

## مقدمه:

در حال حاضر سرطانها یکی از مسائل مهم و اصلی بخش بهداشت و درمان در ایران و تمام دنیا می باشند. در کشور ما علت بسیاری در حال افزایش بوده و به عنوان سومیون علت مرگ و میر در استان آذربایجانشرقی دومیون علت مرگ و میر و دومیون گروه درگ از بیماریهای مزمن و غیر واگیر میباشد و درمان کشور را تحت تاثیر قرار داده است. عادات جدید زندگی (سرف غذاهای حاضری، پخت غیر شیمی و...) افزایش مصرف دخانیات، مصرف جرمی فراوان، مصرف قهوه، کم تحرکی، چاقی و... از عوامل اصلی ایجاد سرطان هستند.

در این میان سرطان پستان شایعترین نوع سرطان در بین زنان است. در جهان بعد از سرطان ریه و معده، سرطان پستان سومیون سرطان شایع می باشد. سرطان پستان مندرج در میزان ریزی می نهد تقریباً از هر ۹ زن یک نفر در طول عمر خود به سرطان مبتلا می شود.  
چنانچه سرطان پستان در مراحل اولیه و یا خود از مانی پستان و سایر تکسهای تشخیصی، شناسایی گردد، علل غیر پستانال افزایش خواهد یافت.  
سعی ما بر این است تا نسبتاً رایجترینهای تشخیصی و تشخیص سرطان پستان در مراحل اولیه، تشخیص با اصول مهم، تغییر، اصلاح و بهبود شیوه زندگی آشنا نماید. امید است پس از کسب اطلاعات لازم بتوانیم ضمن کنترل عوامل خطرزا و زمینه ساز سرطان سینه و اتخاذ شیوه رفتاری سالم، خود را در مقابل انواع بیماریها از جمله سرطانها مقاوم و مصون سازیم.  
انشاءالله

## سرطان پستان چیست؟

سرطان پستان بیماری است که در آن سلولهای سرطانهای در یافت پستان به دلیل اختلالات ژنتیک و یا محیطی، شروع به رشد و تکثیر نامنظم می کند و می تواند خوش خیر و یا بدخیم باشد. سلولهای سرطانی می توانند از طریق خون و رگهای لنفاوی به دیگر ارگانها در جمله کبد، ریه، استخوانها و... انتشار یابند. انتشار سرطان به سایر بافتها مناسبتر نامیده می شود.

## حقیقی در مورد سرطان پستان

✓ به استثناء سرطان پوست، سرطان پستان شایع ترین نوع سرطان در میان زنان است.

✓ در آمریکا سالانه بیش از ۳۱۰۰۰ زن دچار سرطان پستان می شوند  
سرطان پستان در سال ۲۰۰۶ علت مرگ بیش از ۴۰۹۷۰ نفر از زنان بوده که بعد از سرطان ریه، دومین علت مرگ ناشی از سرطان در زنان می باشد.

✓ سرطان پستان در سال ۲۰۰۶ در آمریکا، ۱۶۹۰ نفر از مردان را در زنان می باشد.  
✓ سرطان پستان در سال ۲۰۰۶، ۶۶٪ نفر از آنان بوده است.

✓ سرطان پستان در سال ۲۰۰۶، ۶۶٪ نفر از آنان بوده است.  
میتوانیم بگوییم عامل مرگ بیش از ۶۰٪ نفر از آنان بوده است.  
✓ بیش از ۹۵ درصد موارد این بیماری در سنین بالای ۵۰ سال دیده می شود.  
✓ ۵۰-۱۰ درصد از سرطانهای پستان در مراحل اولیه دیده می شود.  
✓ ۹۷٪ درصد از زنان با تشخیص سرطان پستان در سال ۲۰۰۶، میزان بقا ۵ ساله بالاتری دارند.  
بیماری، میزان بقا ۵ ساله بالاتری دارند.

## عواملی که خطر بروز سرطان پستان را افزایش می دهند

هورمون علت اصلی ایجاد کننده سرطان پستان شناخته شده است و در واقع همه زنان در معرض خطر ابتلا به این بیماری هستند.

**مهمترین عواملی که باعث افزایش خطر ابتلا به سرطان پستان می شوند عبارتند از:**  
جنس: زن بودن یک عامل مهم برای ابتلا به سرطان پستان است (۱۰۰ برابر شایع تر از مردان)  
سن: سرطان پستان ارتباط مستقیم با افزایش سن دارد. زنان بالای ۵۰ سال بیشتر در معرض ابتلا به سرطان پستان هستند.  
این بیماری قبل از پانسیگی زیاد شایع نیست.

**امید به خدا، اصلاح و بهبود شیوه زندگی داروی شفا بخش هر**

عوامل ژنتیکی: سابقه ای از این سرطان، عامل مهمی در ابتلا به سرطان پستان است.  
باردگیهای مکرر: زنان مبتلا به سرطان پستان در یک طرف سینه، ۳-۴ بار بیشتر در برابر خطر ابتلا به سرطان پستان در طرف دیگر سینه می باشند.  
تشدید زیاد اشعه به قفسه سینه: در معرض اشعه قرار گرفتن سینه خصوصاً قبل از ۳۰ سالگی، خطر ابتلا به سرطان پستان را زیاد می کند.

