



## سرطان های زنان



خدیجه حقوقی

پرستار بخش خون و

انکولوژی

مرکز تحقیقات هماتولوژی و انکولوژی  
دانشگاه علوم پزشکی تبریز  
بهار ۱۳۸۷

در افرادی که پوست روشن، کک و مک زیاد، موی سرخ و چشمان آبی دارند شایع تر است. اشعه ماوراء بنفش، نور شدید خورشید و پرتو درمانی خطر ابتلا به سرطان پوست را افزایش می دهد.

**برای کاهش خطر بروز سرطان پوست به موارد زیر توجه کنید:**

- ۱- زمانی که در معرض نور شدید خورشید قرار دارید از پوشش مناسب و کرم های ضد آفتاب استفاده کنید.
- ۲- پوست خود را از نظر هر گونه تغییر و توده غیر طبیعی بررسی کنید.

منبع مورد استفاده:

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

سرطان دهانه رحم در زنان جوان شایع تر است. سرطان تخمدان در زنان بالای ۵۰ سال رخ می دهد. احتمال بهبودی در زنانی که سرطان زود تشخیص داده می شود، بیشتر است.

**برای کاهش خطر بروز این سرطان ها به موارد زیر توجه کنید:**

- ۱- به طور منظم دوره های پاپ اسمیر و معاینه لگن را انجام دهید.
- ۲- هرگونه تغییر و خونریزی غیرطبیعی از واژن را به کادر درمانی اطلاع دهید.
- ۳- در صورت خونریزی بعد از مقاربت کادر درمانی را مطلع سازید.
- ۴- در صورت درد شکم کادر درمانی را مطلع سازید.

**سرطان پوست**

بیشتر سرطان های پوست بعد از ۵۰ سالگی رخ می دهد.

**مقدمه:** سرطان در تمام گروه های سنی رخ می دهد ، اما در سنین میانسالی بیشتر رخ می دهد. میزان شیوع انواع مختلف سرطان و مرگ و میر ناشی از آن در میان نژادهای مختلف و بین زن و مرد متفاوت است.

### **سرطان پستان**

سرطان پستان شایع ترین سرطان و علت عمده مرگ ناشی از سرطان در بین زنان می باشد. از هر ۸ زن یک نفر را مبتلا می کند. احتمال بهبودی در افرادی که سرطان آنها زود تشخیص داده می شود، بیشتر است. ۳/۴ سرطان های پستان در زنان بالای ۵۰ سال رخ می دهد.

### **برای کاهش خطر بروز سرطان پستان به موارد زیر توجه کنید:**

۱- ماهانه پستان ها را از نظر وجود توده و سایر تغییرات کنترل کنید.

۲- بعد از ۵۰ سالگی هر ۱-۲ سال ماموگرافی انجام دهید.

### **سرطان ریه**

شایع ترین سرطان در آمریکا و شایع ترین علت مرگ و میر می باشد. سرطان ریه در افراد سیگاری بیشتر شایع است. در صورت ترک سیگار، خطر ابتلا به سرطان ریه کاهش می یابد.

### **برای کاهش خطر بروز سرطان ریه به موارد زیر توجه کنید:**

۱- وجود سرفه های طولانی و سرفه های خونی را به کادر درمانی اطلاع دهید.  
۲- سیگار را ترک کنید. در صورت نیاز به حمایت و کمک به ترک سیگار، از مشاورین کمک بگیرید.

### **سرطان کولون و رکتوم (سرطان روده بزرگ):**

سرطان کولون و رکتوم در زنان بالای ۵۰ سال رخ می دهد. احتمال ابتلا به سرطان کولون و رکتوم در زنانی که سابقه فامیلی کولیت زخمی شونده و یا سایر بیماریهای روده ای را دارند، بیشتر است.

### **برای کاهش خطر بروز سرطان کولون و رکتوم به موارد زیر توجه کنید:**

۱- هر گونه تغییر در عادات روده ای و اجابت مزاج را به کادر درمانی اطلاع دهید.  
۲- از غذاهای کم چرب، سرشار از فیبر و کم گوشت استفاده کنید.

### **سرطان های رحم، دهانه رحم و تخمدان**

سرطان رحم بیشتر در زنان سنین ۷۹-۵۵ سال رخ می دهد.