

سرطان پستان



* ترشحات چرکی یا خونی باشد.

روشهای دیگر تشخیص سرطان پستان عبارتند از :

♦ معاینه بالینی پستان توسط ماما

♦ ماموگرافی

♦ سونوگرافی

♦ MRI

با خودآزمایی پستان و مراجعه به خانه های بهداشت، و مراکز بهداشتی در صورت مشاهده هرگونه تغییر در وضعیت پستانها، می تواند سبب تشخیص زودرس سرطان پستان و افزایش شانس درمان آن گردد.

از همه خانم ها می خواهیم، سرطان پستان را جدی بگیرند و چند دقیقه از وقت خود را در سال صرف تشخیص زودرس سرطان پستان کنند تا یک عمر زندگی سالم داشته باشند.



تشخیص سرطان پستان:

سرعت و شانس درمان بیماری سرطان پستان تا حدود زیادی به تشخیص زودرس بیماری ارتباط دارد؛ روش های تشخیصی متعددی وجود دارد که عبارتند از:

♦ **خود آزمایی پستان:** در این روش بسیار ساده، خانمها می توانند با صرف چند دقیقه وقت، سلامتی خود را کنترل کنند؛ این اقدام باید از سن ۲۰ سالگی به صورت ماهیانه انجام شود. در هنگام خودآزمایی پستان باید به این موارد توجه شود:

- داشتن توده در پستان یا زیر بغل
- تغییر در شکل یا سفتی پستان
- تغییرات پوستی شامل (پوست پرتغالی، قرمزی پوست، زخم پوست،...)
- ترشح نوک پستان که دارای هر یک از خصوصیات زیر باشند:
- * از یک پستان باشد (نه هر دو پستان)
- * از یک مجرا باشد (و نه از چند مجرا)
- * ترشح خود به خودی و ادامه دار باشد.

اهمیت سرطان پستان:

سرطان پستان، اولین سرطان شایع زنان در جهان و **اولین علت مرگ و میر** به دلیل سرطان در بین زنان ایرانی است.

همه زنان در معرض ابتلا به این بیماری قرار دارند و **آمارها نشان دهنده شیوع فراوان** آن است.

یکی از مهم ترین علل افزایش موارد بروز سرطان پستان، **شیوه زندگی نامناسب** افراد است.

متأسفانه سن ابتلا به سرطان پستان در بین زنان **ایرانی در حال کاهش است** و لذا پیشگیری از بیماری، خیلی ضروری است.



سرطان پستان یکی از شایع ترین سرطان ها است که در صورت **تشخیص سریع**، شانس درمان موفقیت آمیز بیمار بسیار زیاد می شود.

چه عواملی روی ابتلا به سرطان پستان موثرند:

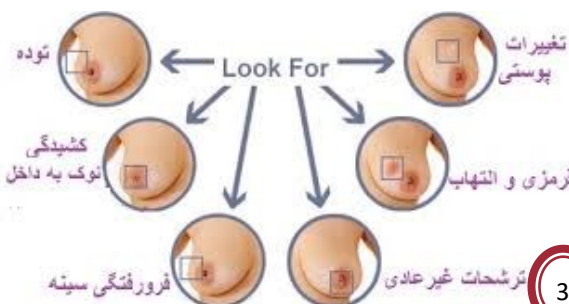
• ژنتیک یا سابقه خانوادگی؛ وجود سابقه بیماری در خانواده یا بستگان درجه یک، احتمال ابتلا به سرطان پستان را افزایش می دهد.

• از دیگر عوامل موثر در ابتلا به سرطان پستان، شیوه زندگی فرد است: عواملی نظیر چاقی و اضافه وزن، مصرف دخانیات، مصرف بالای چربی های اشباع شده، هورمون درمانی، قرص های ضدبارداری، مصرف الکل و مواجهه با اشعه که همگی، احتمال ابتلا به سرطان پستان را افزایش می دهد.

⇒ علائم سرطان پستان:

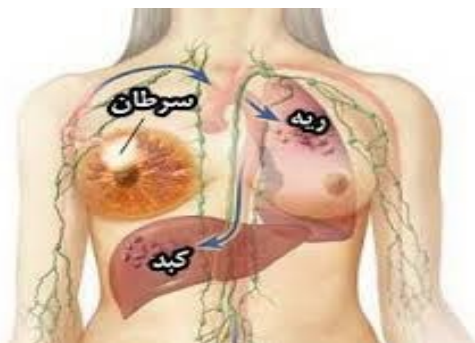
اغلب در مرحله اولیه، تومور در غده پستانی به هیچ وجه خود را نشان نمیدهد، اما در بیشتر موارد، سرطان را می توان در مراحل اولیه تشخیص داد.

برخی از علائم سرطان پستان



♦ سرطان پستان یک بیماری است که به دلیل تغییر و تکثیر کنترل نشده یکی از گروه های سلولی تشکیل دهنده بافت پستان ایجاد می شود.

♦ بافت سرطانی ابتدا در خود پستان و سپس به غدد لنفاوی نزدیک آن گسترش می یابد. در بیمارانی که سرطان پستان به موقع تشخیص داده نمی شود و درمان نمی شوند، سرطان به سایر اندام ها گسترش می یابد و به مرحله غیرقابل درمان می رود.



پیشگیری از سرطان پستان:

- ورزش و فعالیت بدنی
- مصرف لبنیات، میوه و سبزیجات
- بارداری و شیردهی
- رژیم غذایی کم چرب