



## مولتیپل میلوما

تایید کننده: آقای دکتر روستا

فوق تخصص خون و بیوند مغز استخوان

منبع: کتاب برونر سودارث

تهیه کننده: خانم حاجیلویان

سال تهیه: بهار ۱۴۰۳



### در چه صورتی باید به پزشک مراجعه کنید؟

- وجود علائم عفونت شامل (تب، لرز و افزایش ضربان قلب)
- یبوست
- تهوع و استفراغ
- بی حسی و مور مور شدن در پاها



- در صورت مصرف قرص آسپرین، حتما قرص آسپرین را وسط وعده غذایی هنگام ناهار مصرف کنید.
- به دلیل احتمال ایجاد ترومبوفلیت از روی هم انداختن پاها اجتناب کنید و همچنین از جوراب های واریس استفاده کنید.
- از وسایل کمکی در راه رفتن مثل واکر استفاده کنید.
- در صورت وجود علائمی مانند تب، لرز و یا زیاد شدن ضربان قلب که احتمال ابتلا به عفونت را نشان می دهد به اطلاع پزشک برسانید نیاز باشد تحت درمان دارویی قرار بگیرید.
- به دلیل احتمال ابتلا به عفونت توصیه می شود که تا حد امکان از مناطق شلوغ و بیمارانی که دچار سرما خوردگی و یا سایر بیماری های مسری شده اند دوری نمایید.
- به دلیل احتمال ابتلا به یبوست از نرم کننده مدفوع استفاده کنید.



## مولتیپل میلوما چیست؟

این بیماری در گلوبول های سفید که مسئول ایمنی بدن هستند، شروع می شود. این گلوبول های سفید دسته ای هستند که آنتی بادی می سازند. در این بیماری سلول های نابجا در مغز استخوان جمع می شوند و سلول های خونی سالم را از بین می برند و به جای تولید آنتی بادی های مفید پروتئین های غیر طبیعی می کنند که می توانند عوامل خطرناکی باشند.

### عوامل خطر:

عوامل زیر در ایجاد بیماری دخیل هستند:

سن-نژاد-در معرض تابش اشعه بودن-مواجهه یافتن با آفت کش ها و رنگ ها

### بیماری مولتیپل میلوما چه علائمی دارد؟

(۱) درد استخوانی معمولا در ناحیه کمر

(۲) بی حسی و مور مور شدن در پاها



(۳) شکستگی استخوانی معمولا در ستون مهره ها

(۴) احساس خستگی و ضعف شدید

(۵) احساس تشنگی شدید

(۶) تب و عفونت مکرر

(۷) کاهش وزن، حالت تهوع یا یبوست

(۸) تکرر ادرار

### مولتیپل میلوما چگونه تشخیص داده می شود؟

- تست های خونی
- تست های ادراری
- گرفتن عکس با اشعه ایکس جهت بررسی شکستگی استخوان
- بیوپسی یا نمونه برداری از مغز استخوان

### بیماری مولتیپل میلوما چگونه درمان می شود؟

روش درمان عمدتا به مرحله و علائم بیماری بستگی دارد. دارو درمانی و همچنین پیوند مغز استخوان درمان اصلی این بیماری است.

(دارو به صورت خوراکی یا تزریقی مورد استفاده قرار می گیرد)

درمان دارویی (طبی) معمولا به صورت سرپایی در بیمارستان یا مطب انجام می شود. در برخی موارد درمان حمایتی مانند استفاده از کمربندهای طبی و... نیز انجام می شود.

همچنین ممکن است به دلیل احتمال ابتلا به عفونت های ویروسی داروهایی مانند آسیکلوویر جهت پیشگیری تجویز شود. همچنین جهت جلوگیری لخته شدن خون از داروهای رقیق کننده خون مانند آسپرین با توجه به جواب آزمایشات و طبق نظر پزشک استفاده شود.

### آموزش های خود مراقبتی:

- بیماری مولتیپل میلوما اغلب با درد همراه است که برای کاهش درد استفاده از ماساژ یا طب سوزنی ممکن است کمک کننده باشد.
- در هنگام درد باید از انجام فعالیت شدید اجتناب کنید. در صورت وجود درد از مسکن مناسب طبق دستور پزشک استفاده کنید. در صورت فشار روی نخاع طبق صلاح دید پزشک ممکن است نیاز به عمل جراحی باشد.
- تغذیه مناسب به معنی مصرف کالری کافی برای حفظ وزن مناسب و مصرف پروتئین کافی برای حفظ قدرت و توان جسمانی توصیه می شود. مایعات به میزان کافی استفاده کنید. غذاها را در حجم کم و تعداد وعده زیاد مصرف کنید.
- از مواد محرک اشتها در صورت صلاح دید پزشک استفاده کنید.
- به دلیل مصرف داروهای کورتیکواستروئید باید مراقب افزایش فشار خون و افزایش قند خون باشید.