



# علاجي باستخدام عقار ريفليميد® (ليناليدوميد)

مع بورتيزوميب وديكساميثازون في الورم النقوي المتعدد المُشخص حديثاً

# المحتويات

## الصفحة

- 1 تقويم جرعاتك
- 3 ملاحظات
- 4 ما الورم النقوي المتعدد؟
- 9 لماذا وُصف لي ريفليميد® وبورتيزوميب وديكساميثازون؟
- 12 قبل بدء العلاج
- 13 نظام الجرعات
- 16 أثناء خضوعي للعلاج
- 17 ما الآثار الجانبية التي ينبغي أن أراقب ظهورها؟
- 24 تحقيق الاستفادة المثلى من علاجي
- 27 السلامة والدعم - برنامج *i-access*®
- 33 أين يمكنني العثور على المزيد من المعلومات؟
- 35 معلومات إضافية
- 40 مسرد المصطلحات
- ملحوظة: المصطلحات التي تظهر باللون الأزرق في هذا الكتيب مشروحة في مسرد المصطلحات في صفحة 40.

# تقويم الجرعات

## العلاج الأولي

في التقويم أدناه، سيضع طبيبك أو ممرضتك علامة على الأيام التي ستحتاج فيها إلى تناول دوائك.

R = ريفليميد® (لينااليدوميد) [الجرعة: \_\_\_\_\_] [ \_\_\_\_\_ ]  
D = ديكساميثازون [الجرعة: \_\_\_\_\_] [ \_\_\_\_\_ ]  
V = فيلكيد® (بورتيزوميب) [الجرعة: \_\_\_\_\_] أنا في دورة علاج مدتها \_\_\_\_\_ يوم.

اليوم 1	اليوم 2	اليوم 3	اليوم 4
R	R	R	R
D	D	D	D
V	V	V	V
اليوم 5	اليوم 6	اليوم 7	اليوم 8
R	R	R	R
D	D	D	D
V	V	V	V
اليوم 9	اليوم 10	اليوم 11	اليوم 12
R	R	R	R
D	D	D	D
V	V	V	V
اليوم 13	اليوم 14	اليوم 15	اليوم 16
R	R	R	R
D	D	D	D
V	V	V	V
اليوم 17	اليوم 18	اليوم 19	اليوم 20
R	R	R	R
D	D	D	D
V	V	V	V
اليوم 21	اليوم 22	اليوم 23	اليوم 24
R	R	R	R
D	D	D	D
V	V	V	V
اليوم 25	اليوم 26	اليوم 27	اليوم 28
R	R	R	R
D	D	D	D
V	V	V	V

سأحصل على علاج فيلكيد® (بورتيزوميب) في: \_\_\_\_\_

# تقويم الجرعات

## العلاج المستمر

في التقويم أدناه، سيضع طبيبك أو ممرضتك علامة على الأيام التي ستحتاج فيها إلى تناول دوائك.

R = ريفليميد® (اليناليدوميد) [الجرعة: \_\_\_\_\_]

اليوم 1	اليوم 2	اليوم 3	اليوم 4
R	R	R	R
اليوم 5	اليوم 6	اليوم 7	اليوم 8
R	R	R	R
اليوم 9	اليوم 10	اليوم 11	اليوم 12
R	R	R	R
اليوم 13	اليوم 14	اليوم 15	اليوم 16
R	R	R	R
اليوم 17	اليوم 18	اليوم 19	اليوم 20
R	R	R	R
اليوم 21	اليوم 22	اليوم 23	اليوم 24
R	R	R	R
اليوم 25	اليوم 26	اليوم 27	اليوم 28
R	R	R	R

قد يكون ديكساميثازون مطلوباً أو غير مطلوب كعلاج مستمر بعد علاجك الأولي. إذا تم وصف ديكساميثازون، فستحتاج حينئذ إلى تناوله في الأيام التالية:

---

---

---

# ملاحظات

اسم طبيبي:

بيانات الاتصال:

اسم ممرضتي:

بيانات الاتصال:

معلومات مهمة حول

علاج ريفليميد®

الخاص بي:

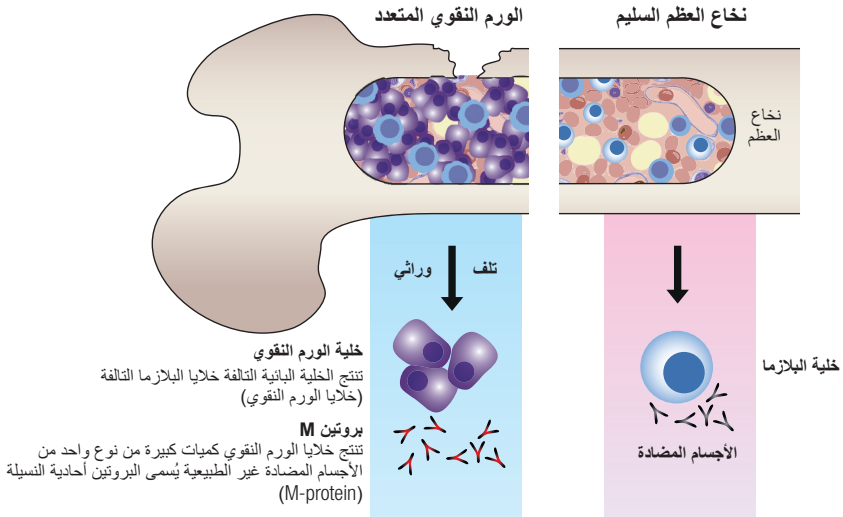
# ما الورم النقوي المتعدد؟

الورم النقوي المتعدد عبارة عن سرطان خلايا البلازما في الدم. وخلايا البلازما تمثل خلايا الدم البيضاء التي تنشأ وتتجمع في نخاع العظم - اللب الناعم، الإسفنجي، الداخلي للعظام. تنتج خلايا البلازما أجساماً مضادة، والتي تساعد جهاز المناعة في التعرف على العدوى ومكافحتها.

يحدث الورم النقوي المتعدد عندما تنتج خلايا البلازما التالفة وراثياً - والتي تسمى خلايا الورم النقوي. تتجمع خلايا الورم النقوي في نخاع العظم، حيث تستمر في الانقسام والتكاثر بطريقة لا يمكن السيطرة عليها. وتسمى هذه الحالة الورم النقوي "المتعدد" لأنها تؤثر عادةً على مواضع متعددة في الجسم.

وبالرغم من أنه لا يوجد علاج شافٍ للورم النقوي المتعدد، إلا أنه يمكن تقليل الأعراض، وفي بعض الحالات، يمكن السيطرة على الأعراض لفترة من الوقت، إذا تم التعامل مع المرض بشكل جيد من خلال العلاج و/أو المراقبة المستمرة.

يمثل الورم النقوي المتعدد سرطان الخلايا التي تنتج الأجسام المضادة، وهي البروتينات التي تساعد جسمك في التعرف على العدوى ومكافحتها

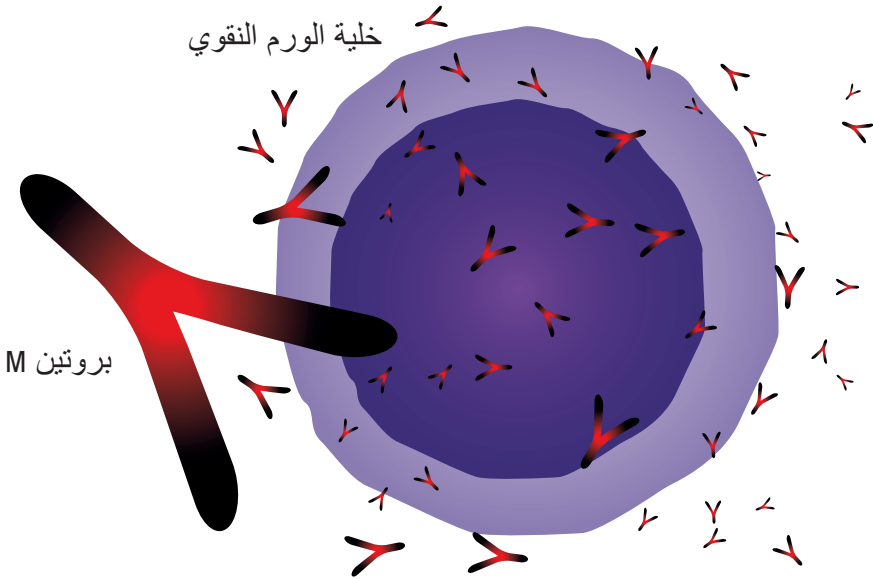


## ما المقصود ببروتين M؟

تنتج خلايا الورم النقوي نوعًا غير طبيعي من الجسم المضاد يُسمى **بروتين M** (يُعرف أيضًا باسم بارابروتين).

وعلى عكس الأجسام المضادة الطبيعية، لا تستطيع بروتينات M مكافحة العدوى. بينما تستمر خلايا الورم النقوي في الانقسام والتكاثر، فإنها "تزام" خلايا البلازما السليمة الطبيعية وتقلل من قدرة الجسم على مكافحة العدوى. ونتيجة لذلك، فإن المصابين بالورم النقوي المتعدد أكثر عرضة لخطر الإصابة بحالات العدوى، وبعضها قد يكون خطيرًا (مثل، الالتهاب الرئوي).

