

مقدمه: غالب سرطان ها در افراد بالای ۵۰ سال اتفاق می افتد. اگر سرطان ها پیش از آنکه در سایر قسمت های بدن انتشار یابند، کشف نشوند، درمان زیاد موفقیت آمیز نخواهد بود.

حتی اگر کنترل های منظم سالیانه داشته باشید، نسبت به بروز علائم سرطان در فواصل زمانی کنترل های منظم، آگاه باشید.

سرطان ریه

سرطان ریه بیشتر زنان و مردان بالای پنجاه سال را مبتلا می کند. غالب افرادی که به سرطان ریه مبتلا می شوند، سیگاری هستند یا قبلاً "سیگاری بوده اند. ترک سیگار خطر ابتلا به سرطان ریه را کاهش می دهد.

- هیچوقت سرفه مزمن یا سرفه همراه با خون را نادیده نگیرید. به کادر درمانی اطلاع دهید.

- اگر سیگاری هستید، آن را ترک کنید. اگر برای ترک کردن احتیاج به کمک داشتید، به کادر درمانی اطلاع دهید.

سرطان کولورکتال (روده بزرگ)

بروز سرطان روده بزرگ غالباً " پس از پنجاه سالگی رخ می دهد. تاریخچه خانوادگی یا مشکلات روده ای خاص، خطر بروز سرطان روده بزرگ را در فرد افزایش می دهد.

- از کادر درمانی در باره انجام سالیانه آزمایش مدفوع از نظر خون، سوال کنید.

- از کادر درمانی در باره انجام سیگموئیدسکوپی و کولونوسکوپی هر پنج سال، سوال نمایید.

- هرگونه تغییر در عادات اجابت مزاج و یا تغییر در ظاهر مدفوع را به کادر درمانی اطلاع دهید.

سرطان پوست

بیشتر سرطان های پوست بعد از سن ۵۰ سالگی ظاهر می شوند. در معرض اشعه ماورای بنفش قرار گرفتن که غالباً " از نور شدید آفتاب ناشی می شود، خطر بروز سرطان های پوست را افزایش می دهد.

- خود را بپوشانید و از کرم های محافظ در برابر نور خورشید استفاده کنید.

- از برنامه های غربالگری موجود سرطان پوست در منطقه خود استفاده کنید.

- بطور مرتب پوست خود را از نظر برآمدگی ها و نواحی که در اندازه، شکل یا رنگ تغییر یافته اند، کنترل کنید.

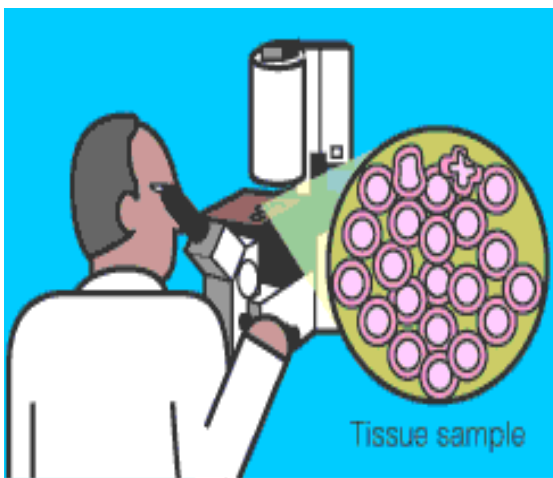
سرطان های زنان

- یک زن از هر هشت زن به سرطان پستان مبتلا می شود. سرطان هایی که زودتر بوجود آنها پی برده می شود، پیش آگهی بهتری داشته و دوره بهبودی طولانی دارند. ۳/۴ سرطان های پستان، در زنان بالای پنجاه سال بروز می کند. سرطان رحم بیشتر بین سن ۵۵ و ۷۰ سالگی ظاهر می شود. سرطان دهانه رحم در بین زنان جوان شایع تر است. سرطان تخمدان بیشتر در زنان بالای ۵۰ سال دیده می شود.

- ماهانه پستان ها را از نظر برآمدگی یا سایر تغییرات معاینه کنید.



سرطان در سنین ۵۰ سالگی



اشرف السادات زحلی

پرستار بخش خون و انکولوژی

مرکز تحقیقات هماتولوژی و انکولوژی

دانشگاه علوم پزشکی تبریز

بهار ۱۳۸۷

- اگر برآمدگی یا تغییر دیگری در بیضه یا کیسه بیضه مشاهده کردید به کادر درمانی اطلاع دهید.

[http:// www.MD Consult.com](http://www.MD Consult.com)

- اگر در پستان خود برآمدگی یا تغییر دیگری مشاهده کردید، به کادر درمانی اطلاع دهید.
- در زمان های توصیه شده، ماموگرافی برای غربالگری انجام دهید.
- معاینات مرتب لگن و آزمایش پاپ اسمیر جهت کنترل انجام دهید.
- در باره ترشحات واژن یا خونریزی غیر عادی واژینال به کادر درمانی اطلاع دهید.

سرطان های مردان

- سرطان پروستات اغلب، مردان بالای ۵۵ سال را گرفتار می کند. سرطان بیضه بیشتر در مردان جوان و میانسال رخ می دهد.
- سالیانه کنترل های منظم جسمی شامل معاینات مقعدی داشته باشید.
- برای غربالگری سرطان پروستات آزمایش (PSA) "آنتی ژن اختصاصی پروستات" را انجام دهید.
- ماهانه معاینه بیضه را از نظر برآمدگی و تغییرات دیگر انجام دهید.