

Blood Cancer Factsheet



Blood Cancer Awareness

Who is this Factsheet for?

- People looking for information on blood cancer.
- Health professionals looking for information on blood cancer.

What is Blood Cancer?

Blood cancer is a cancer that affects the blood, bone marrow or lymphatic system. The most common forms of blood cancer include:

- Leukaemia occurs when the bone marrow overproduces abnormal white blood cells and is classified by the type of white blood cell affected: myeloid or lymphocytic.
- Lymphoma is a cancer of the lymphatic system that results in uncontrolled growth of malignant white blood cells, forming tumours in the lymph nodes. Lymphoma is classified into two main types: Hodgkin's and Non-Hodgkin's lymphoma (HL and NHL).
- Myeloma occurs when abnormal plasma cells (a type of white blood cell that produces antibodies) accumulate in the bone marrow.

Facts and Figures

In 2016,

- Leukaemia was the fourth most common cancer across all genders and nationalities with an incidence of 6.32%. There were 99 malignant and in situ cases reported with 79 in men and 20 in women. Leukaemia is the third most common cancer among males of all nationalities with a 15.2% incidence (12 cases) in Qataris. In females, it was the eighth most common cancer with a 25% incidence (5 cases) in Qataris.
- Non-Hodgkin Lymphoma was the seventh most common cancer across all genders and nationalities with an incidence of 3.96%. There were 62 malignant and in situ cases reported with 47 in men and 15 in women. It is the fifth most common cancer among males of all nationalities with a 21.28% incidence (10 cases) in Qataris. In females, it was the ninth most common cancer. (QNCR-MoPH)

Symptoms of Blood Cancer

- Tiredness, breathlessness, and persistent fatigue caused by decrease in red blood cells.
- Bruising and bleeding caused by a decrease in platelets.
- Swollen/ painful glands and bone pain caused by a build-up of abnormal blood cells in bone marrow and lymphatic system.
- Infections and fever caused by a decrease in white blood cells.
- Loss of appetite and unexplained or unexpected weight loss.

Risk Factors of Blood Cancer

- Age is the most significant risk factor in hematologic cancers as it occurs most often in patients including special age groups including adolescents and adults aged 60 and above.
- Exposure to benzene, radiation and certain cancer therapies has been linked to the development of leukaemia.
- A weakened immune system and certain viral infections, such as HCV, HBV, HIV, can increase the risk of NHL.
- Long-term exposure to certain chemicals may increase the risk for developing myeloma, but for the most part, the cause of myeloma remains unknown.

Diagnosing Blood Cancer

- A biopsy is the only certain way to diagnose lymphoma, leukaemia, and multiple myeloma.
- Imaging, specialised blood tests and cytogenetic analyses can help diagnose different subtypes of these diseases.

Treatment

Treatment options for leukaemia and lymphoma patients depend on the specific type of cancer, stage of disease, the speed at which the cancer is growing, and the patient's overall health. Based on these factors, treatment may include chemotherapy, radiation therapy, blood stem cell transplant, immunotherapy and gene therapy.

Myeloma treatment may depend on whether the patient is experiencing symptoms, and includes chemotherapy, radiation therapy, and stem cell transplant.

Reducing your risk of Blood cancer

- Have a healthy life style: exercise regularly (get at least 30 minutes per day of aerobic activity 5 times a week), control your weight and avoid smoking and alcohol; manage stress and have enough sleep.
- Stay away from harmful chemicals such as pesticides
- Avoid radiation

For Further information on how to book an appointment with PHCC Clinic, please call 107 or 16060 (Nesm'ak) for HMC appointments.



نشرة الحقائق عن سرطان الدم

التوعية بسرطان الدم



من هم المستهدفون بهذه النشرة

الأشخاص الذين يحتاجون لمعلومات حول سرطان الدم.
العاملون الصحيون الذين يحتاجون لمعلومات حول سرطان الدم.

ما هو مرض سرطان الدم؟

مرض سرطان الدم هو سرطان يصيب الدم في الجسم، ونخاع العظام أو النظام الليمفاوي، ومن بين أكثر أمراض سرطان الدم شيوعاً ما يلي:
• اللوكيميا (ابيضاض الدم): تحدث اللوكيميا عندما يغرق نخاع العظام في إفراز خلايا الدم البيضاء السرطانية، ويتم تصنيف اللوكيميا حسب نوع خلايا الدم البيضاء المتأثرة: النخاعي أو اللمفاوي.
• اللمفومة (ورم الغدد اللمفاوية): هي سرطان يصيب النظام الليمفاوي مما ينتج عنه زيادة عدد خلايا الدم البيضاء السرطانية بشكل لا يمكن التحكم فيه، كما ينتج عنه أورام في الغدد اللمفاوية. ويصنف ورم الغدد اللمفاوية إلى نوعين رئيسيين:
• اللمفومة اللمفاوية (HLL)، واللمفومة اللاهودجكينية (NHL).
• المايلوما المتعددة (الورم النقوي المتعدد): تحدث المايلوما عندما تتجمع خلايا البلازما السرطانية – (نوع من خلايا الدم البيضاء التي تفرز المضادات الحيوية) – في نخاع العظام.

