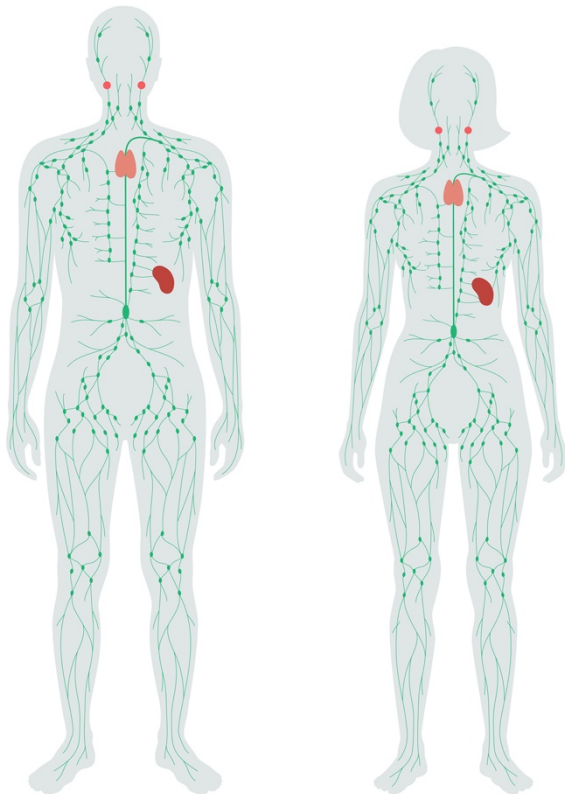


非霍奇金淋巴瘤

Non-Hodgkin Lymphoma

什么是非霍奇金淋巴瘤？

- 定义：非霍奇金淋巴瘤是一种始于淋巴系统的癌症，淋巴系统是人体免疫系统的一部分。这种癌症会影响淋巴细胞，这是一种有助于抵抗感染的白血球。
- 类型：非霍奇金淋巴瘤有多种不同类型。有的生长缓慢，有的生长快速。两个主要类别是：
 - B 细胞淋巴瘤：这些是最常见且影响的 B 淋巴细胞。
 - T 细胞淋巴瘤：较不常见，影响 T 淋巴细胞。



非霍奇金淋巴瘤的原因是什么？

- 病因：非霍奇金淋巴瘤的确切原因尚不完全清楚。然而，某些因素可能会增加您的风险，包括：
 - 免疫系统减弱。
 - 某些感染（如爱滋病毒或疱疹病毒）。
 - 淋巴瘤家族史。
 - 接触某些化学物质或辐射。

有什么症状？

非霍奇金淋巴瘤的症状

- 淋巴结肿大：颈部、腋窝或腹股沟出现无痛性肿块。
- 发烧：无明确原因的持续或间歇性发烧。
- 盗汗：夜间大量出汗，浸湿睡衣或被褥。
- 不明原因的体重减轻：未经尝试体重减轻 10% 或以上。
- 疲劳：异常疲倦或虚弱，休息后仍无改善。
- 皮肤搔痒：不明原因的搔痒，可能没有皮疹。
- 腹部疼痛或肿胀：因淋巴结肿胀而导致腹部不适或肿胀。
- 咳嗽或呼吸困难：如果胸部淋巴结受到影响，就会出现咳嗽或呼吸困难。
- 更容易受到感染：因免疫系统减弱而更容易生病。

何时去看医生

如果您遇到任何这些症状，特别是如果它们持续存在或随着时间的推移而恶化，请务必咨询医生以进行进一步的评估和诊断。早期检测对于有效治疗非霍奇金淋巴瘤至关重要。

如何诊断非霍奇金淋巴瘤？

- 诊断：为了诊断非霍奇金淋巴瘤，医生可能会进行多项测试，包括：
 - 体检以检查淋巴结是否肿胀。
 - 接受血液检查以寻找淋巴瘤的迹象。
 - 用于观察身体内部的影像检查（如电脑断层扫描或磁力共振）。
 - 活体组织检查以取出淋巴结或组织样本进行测试。

非霍奇金淋巴瘤如何治疗？

- 治疗选择：非霍奇金淋巴瘤的治疗取决于疾病的类型和阶段。常见的治疗方法包括：
 - 化疗：使用强效药物杀死癌细胞。
 - 放射治疗：使用高能量光瞄准并摧毁癌细胞。
 - 标靶治疗：使用专门针对癌细胞而不伤害正常细胞的药物。
 - 免疫治疗：帮助人体免疫系统对抗癌症。
 - 干细胞移植：用健康的干细胞替换受损的骨髓。对于某些患者来说可能是一种选择，尤其是在高剂量化疗后。

预后：

- 非霍奇金淋巴瘤的预后因类型、诊断阶段和患者个别因素而异。
- 早期诊断和治疗可以显著改善预后。

您可以做什么来保持健康？

- 遵循您的治疗计划：如果您被诊断出患有非霍奇金淋巴瘤，遵循医生的建议非常重要。
- 随时了解情况：了解您的淋巴瘤的具体类型并提出问题以了解您的治疗选择。
- 健康饮食：均衡饮食有助于在治疗期间支持您的身体。重点侧重于水果、蔬菜、全谷物和瘦蛋白质。
- 保持活跃：定期运动有助于提高您的能量水平和整体健康。

结论

非霍奇金淋巴瘤是一种严重的疾病，但了解它可以帮助您或您的亲人应对挑战。有了正确的资讯和支持，您就可以采取措施有效管理您的健康。

欲了解更多资讯：

- 访问淋巴瘤研究基金会 [Lymphoma Research Foundation](http://LymphomaResearchFoundation.org)
- 如果您对非霍奇金淋巴瘤有疑问或疑虑，请咨询您的医生。