دوره های قاعدگی، بلوغ زودرس (قبل از ۱۳ سالگی)، پانسیگی، دیررس (بعد از ۵۵ سالگی)، داشتن اولین کودک بعد از ۳۰ سالگی، عدم داشتن فرزند، دریافت درمانهای مکرر هورمونی در دوران پانسیگی، مصرف زیاد چربی چاقی: خصوصاً چاقی پس از پانسیگی، مصرف زیاد چربی کبدیت سیگار و نوشیدن الکل ابتلا به برخی از بیماریهای خوش خیم پستان البته باید تاکید کرد که وجود یک یا تمام این شرایط خطر ابتلا به سرطان پستان را افزایش می دهد. در هر فرد به معنای ابتلا قطعی وکی به این بیماری نیست و این عوامل صرفاً احتمال ابتلا را افزایش می دهند.

به عبارت دیگر افرادی که هر یک از این شرایط را دارند باید بیشتر از سایرین به سلامت پستان خود توجه نمایند.  
همچنین بسیاری از بیماران، هیچ یک از عوامل فوق را ندارند. لذا همه زنان در معرض خطر ابتلا هستند.

## بیماری است حتی سرطان



## دانشتني هايي در مورد

# سرطان پستان

دکتر ایرج اسودی  
دکتر مهرداد گلزاری  
خانم مهوری گلچین



تهران ۸۵

مرکز تحقیقات سرطان و متابولیسم  
و مهارت بیگانه - دانشگاه علوم پزشکی  
و خدمات بهداشتی در ملی ایران

باید به خاطر داشته باشید که انجام خود آزمایش پستان جانشین معاینات منظم توسط پزشک و ماموگرافی نمی باشد.

### معاینه بالینی توسط پزشک

زنان بین سنین ۲۹-۳۰ سال باید هر ۳ سال و زنان در سنین بعد از ۴۰ سالگی ، باید هر سال توسط پزشک معاینه شوند.

### ماموگرافی

بهترین روش موجود برای شناسایی سرطان پستان در مراحل اولیه بیماری بوده و مرگ ناشی از سرطان پستان را ۱۶ درصد کاهش می دهد. در سنین بعد از ۴۰ سالگی جهت تشخیص زودرس سرطان پستان ، انجام ماموگرافی هر ۱-۲ سال ایده آل است. زنان زیر ۴۰ سال مستعد ابتلا به سرطان پستان ، باید در مورد لزوم انجام ماموگرافی با پزشک خود مشورت نمایند.

**باید دانست که سرطان کپهه بیماری خطرناکی است اما در مراحل اولیه قابل درمان است بنابراین میگانه از ترس احتمال تشخیص سرطان ، از مراجعه به پزشک خودداری نکنید.**

### References :

- [www.Cancer.gov](http://www.Cancer.gov)
- [www.cancer.ca](http://www.cancer.ca)
- [www.Preventcancer.org](http://www.Preventcancer.org)
- [Pezeskonline.ir](http://Pezeskonline.ir)
- [Cancerline.com](http://Cancerline.com)

CANCER

### علائم و نشانه ها

سرطان پستان در مراحل اولیه معمولا درد ندارد . در واقع سرطان پستان ، در مراحل اولیه هیچ علامتی ندارد اما هم اینطور که سرطان رشد می کند ، می تواند موجب تغییراتی شود که زنان باید آگاه باشند :

- ✓ توده پستانی ، شایع ترین علامت سرطان پستان که بدون درد است .
- ✓ ترشح از نوک پستان بویژه ترشحات خونی
- ✓ تغییرات پوست پستان
- ✓ تغییرات نوک پستان
- ✓ تغییر اندازه در پستان
- ✓ بزرگی غدد لنفاوی زیر بغل



### تشخیص زودرس سرطان پستان و غربالگری

با وجود آن که نمی توان از ایجاد سرطان پستان جلوگیری نمود ولی با تشخیص زودرس و به موقع آن ، شانس بیشتری برای درمان موفقیت آمیز این بیماری وجود دارد . هدف اصلی غربالگری ، تشخیص بیماری در مراحل بدون علامت است .



سه روش شناخته شده برای تشخیص زودرس سرطان پستان وجود دارد :

### خودآزمایی پستان

تمام زنان بالای ۲۰ سال بایستی ماهانه خود آزمایی پستان را برای آگاهی و کشف هرگونه تغییرات در پستان خود انجام دهند. بهترین زمان برای انجام معاینه ماهانه ۲-۳ روز بعد از پایان عادت ماهانه برای زنان در سنین باروری است .  
زنانی که یائسه شده اند باید یک روز معین در هر ماه را برای این معاینه انتخاب کنند .  
خود آزمایی پستان شامل ۲ مرحله نگاه کردن و لمس است .