حقائق وأرقام

في عام ٢٠١٦،

• تحتل الإصابة بمرض اللوكيميا المرتبة الرابعة من حيث الإصابة بأكثر أنواع أمراض السرطان شيوعاً بين الجنسين من جميع الجنسيات. وقد بلغ مؤشر الإصابة نسبة ٦.٣٢% وقد تم تشخيص ٩٩ حالة إصابة بورم خبيث ومتوسط: ٧٩ رجل و٢٠ امرأة. وتحتل اللوكيميا المرتبة الثالثة بين أنواع أمراض السرطان الأكثر شيوعاً بين الذكور من جميع الجنسيات بمؤشر ٥.٢% بواقع (١٢ حالة) بين القطريين، أما بالنسبة للنساء، تحتل اللوكيميا المرتبة الثامنة بين أنواع أمراض السرطان الأكثر شيوعاً بمؤشر ٢.٥% بواقع (٥ حالات) بين القطريين.
• تحتل الإصابة بمرض اللمفومة اللاهودجكينية المرتبة السابعة من حيث الإصابة بأكثر أنواع أمراض السرطان شيوعاً بين الجنسين من جميع الجنسيات. وقد بلغ مؤشر الإصابة نسبة ٣.٩٦% وقد تم تشخيص ٦٢ حالة إصابة بورم خبيث ومتوسط: ٤٧ رجل و١٥ امرأة. وتحتل اللمفومة اللاهودجكينية المرتبة الخامسة بين أنواع أمراض السرطان الأكثر شيوعاً بين الذكور من جميع الجنسيات بمؤشر ٢.٢٨% بواقع (١٠ حالات) بين القطريين، أما بالنسبة للنساء، تحتل اللمفومة اللاهودجكينية المرتبة التاسعة بين القطريين. (سجل قطر الوطني للسرطان – وزارة الصحة العامة).

أعراض مرض سرطان الدم

• التعب وضيق التنفس والانهك المستمر الناتج عن انخفاض عدد خلايا الدم الحمراء.
• الكدمات والنزيف الناتج عن انخفاض الصفائح الدموية.
• التورم أو الشعور بالألم في الغدد اللمفاوية والشعور بالألم في العظام بسبب تراكم خلايا دم غير سرطانية في نخاع العظام والنظام الليمفاوي.
• اللتهابات والحمى الناجمة عن انخفاض عدد خلايا الدم البيضاء.
• فقدان الشهية وخسارة الوزن بشكل غير متوقع وغير مبرر.

التشخيص

• فحص عينة من الدم/ نخاع العظم هي الوسيلة الوحيدة التي يمكن التأكد بها من تشخيص سرطان الغدد اللمفاوية وسرطان الدم والورم النقوي المتعدد.
• يمكن أن يساعد التصوير واختبارات الدم المتخصصة والتحليلات الوراثية في تشخيص أنواع فرعية مختلفة من هذه الأمراض.

عوامل الخطر لمرض سرطان الدم

• يُعدّ العمر هو عامل الخطر الأكثر أهمية فيما يتعلق بالإصابة بمرض سرطان الدم إذ يحدث معظم الأحيان في المرضى ضمن الفئات العمرية الخاصة بما في ذلك المراهقين والبالغين الذين وصلوا سن ٦٠ وتخطوه.
• التعرض لأبخرة البنزين والإشعاع وبعض العلاجات المعينة للسرطان تؤدي إلى الإصابة بمرض سرطان الدم.
• ضعف جهاز المناعة والاصابة ببعض الفيروسات مثل فيروس التهاب الكبد الوبائي (ج)، وفيروس التهاب الكبد الوبائي (ب)، وفيروس العوز المناعي البشري من شأنها زيادة فرص الإصابة بمرض اللمفومة اللاهودجكينية.
• قد يؤدي التعرض طويل الأمد لبعض المواد الكيميائية إلى زيادة خطر الإصابة بالورم النقوي المتعدد، ولكن في معظم الأحيان يظل سبب الإصابة بالمرض غير معروف.

العلاج

تعتمد خيارات علاج مرضى اللوكيميا وسرطان الغدد اللمفاوية على نوع مرض السرطان على وجه التحديد، ومرحلة الحالة من المرض، والسرعة التي ينتشر بها السرطان، وصحة المريض ككل. واستناداً إلى هذه العوامل، قد يشتمل العلاج على العلاج الكيميائي والعلاج الإشعاعي ونقل خلايا الدم الجذعية والعلاج المناعي والعلاج الجيني.
أما بالنسبة لعلاج الورم النقوي المتعدد فيعتمد على ما إذا كان المريض يعاني من الأعراض ذات الصلة، ويشتمل العلاج على العلاج الكيميائي والعلاج الإشعاعي وزرع الخلايا الجذعية.

التقليل من خطر إصابتك بسرطان الدم

• نمط الحياة الصحي: ممارسة التمارين الرياضية بانتظام (احصل على ٣٠ دقيقة على الأقل في اليوم من النشاط البدني ٥ مرات في الأسبوع)، راقب وزنك وتجنب التدخين وتناول المشروبات الكحولية؛ تحكم في التوتر وأحصل على نوم كاف.
• تجنب الاقتراب من المواد الكيميائية الضارة مثل المبيدات الحشرية.
• تجنب الاقتراب من الإشعاعات.

لمزيد من المعلومات حول كيفية حجز موعد مع طبيبك، يرجى الاتصال بمؤسسة الرعاية الصحية الأولية على الرقم 107 أو بالمراكز التابعة لمؤسسة حمد الطبية

على خدمة نسمك على الرقم 16060