يمكن أن تسبب خلايا الورم النقوي أيضًا ضررًا للعظام (ما يؤدي إلى ظهور ألم في العظام و/أو كسور) وللكلية.



إن خلاية الورم النقوي التي تنتج جسمًا مضادًا غير طبيعي، يُعرف أيضًا بالبروتين M

## من يُصاب بالورم النقوي المتعدد؟

يصبح الورم النقوي المتعدد أكثر شيوعاً مع تقدم الأشخاص في العمر. ويتم تشخيصه غالباً لدى الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم ما بين 65-70 عاماً. ومع ذلك، تشير الدراسات الحديثة إلى أن عدد الأشخاص المصابين بالورم النقوي المتعدد يتزايد، وأن ظهوره أصبح متكرراً بين الشباب. يحدث الورم النقوي المتعدد لدى الرجال بنسبة أكثر قليلاً منها لدى النساء. وحتى الآن، لم يتم تحديد سبب الورم النقوي المتعدد. غير أن هناك بعض العوامل التي قد تجعل بعض الأشخاص أكثر عرضة لخطر الإصابة بالمرض. ويشمل ذلك التعرض للمواد الكيميائية، أو الملوثات، أو الإشعاع أو عوامل الخطر البيئية الأخرى.

## ما أعراض الورم النقوي المتعدد؟

تتمثل إحدى الصعوبات في تشخيص الورم النقوي المتعدد في أن أعراضه متنوعة وقد يتم الخلط بينها وبين أعراض أمراض أخرى. قد لا يعاني بعض الأشخاص من أي أعراض على الإطلاق وقد يتم اكتشاف المرض فقط من خلال الفحص البدني الروتيني. تشمل الأعراض المبكرة المرتبطة بالورم النقوي المتعدد ما يلي:

كسور العظام غير المبررة



ألم العظام



حالات العدوى المتكررة



فقدان الوزن غير المبرر



وظائف كلى غير طبيعية



تعب





## كيف يتم تشخيص الورم النقوي المتعدد؟

ينبغي إجراء عدة اختبارات وفحوصات لتشخيص الورم النقوي المتعدد. يشمل التقييم الأولي لتأكيد تشخيص الورم النقوي المتعدد اختبارات الدم والبول إلى جانب اختبارات على العظم ونخاع العظم.

وقد تشمل الاختبارات الأخرى الأشعة السينية، ومسوحات التصوير بالرنين المغناطيسي (MRI) والتصوير المقطعية المحوسبة (CT) والتصوير المقطعي بالإصدار البوزيتروني (PET). من المهم جدًا إجراء جميع اختبارات الورم النقوي المتعدد المناسبة، نظرًا لأن النتائج ستساعد طبيبك على تقييم شدة المرض وتخطيط العلاج ومراقبته.

## علاج الورم النقوي المتعدد

يمكن أن تكون علاجات الورم النقوي المتعدد فعالة جدًا في إبطاء تقدمه، والسيطرة على الأعراض، وتحسين نوعية الحياة، ولكنها غير قادرة على علاجه. يميل الورم النقوي المتعدد إلى اتباع مسار انتكاسي. وبمساعدة العلاج، يحقق معظم الأشخاص الوصول إلى **هدأة المرض** (قلة أو انخفاض مستوى الأعراض). ومع ذلك، فإنه في مرحلة ما، يمكن أن تعود الأعراض ومن المحتمل حدوث **انتكاسة** في نهاية المطاف.

## ما المقصود بزراعة الخلايا الجذعية ذاتية المنشأ؟

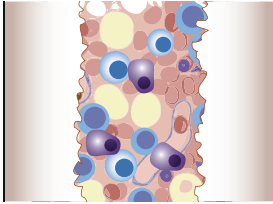
إن زراعة الخلايا الجذعية ذاتية المنشأ (ASCT) عبارة عن إجراء يتم من خلاله أخذ خلايا سليمة من جسمك وزرعها مرة أخرى بعد العلاج الكيميائي. يقتل العلاج الكيميائي خلايا الورم النقوي وكذلك الخلايا الصحيحة السليمة. تسمح هذه الطريقة باستخدام العلاج الكيميائي بجرعة عالية لتدمير خلايا الورم النقوي، دون استنفاد الخلايا السليمة. سيناقش معك طبيبك ما إذا كنت مرشحاً مناسباً لزرع الخلايا الجذعية ذاتية المنشأ.

## ما المقصود بالمرض المتبقي؟

يمثل المرض المتبقي الاسم الذي يطلق على أعداد صغيرة من خلايا الورم النقوي التي تظل في نخاع العظم حتى عندما يكون الشخص في حالة هدأة. يعد المرض المتبقي سبباً رئيسياً للانتكاس في الورم النقوي المتعدد.

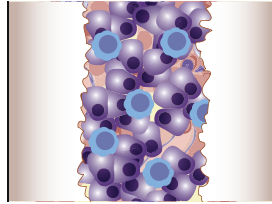
وقد أظهرت بعض الدراسات أن الاستمرار في تناول أدوية الورم النقوي المتعدد حتى في حالة هدأة المرض، يمكن أن يؤخر الانتكاس عن طريق التحكم في المرض المتبقي.

### المرض المتبقي



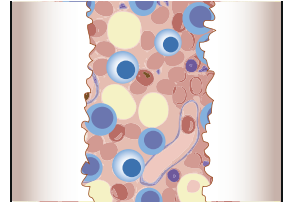
- بعض خلايا الورم النقوي المتبقية
- تساهم في الانتكاس

### نخاع العظم في الورم النقوي المتعدد



- خلايا الورم النقوي
- تزامم خلايا البلازما السليمة
- كميات كبيرة منتجة من بروتين M

### نخاع عظمي سليم



- خلايا بلازما تعمل بشكل طبيعي
- لا يوجد بروتين M

# لماذا وُصف لي كل من ريفليميد®، وبورتيزوميب، وديكساميثازون؟

## مقدمة عن دوائك

لقد أعطاك طبيبك هذا الكتيب لمساعدتك على التعرف على خطة علاجك الجديدة، والتي تتكون من ثلاثة أدوية، ريفليميد®، وفليكيد® (بورتيزوميب) وديكساميثازون. غالبًا ما يُطلق على مجموعة هذه العقاقير الثلاثة اسم Rvd أو VRd.

توصف مجموعة العقاقير الثلاثة هذه في بداية علاجك لمرض الورم النقوي المتعدد ويمكن إعطاؤها للمرضى الذين تم تشخيص إصابتهم حديثًا، ولم يخضعوا للعلاج من قبل والذين قد يخضعون أو لا يخضعون لعملية زرع خلايا جذعية في وقت لاحق. تُعطى هذه التركيبة لمدة 24 أسبوعًا على الأقل لتمنحك بداية قوية لمقاومة الورم النقوي (ترد تفاصيل إضافية حول ما يأتي بعد هذا العلاج في الصفحة 13).

في الأقسام التالية، سنشرح كيف يساعد كل عقار من هذه العقاقير جسمك على مقاومة الورم النقوي المتعدد.

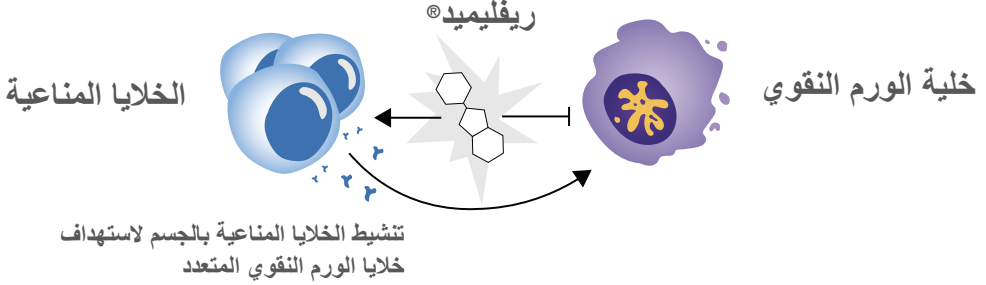
## ريفليميد®

يعد عقار ريفليميد® الاسم التجاري لدواء يسمى **ليناليدوميد**.

ينتمي عقار ريفليميد® إلى مجموعة من الأدوية تسمى **العوامل المُعدِّلة للمناعة** التي تعمل على خلايا الجهاز المناعي في الجسم. ويحتوي ريفليميد® على مادة فعالة تسمى ليناليدوميد.

يعمل ريفليميد® بطرق متعددة داخل نخاع العظم لوقف أو إبطاء نمو خلايا الورم النقوي السرطاني. وتتمثل إحدى الطرق التي يعمل بها من خلال تحفيز جهازك المناعي على مكافحة الورم النقوي. كما أنه يعمل بشكل مباشر على قتل خلايا الورم النقوي.

