



سرطان پستان

سرطان سینه به شرایطی گفته می‌شود که در طی آن بسیاری از سلول‌های طبیعی در ساختار سینه به شکلی غیرعادی منتشر و تکثیر می‌شوند. در نتیجه شاهد ایجاد توده‌های سرطان هستیم. این بیماری شایع‌ترین سرطان تهاجمی در زنان بوده و همچنین دومین علت مرگ و میر ناشی از سرطان پس از سرطان ریه است. سرطان سینه می‌تواند هم در مردان و هم در زنان ایجاد شود. اما به‌طور کلی در زنان شیوع بیشتری دارد. سرطان سینه همانند سایر سرطان‌ها به دو نوع خوش خیم و بد خیم تقسیم می‌شود.

علل

- _ عوامل ژنتیکی و وراثت
- _ یایسگی دیررس و باردار نشدن
- _ منارک (اولین قاعدگی) زودرس
- _ سن حاملگی بالا
- _ چاقی و رژیم غذایی پرچرب
- _ مصرف قرص های جلوگیری از بارداری و استروژنی که به صورت دارو به بیمار داده میشود
- _ قرار گرفتن در معرض عکس های رادیولوژی
- _ مصرف الکل
- _ سابقه سرطان پستان در خود فرد

علائم

دانستن اینکه پستان ها در حالت عادی چگونه باید باشند، بخش مهمی از سلامتی پستان است. از مهمترین نشانه هایی که می تواند در سرطان پستان دیده شود موارد زیر هستند:

- ✗ تورم تمام یا قسمتی از پستان (حتی اگر توده ای حس نشود)
- ✗ حفره حفره شدن پوست (گاهی اوقات شبیه به پوست پرتقال به نظر می رسد.)
- ✗ درد پستان یا نوک پستان
- ✗ تورفتگی نوک پستان
- ✗ قرمز شدن، پوسته پوسته شدن یا ضخیم شدن نوک پستان یا پوست سینه
- ✗ ترشح نوک پستان
- ✗ گره های لنفاوی متورم

در صورت گسترش (متاستاز) سرطان می توان علائمی مانند درد استخوان، زردی، سردرد و یا تنگی نفس را در بیمار مشاهده کرد.

تشخیص

در تشخیص سرطان پستان قدم اول اخذ شرح کامل و همچنین معاینه فیزیکی می باشد. در صورت یافتن هرگونه توده مشکوک یا ناهنجاری بررسی های تکمیلی الزامی می باشد. گام های مهم بعدی در تشخیص شامل تصویر برداری و اخذ نمونه یا بیوپسی می باشد. مدالیت های تصویر برداری شامل سونوگرافی، ماموگرافی و همچنین ام آر آی می باشد. برای بررسی متاستازهای احتمالی می توان از اسکن استخوانی یا PET اسکن بهره برد.

درمان

جراحی معمولاً در افرادی که در مراحل ابتدایی سرطان هستند به عنوان اولین قدم درمانی پیشنهاد می شود. دو متد جراحی که اغلب استفاده می شود شامل لامپکتومی (برداشتن توده با حفظ پستان) و ماستکتومی (برداشتن کل پستان درگیر) می باشد. از رادیوتراپی و شیمی درمانی می توان برای محدود کردن توده جهت تسهیل جراحی بهره برد. هورمون تراپی روش دیگری است که در انواعی از سرطان پستان که به نام حساس به هورمون شناخته می شوند، قبل یا بعد از جراحی استفاده می شود. در افرادی که به دلیل گسترش بیش از حد تومور قابل علاج نیستند از متد درمان تسکینی جهت بهبود کیفیت زندگی فرد استفاده می شود.

آموزش های خودمراقبتی بعد از عمل:

۱. عدم استفاده از مواد غذایی تا زمانی که پزشک معالج اعلام نماید.
۲. در صورت وجود درد، تهوع و استفراغ از تخت پایین نیایید.
۳. بنا به صلاح دید پزشک معالج، بیمار از بیمارستان مرخص می شود.
۴. دریافت نسخه دارویی و خلاصه پرونده قبل از مرخص شدن و استفاده از داروها طبق نظر پزشک.
۵. ۴۸ ساعت بعد از عمل می توان استحمام نمود.
۶. در مورد ادامه روند درمان از پزشک معالج خود سوال کنید.
۷. رژیم غذایی: رژیم غذایی پس از ترخیص رژیم معمولی است.
۸. فعالیت و استراحت: از انجام کارهای سنگین تا ۶ هفته خودداری نمایید. بعد از ترخیص راه رفتن بلا مانع است ولی سعی کنید به ناحیه عمل شده، در زمان برخاستن و نشستن فشاری وارد نشود.
۹. آموزش سلامت: از مصرف دخانیات و مشروبات الکلی اجتناب نمایید. از استرس و اضطراب دوری نمایید. از داشتن اضافه وزن پرهیز نمایید.

علائم هشدار دهنده بعد از عمل:

- قرمزی و تورم و درد و ترشح از محل عمل
- تب و لرز
- تهوع و استفراغ
- تورم دست در سمت پستان جراحی شده