



- الأمر سويًا. سيجعلك العلاج الكيميائي تشعرين بالإرهاق والتعب وأيضًا سرعة الغضب. لذا من المهم إخبارهم حتى يقدرُوا الموقف ويتقبلوا طريقة تعاملك معهم.
- اجعلي كلامك بسيطًا ومفهومًا.
- أكدي لهم أن المرض لن يؤثر على حبك لهم أو عنايتك بهم.
- اطلبي من أحد أفراد العائلة أو الأصدقاء طمأنة الأبناء وتقديم الدعم المعنوي لهم وتشجيعهم على تحمل المسؤولية.
- كلمة سرطان لها مدلول سلبي وتسبب الخوف لكن الأطفال لا يدركون معنى كلمة سلبي كما هو الحال مع الكبار. لذلك من الأفضل إخبار الطفل أنك مريضة بالسرطان بدلًا من استخدام كلمة أخرى مثل (المرض الوحش).

### ماذا سيحدث بعد إخبار أبنائي؟



- الأبناء الأكبر سنا عنصر مهم للمساعدة والمساندة والمهم تشجيعهم على تحمل المسؤولية حتى ولو كانت كبيرة.
- اسألهم عما يعرفونه عن مرض السرطان وصحي لهم المفاهيم الخاطئة.
- شجعيهم على التعبير عن مشاعرهم كل حسب تكوين شخصيته.
- من المهم التدقيق في اختيار الأشخاص الذين سيكونوا عاملا مساعدا في تقديم العون للأبناء .

### كيف أتحدث مع الأبناء في سن المراهقة

- تحدثي معهم عما يعرفونه عن مرض السرطان وقومي بتوضيح وتصحيح المفاهيم الخاطئة عن طريق الاستعانة بمصادر موثوق منها كالكتب.
- بعض المراهقين يحبون الخوض في التفاصيل ويفضلون البحث عن المعلومات بأنفسهم.

- لا بأس من جعلهم يتحدثون إلى أحد أفراد العائلة مثل الجد أو الجدة الذين يكون لديهم خبرة أو ثقافة لهذا المرض.
- إذا كنت ستخضعين للعلاج الكيميائي فربما من الأفضل عدم مناقشة الآثار الجانبية معهم إلا عند حدوثها.
- أشركيهن في اتخاذ القرارات التي تخص المسؤوليات الواجبة عليهم.

سيدتى : فى نهاية الأمر أنت صاحبة القرار سواء قررت إخبار أبنائك أم إخفاء الأمر عنهم. لكن تذكرى سيدتى أن أبنائك عون كبير لك. نرجو نحن فريق المؤسسة المصرية لمكافحة سرطان الثدي أن نكون قد أسهمنا بمساعدتك فى الوصول إلى أفضل الطرق لإخبار أبنائك.

**المؤسسة المصرية لمكافحة سرطان الثدي**  
**Breast Cancer Foundation of Egypt**