قتل خلايا الورم النقوي المتعدد بشكل مباشر

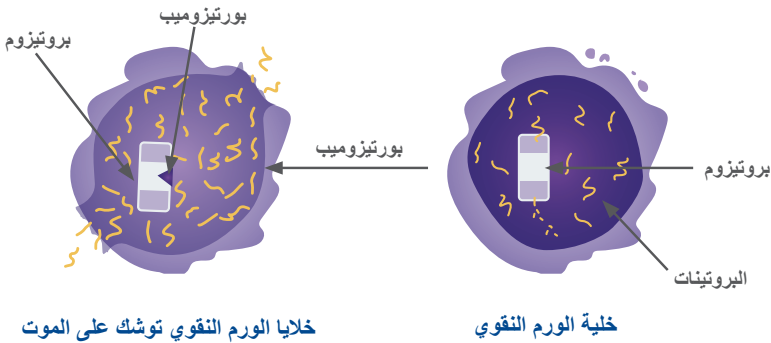


## بورتيزوميب، المعروف أيضاً باسم فيليكيد®

بورتيزوميب عبارة عن دواء علاج كيميائي يقتل خلايا الورم النقوي. سيتم إعطاؤك بورتيزوميب كحقنة من قبل طبيب أو ممرضة خبيرة في إعطائه. أسأل طبيبك، أو الممرضة أو الصيدلي إذا كانت لديك أي أسئلة إضافية حول بورتيزوميب.

## كيف يقتل بورتيزوميب خلايا الورم النقوي؟

- تحتوي الخلايا على بنى صغيرة داخلها تُسمى بروتيزومات تقوم بوظيفة التخلص من النفايات، وهضم البروتينات التالفة أو غير الضرورية داخل الخلايا
- تعتمد خلايا الورم النقوي على البروتيزومات أكثر من الخلايا الطبيعية
- يمنع بورتيزوميب البروتيزومات من هضم البروتينات داخل الخلايا
- يمكن أن يؤدي تراكم البروتينات غير المرغوب فيها داخل الخلايا إلى موت الخلايا



لمزيد من المعلومات، يُرجى الرجوع إلى نشرة معلومات دواء بورتيزوميب

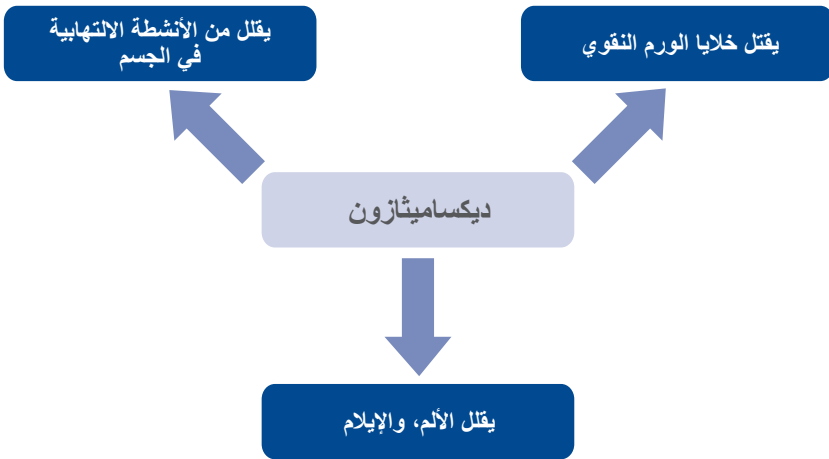
## ديكساميثازون

ينتمي ديكساميثازون إلى مجموعة من الأدوية تُسمى الكورتيكوستيرويدات، وهي نسخ اصطناعية من هرمون طبيعي يُسمى الكورتيزول.

وهو يُستخدم لمنع أو تقليل أعراض الالتهاب (مثل التورم، أو الاحمرار، أو الألم، أو الإيلام أو الحكة) في أي جزء من الجسم.

ويقوم بوظيفته من خلال العمل على الجهاز المناعي ومنع إنتاج المواد التي تثير الحساسية والالتهاب.

اسأل طبيبك، أو الممرضة أو الصيدلي إذا كانت لديك أي أسئلة إضافية حول ديكساميثازون.



للسيطرة على الورم النقوي المتعدد لديك، من المهم أن تستمر على خطة علاجك التي يقدمها طبيبك وتتناول مجموعة العلاج حسب التعليمات بدقة.

# قبل بدء العلاج

## كيف أتناول ريفليميد®؟

سيخبرك طبيبك بالمقدار الذي ينبغي عليك تناوله من ريفليميد® والمدة التي ستستمر في تناوله خلالها.

يأتي ريفليميد® في شكل كبسولات جيلاتين، يتم تناولها عن طريق الفم (يتم بلعها كاملة) مع الماء مرة واحدة يوميًا. لا تكسر الكبسولات، أو تمضغها، أو تسحقها أو تفتحها



ينبغي تناول ريفليميد® على معدة فارغة قبل الطعام بساعة واحدة على الأقل أو بعده بمدة ساعتين



لا يهمل الوقت الذي تتناول فيه ريفليميد®، ولكن يوصى بتناوله في نفس الوقت كل يوم



## كيف أتناول بورتيزوميب؟

سيعطيك طبيبك أو ممرضتك بورتيزوميب عن طريق الحقن.

عند إعطاء بورتيزوميب مع ريفليميد®، يتم إعطاؤه في الأيام 1، و4، و8، و11 متبوعًا بفواصل 10 أيام من العلاج.

لذلك، قد تتكون دورة العلاج الواحدة بعقار بورتيزوميب من 4 جرعات ككل، تُعطى على مدار 3 أسابيع.

## كيف أتناول ديكساميثازون؟

سيخبرك طبيبك بعدد الأقراص التي ستحتاج إلى تناولها وعدد مرات تناولها.

# نظام الجرعات

## مثال على مخطط الجرعات

إذا كان لديك أي شك بشأن نظام الجرعات الخاص بك، يُرجى الاتصال بطبيبك أو الصيدلي على الفور لتوضيح الجرعة المناسبة لك

توضح الجداول أدناه الجرعات التي يتلقاها بعض مرضى الورم النقوي الذين يتناولون علاج ريفليميد®، وبورتيزوميب وديكساميثازون. سيصف لك طبيبك الجرعة الأنسب لحالتك.

### العلاج الأولي (حتى 24 أسبوعًا)

ديكساميثازون	بورتيزوميب	ريفليميد®	ما لم يحدد طبيبك خلاف ذلك
20 مجم، مرة واحدة يوميًا، في الأيام 1-4 و9-12 من الدورات التي تبلغ مدتها 28 يومًا	1.3 مجم/م <sup>2</sup> في الأيام 1، 4، و8، و11 من الدورات التي تبلغ مدتها 28 يومًا*	25 مجم مرة واحدة يوميًا في الأيام 1-21 من الدورات التي تبلغ مدتها 28 يومًا	

### أو قد تبدأ بتناول

ديكساميثازون	بورتيزوميب	ريفليميد®	ما لم يحدد طبيبك خلاف ذلك
20 مجم مرة واحدة يوميًا في الأيام 1، 2، و4، و5، و8، و9، و11، و12 من الدورات التي تبلغ مدتها 21 يومًا	1.3 مجم/م <sup>2</sup> في الأيام 1، 4، و8، و11 من الدورات التي تبلغ مدتها 21 يومًا*	25 مجم مرة واحدة يوميًا في الأيام 1-14 من الدورات التي تبلغ مدتها 21 يومًا	

\* سيتم حساب هذه الجرعة وإعطائها لك من قبل طبيب أو ممرضة خبيرة في إعطاء بورتيزوميب.

باتباع ما سبق، بناءً على حالتك البدنية، قد يمضي طبيبك قدمًا باستخدام:

## نهج زراعة الخلايا الجذعية

يتكون هذا النهج من مزيج من زراعة الخلايا الجذعية ذاتية المنشأ (انظر الصفحة 8 لمعرفة الوصف) متبوعة بعلاج مدامومة مستمر من ريفليميد® يتم أخذه على مدار 28 يومًا:

- ريفليميد®: 10 مجم، عن طريق الفم، مرة واحدة يوميًا، في الأيام 1-28

قد يتم تعديل الجرعة بناءً على مدى تحمّلك للعلاج. سيراقب طبيبك مدى تحمّلك و يبلغك بالمدة التي ستستمر خلالها في تلقي هذا العلاج.

بعد الصفحة السابقة، بناءً على حالتك البدنية، قد يمضي طبيبك قدمًا باستخدام:

## نهج العلاج المستمر

يتألف هذا النهج من مزيج من علاجين يؤخذان عن طريق الفم. ريفليميد® وديكساميثازون يؤخذان في دورات تستمر لمدة 28 يومًا:

- ريفليميد®: 25 مجم، عن طريق الفم، مرة واحدة يوميًا، في الأيام 1-21
- ديكساميثازون: 40 مجم عن طريق الفم، مرة واحدة يوميًا، في الأيام 1، 8، و15، و22

سيرافك طبيبك عن كثب ويؤكد ما إذا كانت الجرعات المذكورة أعلاه مناسبة لك. كما سينصحك بالمدة التي ينبغي لك الاستمرار خلالها في مواصلة هذه الدورات.

