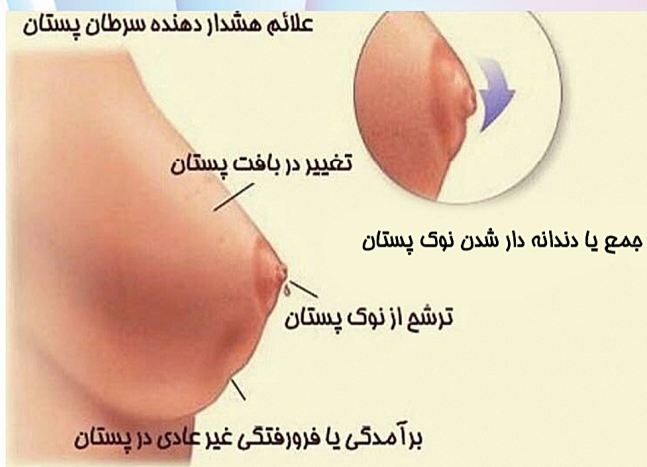




دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
شهید صدوقی یزد
بیمارستان شهدای محراب

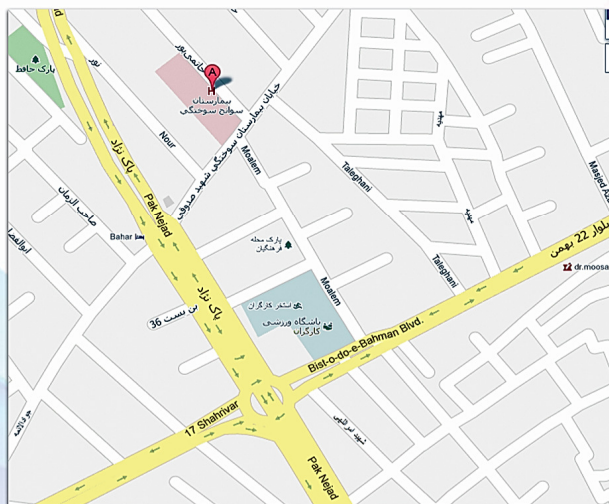
آگاهی بخشی در مورد سرطان پستان

علائم هشدار دهنده سرطان پستان



ویرایش پنجم

آموزش به بیمار



با آرزوی سلامتی و بهروزی برای بیماران

آدرس: یزد - میدان معلم

تلفن: ۰۳۵-۳۵۲۵۰۰۹۳-۹

نمابر: ۰۳۵-۳۵۲۵۶۵۵

تلفن مشاوره: داخلی ۲۵۳



mehrab.ssu.ac.ir



@shohadayemehrab.hospital

تهیه کننده:

آموزش بیمارستان شهدای محراب

بهترین زمان جهت انجام معاینات روزهای پنجشنبه و ششم از
شروع قاعدگی می باشد.

گاهی اوقات علاوه بر معاینه، ماموگرافی و سونوگرافی
پزشک برای تشخیص بهتر است که:

— بیوپسی به روش سوزنی یا جراحی می باشد و نمونه
گرفته شده به بخش پاتولوژی فرستاده می شود.

حتما باید جواب نمونه برداری خود را از بخش پاتولوژی
پیگیری کنید که معمولا ۷ تا ۱۰ روز برای آماده شدن
جواب زمان لازم است.



سرطان پستان شایع ترین سرطان مهاجم در زنان، پس از سرطان ریه و دومین علت مرگ و میر زنان بر اثر سرطان می باشد. پیشرفت های صورت گرفته در غربالگری و درمان، میزان بقاء بیماران را به طور چشمگیری افزایش داده است.

آگاهی از علایم و نیاز به انجام غربالگری از راه های کاهش ریسک سرطان پستان محسوب می شود.

هر خانمی ممکن است به سرطان سینه مبتلا شود اما برخی خانمها در مقایسه با دیگران مستعدتر هستند. در صورت وجود موارد زیر، شما در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به سرطان پستان قرار دارید:

– سابقه خانوادگی مثبت (مادر، خواهر یا دختر شما به سرطان پستان یا تخمدان مبتلا شدند.

– اولین قاعدگی در سن ۱۲ سالگی یا زودتر رخ داده باشد و یائسگی بعد از سن ۵۵ سالگی اتفاق افتاده باشد

– اولین زایمان بعد از ۳۰ سالگی باشد یا اینکه اصلاً زایمان نداشته باشید.

– در صورتی که پرتو درمانی قفسه سینه جهت درمان سرطان های دیگر انجام شده باشد.

– استفاده از قرص های پیشگیری از بارداری بیشتر از ۵ سال شانس سرطان را به میزان کمی افزایش می دهد.

– استفاده از درمان جایگزینی هورمون پس از یائسگی

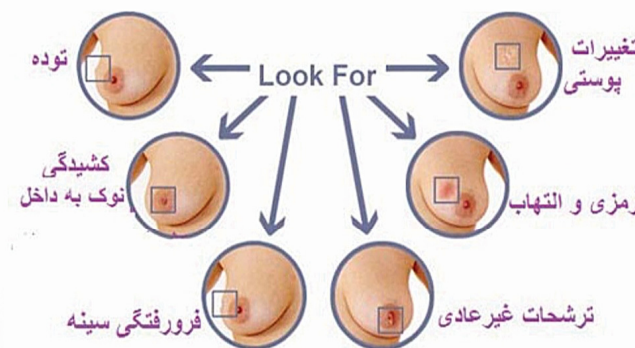
– چاقی به خصوص اگر بعد از یائسگی باشد ریسک ابتلا را بالا می برد.

– مصرف مواد غذایی با چربی بالا.
اصولی که اگر رعایت شود در پیشگیری از سرطان پستان موثر است:

– غذاهای کم چرب مصرف کنید.
– از میوه و سبزیجات تازه استفاده کنید.
– حتما ورزش منظم را در برنامه هفتگی خود بگذارید.
– زندگی اجتماعی سالمی داشته باشید.
– شیردهی شانس ابتلا به سرطان را کاهش می دهد.
– پرهیز از مصرف دخانیات.

علائم و نشانه های سرطان پستان
سرطان پستان در مراحل اولیه ممکن است هیچ نشانه ای نداشته باشد.

درد پستان به ندرت می تواند به عنوان اولین علامت سرطان پستان باشد.



• توده ای که در پستان یا غت می شود ممکن است با سرطان پستان مرتبط باشد ولی اغلب موارد وجود توده به معنی سرطان پستان نمی باشد.

• قرمزی، خارش، تورم، پوسته پوسته شدن و پوست پرتقالی شدن پوست پستان

• تغییر در اندازه و شکل پستان

• وجود ترشح از نوک پستان (شفاف یا قهوه ای)

• تغییر شکل یا تورفتگی نوک پستان

• بزرگ شدن غدد لنفاوی زیر بغل



اقداماتی که جهت تشخیص زود هنگام و به موقع بیماری باید صورت بگیرد:

۱- خانم های بالای ۲۰ سال هر ماه پستان ها را معاینه کنند و هر سال یکبار توسط پزشک معاینه شوند.

۲- خانم ها از سن ۳۵ سال و بالاتر علاوه بر معاینه توسط پزشک باید با ماموگرافی و سونوگرافی غربالگری شوند.

۳- کسانی که سابقه ابتلا به سرطان پستان در افراد فامیل درجه یک و دو را دارند سن غربالگری قبل از ۳۵ سال می باشد.