامات على بشرتك. وتسمى هذه العلامات «ندوبًا». قد تتسبب بعض الأدوية في تساقط شعرك، وأحيانًا أيضًا رموشك وحاجبيك. وسوف ينمو شعرك من جديد عند انتهاء العلاج. وقد تثير أدوية أخرى رغبتك في تناول الكثير من الطعام أو تقلل من شهيتك. سيشرح لك الأطباء دائمًا ما قد يحدث عند تناول دواء جديد. لا تتردد في طرح أسئلتك عليهم.





المدرسة

ستقضي وقتًا طويلاً في المستشفى حتى يعالجتك الأطباء. وأثناء وجودك هناك، لن تتمكن من الذهاب إلى المدرسة. وأحياناً، ستكون في المنزل لكنك ستشعر بتعب شديد يمنعك من الذهاب إلى الفصل. وهذا أمر طبيعي.

إذا كان عليك البقاء لفترة طويلة في المستشفى، فهناك مدرسة في المستشفى يدرس فيها معلمون ومعلمات يمكنهم مساعدتك. وهناك أيضاً إمكانيات لمتابعة الدروس عن بُعد، من منزلك مثلاً، باستخدام روبوتات خاصة يمكن للجمعيات أن تقرضك إياها. ربما ستشتاق إلى زملائك في الفصل. يمكنك إرسال رسائل أو رسومات إليهم. ومن المؤكد أنهم سيسعدون بالرد عليك.





عائلتك

عندما تكون في المستشفى، سيتمكن أفراد عائلتك وأصدقاؤك من زيارتك إذا كانوا بصحة جيدة. أما إذا كانوا مصابين بنزلة برد أو إنفلونزا، فسيتمكنون منهم الانتظار حتى يتعافوا قبل أن يزوروك. ويمكنك الاتصال بهم هاتفياً إذا أردت. وإذا كان لديك حيوانات أليفة، فسيكون بإمكانك في معظم الأحيان الاستمرار في قضاء الوقت معها والعناية بها عندما تكون في المنزل.

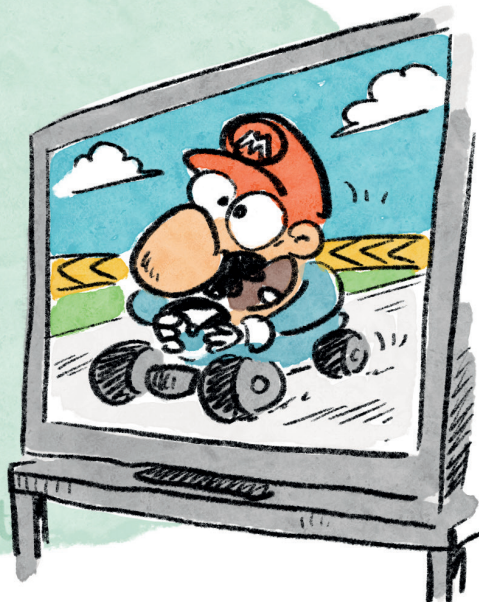




أنشطتك الترفيهية

إذا كانت لديك هوايات خارج المدرسة، فستتمكن من مواصلة ممارستها عندما تصبح في حالة بدنية جيدة. أما بالنسبة لبعض الرياضات، فإذا كان هناك خطر السقوط أو التعرض للاصطدام، فستعين عليك الانتظار قليلاً. من المهم أن تمارس ما تحب قدر الإمكان. فهذا سيساعدك على الشعور بالراحة والالتقاء بأصدقائك. في المستشفى، هناك أيضاً العديد من الأنشطة المنظمة للأطفال ومساحة تعليمية حيث يمكنك الذهاب للعب متى شئت





نحن هنا من أجلك

طوال فترة علاجك، يمكنك الحصول على المساعدة والدعم من الفريق الطبي، ومن عائلتك، وهي جمعية تضم عائلات لديها أطفال مصابون بـ ARFEC، وأصدقائك، وكذلك من جمعية بنفس نوع المرض الذي تعاني منه. لا تتردد في مشاركة مشاعرك وطرح جميع أسئلتك







شكر وتقدير

في إطار مشروع دراسي، خطرت لي فكرة إعداد كتيب موجه للأطفال الذين تم تشخيص إصابتهم بالسرطان مؤخراً. فقد رأيت أنه من المهم توفير معلومات بسيطة مخصصة لهم. تحديداً، فهم الأكثر تأثراً بهذا المرض.

وقد ساعدني العديد من الأطفال، الذين يعانون هم أيضاً من السرطان، في صياغة النصوص. وبفضل مراجعتهم للنصوص وملاحظاتهم، تمكنتُ من فهم الموضوعات التي تهمهم. شكراً جزيلاً لفيليكس وإيليا وإيلودي على مساهماتهم القيمة والوقت الذي كرسوه لهذا المشروع. وشكراً أيضاً لابنتي نولي التي ألهمتني وشجعتني

تم إصدار هذا الكتيب بدعم مالي ولوجستي من جمعية روماندية لأسر الأطفال المصابين ومطبعة «غرو». شكراً أيضاً للرسام بينوا شميد (ARFEC) بالسرطان

إلى جميعكم، أيها الآباء والأمهات والأطفال الذين تبدأون رحلة العلاج في قسم الأورام، أتمنى لكم الكثير من القوة والشجاعة

Anouk Mévillot (وليفي م كونا)

بيانات النشر: طُبِعَ 500 نسخة، أكتوبر 2026

الطباعة: Groux arts graphiques, 1052 Le Mont-sur-Lausanne

في مواجهة السرطان، لست وحدك: ستساعدك هذه النشرة على فهم التغيرات التي تطرأ عليك والتعامل مع مشاعرك.

ستتعرف فيها على الفريق الذي سيكون حاضراً لدعمك في كل مرحلة، وستجد إجابات على الأسئلة التي لا شك أنك تطرحها على نفسك.



جميع الحقوق محفوظة ©



www.cancer-pediatrique.ch

.لتنزيل الكتيب باللغة الفرنسية أو بأي لغة أخرى