## ماذا لو فاتتني جرعة من العلاجات المذكورة أعلاه؟

إذا نسيت تناول جرعتك:

ديكساميثازون	ريفليميد®
<ul style="list-style-type: none"><li>• تناول الجرعة الفائتة في أقرب وقت ممكن، ثم عد إلى جدول الجرعات المعتاد</li><li>• إذا لم تتذكر حتى اليوم التالي، فتخطّ الجرعة الفائتة وتناول الجرعة التالية كما هو مخطط</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• إذا مر أقل من 12 ساعة قبل جرعتك التالية، فتخطّ الجرعة التي فوّتها وتناول الجرعة التالية في موعداها</li><li>• وبخلاف ذلك، فتناول الجرعة الفائتة بمجرد أن تتذكر، ثم عد إلى تناول الدواء كالمعتاد</li></ul>

- لا تتناول جرعة مضاعفة لتعويض الجرعة التي فوّتها
- إذا لم تكن متأكدًا مما يجب عليك فعله، فاسأل طبيبك أو الصيدلي



## تخزين علاجي ومناولته

لا تعطِ ريفليميد® مطلقًا لشخص آخر



احتفظ بالكبسولات في عبوتها الأصلية حتى يحين وقت تناولها



احتفظ بالكبسولات في مكان معروف لتجنب إضاعتها أو فقدانها



احفظ ريفليميد® في مكان بارد وجاف (أقل من 25 درجة مئوية)



احفظ ديكساميثازون في مكان بارد وجاف (أقل من 30 درجة مئوية)



احرص على إعادة جميع الكبسولات غير المستخدمة إلى الصيدلي في نهاية فترة العلاج



احتفظ بالكبسولات بعيدًا عن متناول الأطفال



# أثناء خضوعي للعلاج

## ما الاختبارات التي سأحتاج إليها أثناء تناول هذا العلاج؟

ستكون المراقبة المنتظمة والمتابعة جزءًا مهمًا من علاجك. يسمح ذلك لطبيبك بتقييم مدى فعالية علاجك والتحقق من وجود دليل على حدوث آثار جانبية محتملة. يتمثل اثنان من أكثر الاختبارات شيوعًا في **العد الدموي الكامل (FBC)** واختبارات بروتين M.

### عد دموي كامل

يُستخدم اختبار العد الدموي الكامل لقياس عدد الأنواع المختلفة من الخلايا في مجرى دمك. يمكن لطبيبك أن يستخدم اختبار العد الدموي الكامل للمساعدة في تشخيص الورم النقوي المتعدد؛ ومع ذلك، لا يمكن إجراء التشخيص بالاعتماد على العد الدموي الكامل وحده. ستعتمد القرارات المتخذة بشأن إيقاف و/أو تخفيض جرعتك من ريفليميد® على نتائج اختبارات الدم هذه، وكذلك شدة أي أعراض أو آثار جانبية أخرى قد تكون تعاني منها.

### اختبارات بروتين M

يصنّف الأطباء عمومًا الورم النقوي المتعدد وفقًا للأعراض ومدى تقدّم المرض. في الورم النقوي المتعدد، تتمثل إحدى طرق تحديد نشاط المرض في اختبارات بروتين M.

يمثل بروتين M النوع غير الطبيعي من الجسم المضاد الذي تنتجه خلايا الورم النقوي. وتعد مستويات بروتين M في الدم أو البول مقياسًا لمدى نشاط المرض في الجسم. تُعرف الزيادة غير الطبيعية في مستوى بروتين M باسم **سبايك M**.

في حالات نادرة من الورم النقوي المتعدد، المعروف باسم الورم النقوي غير المُفرز، تنتج خلايا الورم النقوي القليل من بروتين M أو لا تنتج على الإطلاق. على الرغم من أن هذا يمكن أن يُصعب تشخيص ومراقبة الورم النقوي المتعدد، توجد اختبارات متاحة شديدة الحساسية، مثل اختبار السلسلة الخفيفة الخالية من المصل (SFLC)، والذي يمكن أن يساعد في تشخيص الحالة ومراقبتها.

# ما الآثار الجانبية التي ينبغي أن أراقب ظهورها؟

مثل جميع الأدوية، يمكن أن يكون لكل من ريفليميد®، وبورتيزوميب وديكساميثازون آثارًا جانبية. قد تكون بعض هذه الآثار خطيرة؛ ومع ذلك، يمكن لبعض الطرق تقليل الانزعاج الناتج عن تلك الآثار الجانبية. قد تحتاج إلى علاج طبي إذا أصبت ببعض الآثار الجانبية.

أخبر طبيبك، أو الممرضة أو الصيدلي في أسرع وقت ممكن إذا شعرت بأنك لست على ما يرام أثناء علاجك بريفليميد® وبورتيزوميب وديكساميثازون.

## الآثار الجانبية المحتملة

لا تنزعج من قوائم الآثار الجانبية التالية.  
فقد لا تعاني من أي منها.

### ريفليميد®

أخبر طبيبك إذا لاحظت أيًا مما يلي وكان ذلك يقلقك:

#### أعراض الفم أو المعدة

إسهال، إمساك، شعور بالمرض (يسمى أيضًا الغثيان)، تقيؤ، ألم بالمعدة، عسر هضم، جفاف، جفاف الفم، تقرح الفم: فُرح في الفم: صعوبة في الكلام، ألم في الأسنان، زيادة أو نقص في الوزن، زيادة أو نقص في الشهية، فقدان التذوق.

#### أعراض الجلد

حكة، طفح جلدي، احمرار الجلد، جفاف الجلد، تكدم، تعرق مفرط.

#### أعراض الضعف

الدوخة، الإغماء، الصداع، الارتجاف أو الرعاش، الضعف غير المعتاد، العرق الليلي، ضعف حاسة اللمس.

#### الأعراض المزاجية

صعوبة النوم، الاكتئاب، القلق، الشعور بالارتباك.

#### أعراض الألم والتورم

ألم الظهر، تشنجات العضلات، ألم العضلات و/أو المفاصل، تورم المفاصل، ألم العظام، ضعف العضلات، ألم في الأطراف، الشعور بالتعب، السقوط، تورم اليدين، الكاحلين أو القدمين.

أخبر طبيبك على الفور إذا لاحظت أيًا مما يلي:

### أعراض الجهاز التنفسي

خفقان القلب أو سرعة ضربات القلب، أو آلام الصدر، أو الدوار أو الإغماء، أو ضيق التنفس، أو الضعف أو انخفاض القدرة على ممارسة التمارين الرياضية.

### أعراض النزيف

النزيف (بما في ذلك نزيف الأنف) أو التكدّم بسهولة أكثر من المعتاد.

### أعراض التعب

التعب، والصداع، وضيق التنفس، والدوار والشحوب.

### أعراض التنميل

تنميل، أو وخز، أو الشعور بدبابيس وإبر أو ضعف في الذراعين والساقين.

### أعراض العطش

إخراج كميات كبيرة من البول، والعطش الشديد، وجفاف الفم والجلد.

### أعراض الإيلام

ألم في العقد الليمفاوية المتورمة، أو حمى منخفضة الدرجة، أو ألم، أو طفح جلدي.

### أعراض التشنّج

حركات غير طبيعية في العين، أو اختلاجات، أو تغيّرات في المزاج أو عدم انتظام نظم القلب.

### الأعراض المرتبطة بالرؤية

تشوش الرؤية أو صعوبة في الرؤية.

أحرص على زيارة الطبيب على الفور أو توجه إلى قسم الطوارئ في أقرب مستشفى لك إذا لاحظت أيًا مما يلي:

### أعراض الحساسية

ضيق في التنفس، أو أزيز أو صعوبة في التنفس؛ تورم الوجه، أو الشفتين، أو الفم، أو اللسان أو أجزاء أخرى من الجسم؛ طفح جلدي، أو حكة أو شري على الجلد.

### الأعراض ذات الشدة المتزايدة

ثور شديدة ونزيف في الشفتين، والعينين، والفم، والأنف والأعضاء التناسلية؛ منطقة حمراء مؤلمة على الجلد تنتشر بسرعة؛ تقشر الجلد؛ ارتفاع درجة الحرارة، القشعريرة وآلام العضلات في نفس الوقت.

### أعراض أخرى

تشوش الرؤية؛ صداع شديد؛ ضعف أو ترميل في الوجه، أو الذراع أو الساق؛ صعوبة في الكلام أو الفهم؛ فقدان التوازن.

ألم في الصدر، ضعف شديد، ضربات قلب سريعة أو غير منتظمة، و/أو ضيق شديد في التنفس، وسعال، ومخاط رغوي وردي، حمى، قشعريرة شديدة، انخفاض في التبول، نبض سريع؛ سرعة التنفس، ارتباك، غثيان، تقيؤ، إسهال، ألم أو حرقان عند التبول، سعال متقطع، بلغم، التهاب الفم أو الحلق، أعراض مشابهة للإنفلونزا، شعور بالضغط في الأنف، والخدين وخلف العينين، قرح في الفم.

ألم أو تورم في الساقين، خاصةً في أسفل الساق أو الربلتين.

ألم في البطن، البول الداكن، الحمى، ألم المفاصل، فقدان الشهية، الغثيان والتقيؤ، اصفرار الجلد و/أو العينين.

