



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لرستان

مرکز آموزشی درمانی شهید رحیمی

تشخیص زودرس سرطان



شناسنامه ی پرورشور آموزشی

عنوان	تشخیص زودرس سرطان
تهیه و تنظیم	شهرام احمدی
سمت	کارشناس پرستاری- کارشناسی ارشد
تایید کننده و نظارت	فیزیولوژی پزشکی کارگروه آموزش به بیمار
سال بازنگری	1405
ناظر کیفی	
دکتر یحیی بهاروند	

واحد آموزش به بیمار و ارتقاء سلامت همگانی

با رعایت وارد زیر سلامتیان را حفظ کنید و خطر ابتلا به سرطان را کاهش دهید:

- ♦ از انواع دخانیات دوری کنید.
- ♦ خودتان را به وزن مناسب برسانید و در همان وزن حفظ کنید.
- ♦ با انجام فعالیت های فیزیکی تحرک داشته باشید.
- ♦ با مصرف میوه و سبزیجات سلامت غذایی خود را حفظ کنید.
- ♦ از مصرف نوشیدنی های الکلی پرهیز کنید.
- ♦ پوستتان را از تابش نور مستقیم خورشید محافظت کنید.
- ♦ خودتان، سابقه خانوادگی و علائم هشدار دهنده سرطان را بشناسید.
- ♦ آزمایش های غربالگری سرطان و چکآپ منظم را انجام دهید.



منابع:

The American Cancer Society medical and editorial content team
Last Medical Review: March 11, 2015 Last Revised: July 26, 2016

Translated by: Shahram Ahmadi

شماره تلفن بیمارستان: ۸-۳۳۳۳۶۱۴۲

بخش انکولوژی: ۲۶۷۶-۲۵۴۴

آموزش همگانی: ۳۳۳۳۸۱۵۶

وب سایت: rahimi.Lums.ac.ir



سرطان اندومتر (رحم)

انجمن سرطان آمریکا پیشنهاد می کند که همه ی خانم هایی که در سن یائسگی هستند در مورد علائم و خطرات سرطان رحم بررسی شوند. و باید هرگونه خونریزی یا لکه بینی واژینال را به پزشک خو اطلاع دهند.

سرطان ریه

انجمن سرطان آمریکا هیچ آزمایشی را جهت بررسی سرطان ریه را برای افرادی که در ریسک متوسط هستند پیشنهاد نمی کند. اما راهنمای غربالگری زیر برای افرادی که به دلیل مصرف دخانیات در ریسک بالا قرار دارند پیشنهاد می شود. اگر شما همه موارد زیر را دارید غربالگری سرطان ریه به شما پیشنهاد می شود:

- سن بین ۵۵ تا ۷۴ سالگی
- شرایط جسمی سالم
- داشتن سابقه مصرف ۳۰ پاکت سیگار در سال چه اکنون در حال مصرف هستین و چه بعد از ۱۵ سال ترک کرده اید.

غربالگری بصورت انجام سالانه سی تی اسکن با دوز کم (LDCT از قفسه سینه می باشد...



سرطان پروستات

غربالگری سرطان پروستات از سن ۵۰ سالگی شروع میشود و با توجه به معلوم نبودن مزایایی آزمایش به مضرات آن در مورد انجام دادن یا ندادن غربالگری با مشاورین سلامت خود صحبت کنید.



انجمن سرطان آمریکا این راهنمای غربالگری سرطان را برای بیشتر افراد بزرگ سال توصیه می‌کند. تست‌های غربالگری برای یافتن سرطان قبل از بروز علائم می‌باشد.



سرطان سینه

- زنان با سن بین ۴۰ تا ۴۴ سال باید غربالگری سرطان سینه را انجام ماموگرافی شروع کنند.
- زنان با سن بین ۴۵ تا ۵۴ سال سالانه باید ماموگرافی
- زنان با سن ۵۵ و بالاتر باید ۲ سال یکبار ماموگرافی شوند یا اگر می‌توانند سالانه غربالگری شوند.
- همه‌ی زنان باید با مزایا، محدودیت‌ها و احتمال آسیب غربالگری سرطان پستان آشنا باشند. همچنین باید ظاهر و شکل پستان سالم را بدانند و در صورت تغییر در آنها به پزشک متخصص اطلاع دهند.
- * برخی از زنان به دلیل سابقه خانوادگی، مسائل ژنتیکی و یا عوامل خاص دیگر باید در کنار ماموگرافی جهت غربالگری MRI نیز انجام دهند.



پولیپ‌ها، سرطان رکتوم و کولون

از سن ۵۰ سالگی شروع می‌شود، مردان و زنان هر دو باید یکی از برنامه‌های آزمایشی زیر را انجام دهند:

آزمایش‌هایی که پولیپ‌ها و سرطان را نشان می‌دهند

- * سیگموئیدوسکوپی هر ۵ سال یکبار، یا
- * کولونوسکوپی هر ۱۰ سال یکبار، یا
- * باریم انمای دابل کنتراست، یا
- * سی تی کولونوگرافی (کولونوسکوپی مجازی) هر ۵ سال یکبار

آزمایش‌هایی که غالبا سرطان را نشان می‌دهند

- * آزمایش سالانه خون مخفی در مدفوع بر پایه گوانیک (gFOBT)
- * آزمایش سالانه ایمونوشیمی مدفوع (FIT)
- * تست DNA مدفوع هر ۳ سال یکبار
- * اگر به دلیل سابقه خانوادگی یا سایر فاکتورهای دیگر در ریسک بالای سرطان کولون هستید از یک برنامه دیگر برای غربالگری استفاده کنید.
- * با مشاورین سلامت در مورد ریسک سرطان و برنامه تشخیصی خود صحبت کنید.

CANCER PREVENTION



سرطان سرویکس (دهانه رحم)

- آزمایش سرطان سرویکس (دهانه رحم) باید از سن ۲۱ سالگی شروع شود. زنان زیر ۲۱ سال نیازی به آزمایش ندارد.
- خانم‌های با سن ۲۱ تا ۲۹ سال باید هر سه سال یکبار تست پاپاسمیر بدهند. زنان با این رنج سنی نیازی به آزمایش HPV ندارند، اگرچه در صورت غیرطبیعی بودن تست پاپاسمیر مورد نیاز است.
- خانم‌های با سن ۳۰ تا ۶۵ سال باید هر پنج سال یکبار علاوه بر تست پاپاسمیر تست HPV را نیز انجام دهند.

HPV
It's very very common, but mostly not a problem

- خانم‌های با سن بالای ۶۵ سال که آزمایش‌های سرطان سرویکس خود را در ده سال گذشته بصورت منظم انجام داده و طبیعی بوده نیازی به انجام آزمایش سرطان سرویکس ندارند. و زمانی که آزمایش‌ها متوقف می‌شود نیازی به شروع مجدد آنها نیست. خانم‌های با سابقه بیماری‌های پیش سرطان سرویکس باید به آزمایش‌های خود برای حداقل ده سال پس از تشخیص ادامه دهند، حتی اگر وارد سن ۶۵ سالگی شوند.
- خانمی که رحم و سرویکسش به دلایل غیرمرتبط با سرطان سرویکس خارج شده است و هیچ سابقه‌ای از سرطان سرویکس یا بیماری پیش‌سرطان جدی را ندارد نیازی به انجام آزمایش ندارد.
- تمام خانم‌هایی که علیه HPV واکسینه شده‌اند باید هنوز به غربالگری مرتبط با گروه سنی خود ادامه دهند.

