

سرطان پستان چیست؟

سرطان پستان (به انگلیسی: Breast cancer) به نوعی سرطان گفته می‌شود که از بافت پستان آغاز می‌شود. این نکته باید مد نظر قرار گیرد که سرطان پستان ممکن است چندین سال طول بکشد تا قابل لمس شود. این بیماری از شایعترین و قابل درمان ترین سرطان ها در بانوان می باشد.

علت بیماری :

هیچ دلیل خاصی برای سرطان سینه وجود ندارد، با این وجود ترکیبی از رویدادهای ژنتیکی، هورمونی و احتمالاً محیطی ممکن است به توسعه آن کمک کند. اگر غدد لنفاوی تحت تأثیر قرار نگیرند، پیش آگهی سرطان پستان بهتر است. نکته کلیدی در میزان بهبود و درمان، تشخیص زودهنگام، قبل از متاستاز است.

عوامل خطر :

- جنسیت (مونث)
- افزایش سن
- جهش های ژنتیکی
- سرطان پستان قبلی: خطر ابتلا به سرطان در سینه مشابه یا مخالف به طور قابل توجهی افزایش می یابد.

- سابقه خانوادگی: داشتن خویشاوند درجه یک مبتلا به سرطان سینه (مادر، خواهر، دختر) این خطر را دو برابر افزایش می دهد. داشتن دو بستگان درجه یک خطر را تا پنج برابر افزایش می دهد.
- عوامل هورمونی: قاعدگی زودرس (قبل از ۱۲ سالگی)، پوچی، اولین تولد بعد از ۳۰ سالگی، یائسگی دیررس (بعد از ۵۵ سالگی) و هورمون درمانی (که قبلاً به عنوان درمان جایگزین هورمونی شناخته می شد).
- سایر عوامل : شامل قرار گرفتن در معرض پرتوهای یونیزان در دوران نوجوانی و چاقی در اوایل بزرگسالی، مصرف الکل (آبجو، شراب، یا مشروبات الکلی)، رژیم غذایی پرچرب

علائم و نشانه های بیماری

- توده در پستان
- تغییر در شکل ظاهری
- فرورفتگی های کوچک پوستی
- خروج مایع از نوک پستان
- نوک فرورفته پستان
- پوست قرمز و خشک (پوسته پوسته) پستان
- ماموگرافی مشکوک
- در بیماران دچار متاستاز، دردهای استخوانی، تورم و بزرگی غدد لنفاوی، تنگی نفس یا زردی (یرقان) هم دیده شود

تشخیص بیماری

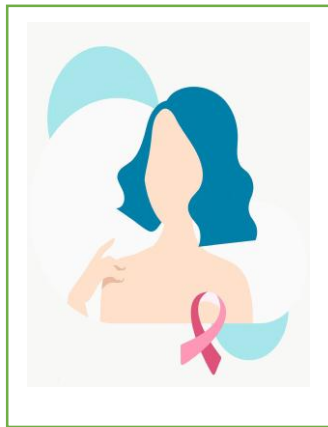
- شرح حال و معاینه
- معاینه بالینی پستان
- سونوگرافی
- ماموگرافی (توصیه می شود که زنان از سن ۵۰ تا ۷۴ سالگی، هر دو سال ماموگرافی شوند)
- ام آر آی
- آزمایش خون
- بیوپسی

درمان بیماری

در صورت احساس یک توده، اول از همه آرامش خود را حفظ کنید و مضطرب نشوید. ۸۰٪ توده های داخل پستان، سرطانی نیستند. این توده اغلب کیست های بی ضرر یا تغییرات بافتی در طول چرخه قاعدگی هستند. اما در صورت مشاهده هر چیز غیرعادی در پستان خود، به پزشک مراجعه کنید. درمان های این بیماری عبارتند از :

- جراحی
- خروج توده
- ماستکتومی
- رادیوتراپی
- شیمی درمانی

سرطان پستان



گروه هدف: بیماران خون

تهیه و تنظیم: ثریا بهاور (کارشناس پرستاری)

ناهدید قاسمی (سرپرستار بخش خون یک)

زیر نظر: خانم دکتر غلامی (رئیس بخش)

تاریخ تهیه: بهار ۱۴۰۱

- حداقل ۳۰ دقیقه در روز فعالیت ورزشی داشته باشید
- از مصرف الکل و سیگار پرهیز کنید.
- در صورت دارا بودن فرزند شیرخوار، شیردهی از پستان را مورد توجه قرار دهید.
- با پزشک درباره ی خطرات و مزایای حاصل از مصرف هورمون-های جایگزین یائسگی مشورت کنید.
- استفاده از مواد شیمیایی مانند رنگ مو و اکسیدان رابه حداقل برسانید.
- برای پیشگیری از ادم دست حتما بالا نگه داشته شود. یا بالش گذاشته شود. و برای جلوگیری از محدودیت دست حتما از فیزیوتراپ و پزشک مربوطه سوال شود.

سایت مرکز: www.imamreza.tbzmed.ac.ir

منبع: برگرفته از کتاب داخلی جراحی برونر سودارث

شماره تماس واحد مربوطه: در صورت داشتن هر نوع سوال
با شماره تلفن بیمارستان امام رضا (ع) ۵۴-۳۳۳۴۷۰-۵ داخلی
۲۱۴۸ بخش خون یک تماس فرمایید.

آموزش خودمراقبتی

- مراقبت زخم ناشی از جراحی: پس از جراحی لازم است بیمار به قرمزی یا درد غیر معمول در ناحیه جراحی توجه کند
- غذاهای پروتئینی و کم چرب مصرف کنید
- مقابله با خستگی و کم اشتها
- رعایت رژیم غذایی پس از دوره درمانی
- پوشیدن لباس راحت
- ویزیت و معاینه منظم
- نوع تغذیه: مصرف شیرینی علاوه بر احتمال ابتلا به چاقی، دیابت، بیماری‌های متابولسم و بیماری‌های قلبی، با سرطان پستان و متاستاز تومور مرتبط است و احتمال بروز این عارضه را افزایش می‌دهد.
- وزن متعادلی داشته باشید.
- از مصرف غذاهای پرچرب و سرخ کرده، نمک زده و آماده حاوی مواد نگهدارنده، ترشی و کنسروها پرهیز کنید یا مصرف آنها را کاهش دهید.
- میوه، سبزیجات، غلات و گوشت ماهی را بیشتر مصرف کنید چرا که می‌توانند با افزایش سطح آنتی اکسیدان‌ها سبب کاهش بروز سرطان شوند.