## الآثار الجانبية المحتملة

بورتيزوميب

أخبر طبيبك على الفور إذا لاحظت أيًا مما يلي:

التعب، شعور عام بالتوعك، الضعف، الصداع، تساقط الشعر.

الشعور بالمرض (الغثيان)، أو التقيؤ، الإسهال، الإمساك، فقدان الشهية و/أو الوزن، والخوف من زيادة الوزن، التجشؤ بعد تناول الطعام، ألم في المعدة، طعم الفم السيء.

الحساسية، التنميل، الشعور بالوخز أو الحرقان، الشعور بدبابيس وإبر، الأحاسيس المزعجة، تشوش الرؤية.

النزيف أو التكدم بسهولة أكثر من المعتاد، فقر الدم (حالة ينخفض فيها عدد خلايا الدم الحمراء).

حالات العدوى المتكررة (مع أعراض مثل الحمى، أو القشعريرة الشديدة، أو التهاب الحلق أو قرح الفم)، أو فيروس الهربس أو التهاب الكبد أو الالتهاب الرئوي.

ألم في العضلات، أو تورم المفاصل المؤلم، أو إيلام العضلات أو ضعف غير ناتج عن ألم نتيجة التمارين الرياضية في الأطراف، أو ألم في الظهر، أو ألم في العظام، أو تقلصات في العضلات.

صعوبة في النوم، أو التعرق، أو القلق، أو تقلبات المزاج، أو الارتباك أو الاكتئاب.

تورم (حول العينين أو في الكاحلين، أو الرسغين، أو الذراعين، أو الساقين أو الوجه).

سعال، صعوبة في التنفس، دوخة، جفاف، ألم في الصدر، انخفاض أو ارتفاع ضغط الدم.

طفح جلدي، حكة، احمرار في الجلد أو احمرار وألم في موضع الحقن، أو أي رد فعل تحسسي.

## الآثار الجانبية المحتملة

ديكساميثازون

أخبر طبيبك على الفور إذا لاحظت أيًا مما يلي:

زيادة خطورة العدوى أو تكرارها، أو النزيف أو التكدم بسهولة أكثر من المعتاد.

ترقق الجلد، أو طفح جلدي مثير للحكة، أو نزيف غير معتاد أو تكدم تحت الجلد، أو ضعف التئام الجروح، أو زيادة التعرق، أو ظهور خطوط حمراء أو أرجوانية على الجلد، أو ظهور حب الشباب، أو نمو الشعر بشكل زائد.

إعتماد عدسة العين، جحوظ العينان، ضعف الرؤية أو تشوشها.

تغيرات في المزاج، قلق أو عصبية، صعوبة في النوم، عدم الراحة.

صداع، غثيان أو تقيؤ، دوخة، عسر هضم، ألم أو عدم راحة في المعدة، إسهال أو إمساك، زيادة أو انخفاض الشهية، انتفاخ أو تدوير الوجه أو احتباس الماء.

تقلصات أو ضعف في عضلات الذراعين والساقين، ضربات قلب غير منتظمة، عدم انتظام الدورة الشهرية.



أخبر طبيبك على الفور أو توجه إلى قسم الطوارئ في أقرب مستشفى لك إذا لاحظت أيًا من الأعراض التالية أثناء العلاج ببيورتيزوميب أو ديكساميثازون:

ألم شديد في المعدة أو الأمعاء، أو طفح جلدي، أو حكة، أو شرى على الجلد.

تغيّرات مفاجئة في الرؤية.

ضيق في التنفس، أو أزيز أو صعوبة في التنفس.

النزيف أو التكدّم بسهولة أكثر من المعتاد.

تغيّرات نفسية أو شخصية كبيرة، أو نوبات.

أعراض مثل الدوار الشديد، أو الإغماء، أو الضعف، أو ألم في الصدر، أو ضربات قلب غير منتظمة.

تورم في الوجه، أو الشفتين، أو الفم، أو اللسان أو الحلق قد يسبب صعوبة في البلع أو التنفس.

# تحقيق الاستفادة المثلى من علاجي

هناك العديد من الأشياء التي يمكنك القيام بها للمساعدة في تحقيق أهداف علاجك ومواصلة تحقيق أقصى استفادة من الحياة.

استمر في تناول علاجك حتى يطلب منك طبيبك التوقف عن تناوله.



استمر في مراقبة ظهور الأعراض الجديدة أو القديمة، وكذلك علامات أي آثار جانبية.



أخبر طبيبك على الفور عن أي تغييرات تطرأ على حالتك أو ما تشعر به.



تأكد من حصولك دائماً على إمداد يكفي من دوائك وتذكر أن تأخذه كل يوم - إذا نسيت أحياناً، فحاول ضبط منبه تذكير أو وضع ملاحظة في مكان تراها فيه.



اعتن بصحتك من خلال اتباع نظام غذائي مغذٍ، وممارسة التمارين الرياضية الخفيفة بانتظام، والحصول على قسط كافٍ من الراحة، وتقليل التوتر.



تواصل بانتظام مع طبيبك وفريق الرعاية الصحية المتابع لك ولا تخف أبداً من طرح أسئلة حول مرضك أو علاجه.



اطلب الدعم من الجمعيات ومجموعات المرضى ذات الصلة (بعض المصادر المقترحة مُدرجة في الصفحة 33 من هذا الكتيب).



ينبغي ألا تُفوّت الجرعات أبداً، أو تُغيّر علاجك أو توقفه دون التحدّث أولاً إلى طبيبك.

## اعتبارات أخرى مهمة

### ريفليميد®

ترد بعض الاعتبارات المهمة لعلاج ريفليميد® موضحة بالتفصيل في القسم التالي حول السلامة والدعم (من الصفحات 28-32).

إذا كانت لديك أي أسئلة، يُرجى طرحها على طبيبك أو الصيدلي المتابع لك.

### بورتيزوميب

- **تحقق مع طبيبك على الفور** إذا كنت تظن أنك قد تكون مصابًا بعدوى، أو إذا أصبت بحمى، أو قشعريرة، أو سعال، أو بحة في الحلق، أو ألم في أسفل الظهر أو الجانب، أو كنت تعاني من ألم أو صعوبة في التبول.
- تجنب الأشخاص المصابين بالعدوى.
- **كن حذرًا** عند استخدام فرشاة الأسنان، أو خلة أو خيط الأسنان.
- قد يوصي طبيبك، أو طبيب الأسنان أو الممرضة أو الصيدلي بطرق أخرى لتنظيف أسنانك ولثتك. استشر طبيبك قبل الخضوع لأي إجراء متعلق بأسنانك.
- **احذر حتى لا تجرح نفسك** عند استخدام أدوات حادة مثل ماكينة الحلاقة أو مقصات الأظافر.

## ديكساميثازون

- لا تتوقف عن تناول ديكساميثازون أو تقلل الجرعة دون الرجوع إلى طبيبك.
- لا تحصل على أي تطعيمات أثناء تناولك ديكساميثازون دون موافقة طبيبك.
- قد يقلل ديكساميثازون من فعالية اللقاحات الحية.
- تجنب الاحتكاك الوثيق مع أي شخص يعاني من مرض معدٍ مثل جدري الماء أو الحصبة.
- فالتعرض لمثل هذه الأمراض أثناء تناولك لعقار ديكساميثازون يمكن أن يعرضك لخطر أكبر للإصابة بهذه الأمراض إذا لم تكن قد أصبت بها من قبل.
- أخبر أي أطباء آخرين، وأطباء الأسنان والصيدلة المعالجين لك بأنك تتناول ديكساميثازون، خاصةً إذا كنت ستبدأ بتناول أي أدوية جديدة.
- أخبر طبيبك على الفور إذا كنت مصابًا بالسكري وإذا لاحظت أي تغيير في قراءات سكر الدم أو البول.

أثناء تلقبك ريفليميد®، وبورتيزوميب وديكساميثازون، أخبر الأطباء الآخرين، أو طبيب الأسنان أو الصيدلي إذا:

- كنت تتناول علاجات أخرى، بما في ذلك الفيتامينات، أو المكملات العشبية أو الأدوية بدون وصفة طبية
- كنت على وشك البدء في تناول أي أدوية جديدة
- كنت تخطط للخضوع لجراحة
- أصبحت حاملاً أو أصبحت شريكك حاملاً
- حافظ على جميع مواعيد طبيبك حتى يمكن التحقق من تقدمك.

# السلامة والدعم - برنامج *i-access*®

ينتمي ريفليميد® إلى مجموعة من العقاقير المعروفة باسم عقاقير التعديل المناعي، أو IMiDs. تعد المعلومات التالية مهمة لأي شخص يتلقى عقاقير التعديل المناعي كجزء من علاجه. في حالة تناول عقاقير التعديل المناعي في أثناء الحمل، فقد يسبب عيوبًا خلقية خطيرة للطفل الذي لم يولد بعد أو يؤدي إلى وفاته. لتجنب التعرّض لوفاة الأطفال الذين لم يولدوا بعد، لا تتوفر عقاقير التعديل المناعي إلا في إطار برنامج *i-access*®.

يضمن برنامج *i-access*® مراقبة استخدام عقار ريفليميد® وتوزيعه عن كثب والتحكم الجيد به، كما يضمن إبلاغ المرضى بشكل كامل بعلاجهم، والأهم من ذلك، أنهم يتخذون جميع الخطوات اللازمة لتجنب تعرض الجنين لعقار ريفليميد®.

يتمتع المرضى الذين يتلقون العلاج بعقار ريفليميد® بالقدرة على ترشيح صيدلية محلية لإعادة تعبئة مخزونهم الدوائي من خلال برنامج *i-access*®.

يمكن فقط للمرضى المسجلين رسميًا في برنامج *i-access*® والذين يوافقون على الامتثال لجميع متطلبات هذا البرنامج تلقي العلاج بريفليميد® للحصول على قائمة كاملة بالمتطلبات والمزيد من المعلومات، يرجى الرجوع إلى مجموعة موارد برنامج *i-access*® ومعلومات المنتج.

## i-access®

# ما متطلبات تسجيل المرضى في برنامج® *i-access*؟

## متطلبات خاصة لبرنامج® *i-access* للنساء القادرات على الحمل\*

مهم: تجنبى حدوث الحمل:

- خلال فترة 4 أسابيع السابقة لبدء العلاج بعقاقير التعديل المناعي
- أثناء تناول عقاقير التعديل المناعي
- أثناء أي فترة انقطاع عن تناول عقاقير التعديل المناعي
- خلال فترة 4 أسابيع التي تلي انتهاء علاجك بعقاقير التعديل المناعي

### قبل بدء العلاج:

- يجب أن توقعي على موافقة المريض الخاصة ببرنامج® *i-access*، وتوافقي على عدم الحمل أثناء تناول عقاقير التعديل المناعي
- يجب أن تستخدمى وسيلة واحدة على الأقل عالية الفعالية، ويفضل استخدام وسيلة إضافية فعالة لتحديد النسل (منع الحمل)† خلال فترة 4 أسابيع قبل البدء في استخدام عقاقير التعديل المناعي
- يجب أن تخضعي لاختبار حمل خاضع للإشراف الطبي\*\* واحد على الأقل تكون نتيجته سلبية ويؤكد ذلك طبيبك:

- إما في وقت الاستشارة، أو في الأيام الثلاثة (3) السابقة لزيارة الطبيب

- يجب أن يخضع اختبار الحمل لإشراف طبي وليس اختبار حمل من صيدلية

\*يشمل: النساء اللاتي في مرحلة الحيض، أو مرحلة انقطاع الطمث بسبب العلاج الطبي السابق، و/أو اللاتي تبلغن من العمر أقل من 50 عامًا و/أو منهن في مرحلة ما قبل انقطاع الطمث؛ أو النساء اللاتي قد انقطع الطمث عنهن بشكل طبيعي لمدة  $\leq 12$  شهرًا على التوالي. تشمل الوسائل عالية الفعالية لتحديد النسل الجهاز داخل الرحم (لا يوصى باستخدام اللولب النحاسي)، والوسائل الهرمونية\* (حبوب منع الحمل، الحقن، الغرسات، الحلقة)، تعقيم البوق أو قطع القناة الدافقة للشريك (يؤكد تحليلان سلبيان للمني). تشمل الوسائل الفعالة الإضافية لتحديد النسل الغشاء الحاجز، أو غطاء عنق الرحم أو واقي ذكري من اللاتكس/البولي يوريثان للشريك الذكر. †يوصى باستخدام حبوب البروجسترون فقط مع بعض عقاقير التعديل المناعي. لا يُنصح باستخدام وسائل منع الحمل الفموية المركبة. يرجى سؤال طبيبك عن وسيلة تحديد النسل التي ينبغي عليك استخدامها. \*\*يقصد بمصطلح "خاضع للإشراف الطبي" اختبار قد تم إجراؤه أو الإشراف عليه من قبل اختصاصي رعاية صحية. ينبغي أن يرجع مقدم الرعاية الصحية إلى معلومات المنتج ذات الصلة (أستراليا) أو ورقة بيانات المنتج (نيوزيلندا) للحصول على تفاصيل حول نوع اختبارات الحمل التي ينبغي أن تخضعين لها. الاختبار الذي يتم في المنزل دون إشراف طبي غير مقبول.

## أثناء العلاج:

- يجب عليك الاستمرار في استخدام وسيلة منع حمل واحدة على الأقل فعالة للغاية، ويفضل وسيلة أخرى فعالة لتحديد النسل (منع الحمل)
- يجب أن تخضعي أيضاً لاختبارات حمل منتظمة تحت إشراف طبي، بغض النظر عن الاستمرار في الامتناع عن الجماع:  
- كل 4 أسابيع أثناء العلاج

و

- ينبغي إجراء اختبارات الحمل في يوم زيارة الطبيب أو في الأيام الثلاثة (3) السابقة للزيارة
- يجب ألا تُرضعي طفلكِ رضاعةً طبيعيةً أو تتبرعي بالدم<sup>^</sup>
- يحظر بتاتاً مشاركة كبسولات عقاقير التعديل المناعي، أو كسرها، أو مضغها أو فتحها
- ملحوظة: إذا فاتتكِ دورة شهرية، أو تعرضتِ لأي خلل في نزيف الحيض، أو أصبحتِ حاملاً، أو كنتِ تمارسين الجماع دون استخدام وسيلة فعالة لتحديد النسل (منع الحمل):
- توقي عن تناول عقار التعديل المناعي على الفور، وأخبري طبيبكِ على الفور وأجري اختبار حمل

<sup>^</sup>في أستراليا، يتم استبعاد مرضى الورم النقوي من التبرع بالدم للأيد.

## لمدة 4 أسابيع بعد العلاج:

- يجب عليك الاستمرار في استخدام وسيلة منع حمل واحدة على الأقل فعالة للغاية، ويفضل وسيلة أخرى فعالة لتحديد النسل (منع الحمل)
- يجب أن تستمري في إجراء اختبارات الحمل تحت إشراف طبي كل 4 أسابيع، مع التأكد من إجراء اختبار حمل بعد 4 أسابيع من إيقاف العلاج
- يجب ألا تُرضعي طفلكِ رضاعةً طبيعيةً أو تتبرعي بالدم<sup>٦</sup>
- ملحوظة: إذا فانتكِ دورة شهرية، أو تعرضتِ لأي خلل في نزيف الحيض، أو أصبحتِ حاملاً، أو كنتِ تمارسين الجماع دون استخدام وسيلة فعالة لتحديد النسل (منع الحمل):
- أخبري طبيبك على الفور واحرصي على إجراء اختبار حمل
- إذا عانيت من أي آثار جانبية، ينبغي عليك إخبار طبيبك أو الصيدلي
- ينبغي عليك دائماً إعادة أي كبسولات غير مستخدمة إلى الصيدلي للتخلص منها بشكل آمن في أقرب وقت ممكن

<sup>٦</sup>في أستراليا، يتم استبعاد مرضى الورم النقوي من التبرع بالدم للأيد.



## متطلبات برنامج *i-access*® للنساء غير القادرات على الحمل

### قبل بدء العلاج:

- يجب عليك التوقيع على موافقة المريض لبرنامج *i-access*®، للإشارة إلى أنك لا تملكين القدرة على إنجاب الأطفال
- هذا يعني أنك تبلغين من العمر 50 عامًا على الأقل وقد انقطع طمثك بشكل طبيعي لمدة 12 شهرًا على الأقل
- أو إذا كنتِ تعانين من قصور المبيضين المبكر بتأكيد من طبيب أمراض نسائية متخصص\*\*

### • أو قد أجريت جراحة لإزالة الرحم (استئصال الرحم)

### • أو قد خضعت لإزالة كلا المبيضين

### • أو لديك النمط الجيني XY

### • أو مصابة بمتلازمة تيرنر

### • أو تعانين من عدم تكوّن الرحم

### أثناء العلاج وفي أثناء أوقات التوقف عن أخذ الجرعات:

- يجب عدم التبرع بالدم<sup>^</sup>
- تجنب مشاركة كبسولات عقاقير التعديل المناعي الخاصة بك

### لمدة 4 أسابيع بعد العلاج:

- يجب عدم التبرع بالدم<sup>^</sup>
  - ينبغي عليك دائمًا إعادة أي كبسولات غير مستخدمة إلى الصيدلي للتخلص منها بشكل آمن في أقرب وقت ممكن
- ملحوظة:** إذا عانيت من أي آثار جانبية، ينبغي عليك إخبار طبيبك أو الصيدلي.

\*يقصد بمصطلح "خاضع للإشراف الطبي" أي اختبار قد تم إجراؤه أو الإشراف عليه من قبل اختصاصي رعاية صحية. ينبغي أن يرجع مقدم الرعاية الصحية إلى معلومات المنتج ذات الصلة (أستراليا) أو ورقة بيانات المنتج (نيوزيلندا) للحصول على تفاصيل حول نوع اختبارات الحمل التي ينبغي أن تخضعين لها. الاختبار الذي يتم في المنزل دون إشراف طبي غير مقبول.

<sup>^</sup>في أستراليا، يتم استبعاد مرضى الورم النقوي من التبرع بالدم للأبد.

## متطلبات برنامج *i-access*® للرجال

### قبل بدء العلاج:

- تُفوّز عقاقير التعديل المناعي في السائل المنوي. لذلك يجب عليك التوقيع على موافقة المريض الخاصة ببرنامج *i-access*® التي توافق فيها على استخدام واقٍ ذكري من اللاتكس/البوليوريثان\* في كل مرة تمارس فيها الجماع مع امرأة إما حامل أو قادرة على الحمل (حتى لو كنت قد خضعت لاستئصال ناجح للأسهر)

### أثناء العلاج وفي أثناء أوقات التوقف عن أخذ الجرعات:

- يجب عليك استخدام واقٍ ذكري من اللاتكس/البوليوريثان في كل مرة تمارس فيها الجماع مع امرأة إما حامل أو قادرة على الحمل (حتى إذا كنت قد خضعت لاستئصال ناجح للأسهر)
- يجب أن تخبر طبيبك على الفور إذا كنت تمارس الجنس مع امرأة دون استخدام واقٍ ذكري من اللاتكس/البوليوريثان، أو إذا كنت تعتقد لأي سبب أن شريكك قد تكون حاملاً
- يجب ألا تتبرع بالدم<sup>١</sup> أو الحيوانات المنوية
- يحظر بتاتاً مشاركة كبسولات عقاقير التعديل المناعي، أو كسرها، أو مضغها أو فتحها

### لمدة 4 أسابيع بعد العلاج:

- يجب أن تستمر في استخدام واقٍ ذكري من اللاتكس/البوليوريثان في كل مرة تمارس فيها الجماع مع امرأة إما أن تكون حاملاً أو يمكن أن تصبح حاملاً (حتى لو كنت قد خضعت لاستئصال ناجح للأسهر)
  - يجب أن تخبر طبيبك إذا كنت تمارس الجنس مع امرأة دون استخدام واقٍ ذكري من اللاتكس/البوليوريثان، أو إذا كنت تعتقد لأي سبب أن شريكك قد تكون حاملاً
  - يجب ألا تتبرع بالدم<sup>١</sup> أو الحيوانات المنوية
  - ينبغي عليك دائماً إعادة أي كبسولات غير مستخدمة إلى الصيدلي للتخلص منها بشكل آمن في أقرب وقت ممكن
- ملحوظة:** إذا عانيت من أي آثار جانبية، ينبغي عليك إخبار طبيبك أو الصيدلي.

\*إذا كانت لديك حساسية تجاه اللاتكس والبوليوريثان، يجب أن تستخدم شريكك في العلاقة الجنسية وسيلة عالية الفعالية لمنع الحمل واحدة على الأقل، ويفضل استخدام وسيلة إضافية فعالة لمنع الحمل. يُرجى مناقشة الأمر مع طبيبك.

<sup>١</sup>في أستراليا، يتم استبعاد مرضى الورم النقوي من التبرع بالدم للأبد

# أين يمكنني العثور على المزيد من المعلومات؟

لا تخش أبداً أن تسأل طبيبك إذا كانت لديك أي أسئلة أو مخاوف بخصوص مرضك و/أو علاجه، أو إذا كنت تريد ببساطة أن تعرف إلى أين يمكنك أن تذهب للحصول على مزيد من المعلومات؛ فطبيبك سيظل دائماً مصدرك الأكثر موثوقية للمعلومات والنصائح.

للحصول على النصائح أو المشورة حول كيفية منع الآثار الجانبية المرتبطة بالعلاج أو الحد منها، تحدّث إلى طبيبك أو أعضاء آخرين من فريق الرعاية الصحية المتابع لك المشاركين في علاجك (مثل، الممرضة أو الصيدلي).

يمكن الحصول على مزيد من المعلومات حول ريفليميد® و/أو برنامج *i-access*® عن طريق الاتصال بشركة Celgene، وهي إحدى شركات خدمة عملاء Bristol Myers Squibb على الرقم 1800 235 4363 واتباع الإرشادات الأوتوماتيكية.

## جهات اتصال مفيدة

### Myeloma Australia

يدعم ويقدم المعلومات للمصابين بالورم النقوي، إلى جانب نشاطهم في المطالبة بتوفير العلاج الأفضل والأبحاث الداعمة.

يتولى الإشراف على خط الدعم ممرضة متخصصة في الورم النقوي تدعم المرضى الذين تم تشخيص إصابتهم بالورم النقوي.

خط الدعم: 1800 MYELOMA (1800 693 566)

الموقع الإلكتروني: [www.myeloma.org.au](http://www.myeloma.org.au)

### Leukaemia Foundation

يمكنهم تقديم الدعم من خلال المتخصصين الصحيين المؤهلين، كما أن بوسعهم توفير النقل إلى معظم مراكز العلاج الحضرية، والإقامة لمرضى الأقاليم الذين يتلقون العلاج في المراكز الحضرية، بالإضافة إلى الدعم العملي.

الهاتف: 1800 620 420 | الموقع الإلكتروني: [www.leukaemia.org.au](http://www.leukaemia.org.au)

## **Cancer Council of Australia**

يوفر نطاقاً واسعاً من المعلومات وبرامج الدعم للأشخاص المصابين بالسرطان، بما في ذلك الورم النقوي

خط المساعدة: 13 11 20

الموقع الإلكتروني: [www.cancer.org.au](http://www.cancer.org.au)

## **Cancer Institute NSW**

يوفر نطاقاً واسعاً من المعلومات وبرامج الدعم للأشخاص المصابين بالسرطان

الهاتف: 8374 5600 (02)

الموقع الإلكتروني: [www.cancerinstitute.org.au](http://www.cancerinstitute.org.au)

## **National Prescribing Service (NPS)**

يوفر نطاقاً واسعاً من المعلومات وبرامج الدعم للأشخاص المصابين بالسرطان

الهاتف: 1300 MEDICINE (1300 633 424)

الموقع الإلكتروني: [www.nps.org.au](http://www.nps.org.au)

## **Lab Tests Online**

مورد متاح للعامة يقدم المعلومات حول الاختبارات المعملية السريرية من المتخصصين في المختبرات الذين يقومون بإجراء الاختبارات

الموقع الإلكتروني: [www.labtestsonline.org.au](http://www.labtestsonline.org.au)

# معلومات إضافية

## معلومات للأصدقاء، وأفراد الأسرة ومقدمي الرعاية

هذا القسم من الكتيب مصمم ليقراه أفراد الأسرة، والأصدقاء ومقدمو الرعاية للأشخاص الذين يُعالجون بعقار ريفليמיד® وبورتيزوميب وديكساميثازون.

يحتوي هذا القسم على بعض المعلومات العامة حول الطرق التي يمكنك من خلالها المساعدة في دعم أحد أفراد أسرتك، أو صديقك أو الشخص الذي تعتني به، أثناء علاجه. سيساعدك التعرف على المرض والعلاج في فهم ما يخوضه.

هناك العديد من الطرق التي يمكنك من خلالها أن تكون داعماً، مثل المساعدة في الأعمال المنزلية، أو التذكير بتناول الأدوية، أو توفير الدعم النفسي بأن تكون بجانب المصاب. تذكر، من المهم أيضاً أن تعتني بنفسك خلال هذه الفترة الصعبة - فالحفاظ على صحتك وتخصيص الوقت لنفسك سيساعدك على أن تكون أكثر قدرة على تقديم الدعم.

## ما بعض الطرق العملية التي يمكنني المساعدة من خلالها؟

### فهم حالة المريض



ستساعدك القراءة عن الورم النقوي المتعدد وعلاجه على فهم ما يعانيه فرد أسرتك/ صديقك بشكل أفضل. كما أن حضور المواعيد الطبية معهم يمثل دعمًا كبيرًا، بالإضافة إلى فرصة لطرح الأسئلة.

تفضل بزيارة المواقع الإلكترونية التالية لمعرفة المزيد:

• [www.myeloma.org.au](http://www.myeloma.org.au)

• [www.leukaemia.org.au](http://www.leukaemia.org.au)

### التعرف على أدويته



تعرف على ما يفعله كل دواء، ومتى يجب تناوله، ومتى ينبغي تجديد الوصفات الطبية (يمكن أن يفيد استخدام المفكرة). إذا كان المريض لا يتذكر دائمًا تناول دوائه، يمكنك مناقشة استراتيجيات لتذكيره، مثل ضبط منبه أو ترك ملاحظة في مكان ما يراه كل يوم.

### انتبه للآثار الجانبية



هناك طريقة مهمة جدًا لمساعدتك وهي مراقبة أي آثار جانبية قد يتعرض لها المريض. إذا عانى المريض من آثار جانبية، فتأكد من الاتصال بطبيبه أو الفريق الطبي على الفور.

## المساعدة في المهام اليومية



إن المساعدة في مهام مثل الطهي، والتسوق، والعناية بالحديقة، والأعمال المنزلية، وإدارة الأعمال الورقية، مثل دفع الفواتير، أو مجالسة الأطفال، أو اصطحاب المريض بالسيارة إلى المواعيد يمكن أن يشكل فارقًا كبيرًا. لست مضطرًا للقيام بذلك بمفردك - يمكنك تنسيق جدول أو مناورات مع أفراد الأسرة والأصدقاء الآخرين الذين يتوقون للمساعدة.

## ما عليك سوى أن تكون موجودًا من أجل المريض



لا تقل من أهمية الأمور البسيطة لإظهار اهتمامك، مثل الاستماع إلى ما يدور في ذهنه والبقاء على اتصال معه. إذا كان المريض يشعر بأنه على ما يرام، فإنّ إحدى الطرق الرائعة لتقديم الدعم والمساعدة لإبعاده عن حالته الصحية تكمن في القيام ببعض الأنشطة "العادية" معًا، مثل مشاهدة فيلم، أو الخروج لتناول العشاء، أو الخروج للاستمتاع ببعض الهواء النقي وممارسة التمارين الرياضية.

## ما بعض النصائح للعناية بصحتي؟

إن رعاية شخص مصاب بالورم النقوي المتعدد أمر صعب، وقد تهمل بسهولة صحتك الشخصية. ولكن إذا لم تكن في أفضل حالاتك، فسيكون من الصعب تقديم أفضل رعاية لشخص آخر. لذلك من المهم جدًا تخصيص وقت لتلبية احتياجاتك - بما في ذلك صحتك البدنية، وسلامتك العاطفية وحياتك الاجتماعية. وفيما يلي بعض النصائح التي قد تساعدك.

### نصائح للصحة البدنية

- جرّب تناول 3 وجبات صحية، ومتوازنة يوميًا
- حافظ على ترطيب جسمك بشرب الكثير من السوائل
- قلل من الأطعمة الدهنية، والسكر، والكافيين والكحول
- تأكد من حصولك على قسط كافٍ من النوم
- مارس التمارين الرياضية، بانتظام و برفق
- خذ وقتك للاسترخاء يوميًا
- لا تنسَ الاعتناء بصحتك.
- قم بزيارة اختصاصي الرعاية الصحية عند الحاجة

### نصائح للسلامة العاطفية

- انتبه لعلامات الضائقة العاطفية (مثل القلق، والاكتئاب، والغضب والإجهاد)، واطلب المساعدة من المتخصصين إذا لزم الأمر
- مارس بعض التمارين الرياضية، أو التنفس العميق أو أساليب الاسترخاء لتخفيف التوتر وتصفية ذهنك



- ابحث عن هواية تمارسها بانتظام أو ابدأ في حصص لتعلم مهارة تهتم بها
- لا تشعر بالذنب بسبب رغبتك أو حاجتك لوقت بعيد عن واجباتك كمقدم رعاية
- خذ فترات راحة قصيرة ورتب لتوفير رعاية بديلة، بحيث يمكنك أن تكون مطمئنًا وتشعر بالراحة أثناء وقت فراغك
- تحدّث إلى أصدقائك المقربين أو أسرتك حول مشاعرك، أو أي تغييرات في مزاجك ربما يكونوا قد لاحظوها
- انضم إلى مجموعة دعم أو غرفة دردشة عبر الإنترنت مع مقدمي رعاية آخرين في موقف مشابه (انظر صفحة 33 لمعرفة المؤسسات التي يمكنها المساعدة)
- اطلب المساعدة من المتخصصين إذا كنت تجد صعوبة في التكيف

### نصائح للحفاظ على العلاقات الاجتماعية

- طمأن أسرتك وأصدقائك بأنه على الرغم من أنك قد لا تراهم بالقدر الذي تريده، فإنك تحتاج إلى دعمهم وتقديره
- شارك تجاربك كمقدم رعاية معهم حتى يتمكنوا من محاولة فهم الأمر بالنسبة لك، ولكن اسألهم أيضًا عما يحدث في حياتهم
- اقبل الدعوات إلى الفعاليات الاجتماعية، أو ادع الآخرين لزيارتك في المنزل
- اتصل أو خطط لرؤية الأشخاص الذين فقدت التواصل معهم
- انضم إلى نادٍ أو نشاط جماعي

# مسرد المصطلحات

**الأجسام المضادة:** البروتينات التي تحارب العدوى

**استئصال الرحم:** إجراء جراحي تتم فيه إزالة الرحم

**الانتكاس:** عودة المرض أو تفاقمه

**بروتين M:** نوع من الأجسام المضادة تنتجه خلايا الورم النقوي؛ قد يفحص طبيبك مستوى بروتين M في دمك و/أو بولك لمراقبة مرضك وتقييم مدى استجابتك للعلاج

**التصوير المقطعي المحوسب (CT):** تقنية تصوير تستخدم جهاز كمبيوتر لإنشاء صور أشعة سينية ثلاثية الأبعاد

**التصوير المقطعي بالإصدار البوزيتروني (PET):** تقنية تصوير تستخدم الجلوكوز (السكر) المشع لتمييز الخلايا السرطانية

**التصوير بالرنين المغناطيسي (MRI):** تقنية تصوير تستخدم الطاقة المغناطيسية لتوفير صور مفصلة للعظام والأنسجة الرخوة

**الجهاز المناعي:** مجموعة معقدة من الأعضاء والخلايا التي تدافع عن الجسم ضد العدوى والمرض

**خلايا البلازما:** خلايا دم بيضاء خاصة تصنع أجسامًا مضادة

**خلايا الدم البيضاء:** الخلايا التي تساعد الجسم على مكافحة العدوى والمرض

**خلايا الورم النقوي:** خلايا البلازما التالفة التي تتكون في نخاع العظم

**الخلية الجذعية:** خلية يمكن أن تتطور إلى مجموعة كبيرة من أنواع الخلايا المختلفة؛ يمكن العثور على الخلايا الجذعية في نخاع العظم، حيث تتطور إلى أنواع مختلفة من خلايا الدم

**سبايك M:** زيادة غير طبيعية في مستوى بروتين M

**السرطان:** مصطلح لأي مرض تنقسم فيه الخلايا النافذة أو غير الطبيعية وتتكاثر بشكل لا يمكن السيطرة عليه

**الصفائح الدموية:** أصغر الخلايا في الدم، وهي ضرورية لتخثر الدم؛ وتسمى أيضاً صفيحات  
**عامل التعديل المناعي:** مادة تحفز الجهاز المناعي لمساعدة الجسم على مكافحة السرطان.

**العد الدموي الكامل (FBC):** اختبار يقيس عدد وأنواع الخلايا الموجودة في الدم

**علاج المداومة:** علاج إضافي يُعطى لتحسين نجاح علاج السرطان الأولي، مثل زراعة الخلايا الجذعية

**فقر الدم:** حالة يكون فيها عدد خلايا الدم الحمراء أقل من الطبيعي، ما يؤدي إلى التعب أو الضعف

**ليناليدوميد:** المادة الفعالة في ريفليميد®؛ وهي تعمل بطرق متعددة داخل نخاع العظم لإيقاف أو إبطاء نمو خلايا الورم النقوي السرطاني

**المرض المتبقي:** المصطلح المستخدم للأعداد الصغيرة من الخلايا السرطانية التي تظل في نخاع العظم أثناء العلاج أو بعده عندما يكون المريض في حالة هدأة

**نخاع العظم:** نسيج ناعم شبيه بالإسفنجة يوجد في منتصف العظام الكبيرة، وينتج خلايا الدم البيضاء، وخلايا الدم الحمراء والصفائح الدموية

**الهدأة:** قلة أو انخفاض مستوى الأعراض

**هضمي:** متعلق بالجهاز الهضمي



**Revlimid®**  
(lenalidomide) capsules

**تحذير:** يرتبط ريفليميد (لينايدوميد) بنائياً مع "ثاليدوميد"، المعروف بأنه يسبب عيوباً خلقية بشرية شديدة مهددة للحياة (أطفال مشوهين) ووفاة الطفل الذي لم يولد بعد إذا تم تناوله أثناء الحمل. إذا تم تناول ريفليميد في أثناء الحمل، فقد يسبب عيوباً خلقية خطيرة للطفل الذي لم يولد بعد أو يؤدي إلى وفاته. لا تتناولي ريفليميد إذا كنتِ حاملاً أو تعتقدن أنكِ حامل.

**ملحوظة:** لا يحتوي هذا الكتيب على كل ما يلزم معرفته عن الورم النقوي المتعدد أو علاجه، وليس المقصود منه أن يحل محل المشورة الطبية المهنية. ينبغي أن يتمثل مصدر معلوماتك الرئيسي في طبيبك ومقدمي الرعاية الصحية الآخرين المشاركين في رعايتك. ينبغي عليك اتباع تعليمات طبيبك في جميع الأوقات والاتصال بطبيبك إذا كانت لديك أي أسئلة حول حالتك أو علاجها.

لمزيد من المعلومات حول ريفليميد، يُرجى الرجوع إلى نشرة معلومات الدواء الموجهة للمستهلك الخاصة بعقار ريفليميد، وهي متوفرة على:

<http://www.guildlink.com.au/gc/ws/celgene/cmi.cfm?product=cjcrevli>

Celgene Pty Ltd. ABN 42 118 998 771. Level 15, 60 City Road, Southbank VIC 3006, Australia.

هاتف: 1800 CELGENE (1800 235 4363)

www.celgene.com.au © علامة تجارية مسجلة. 2003-AU-2100055 .BB-CEL4964. تاريخ الإعداد: مايو 2021.