

سرطان پستان

به رشد غیرطبیعی سلول‌ها در یک یا هر دو پستان گفته می‌شود. سلول‌های غیرطبیعی می‌توانند به بافت‌های مجاور حمله و تشکیل تومور بدخیم دهند. سلول‌های سرطانی قادر به شیوع به غدد لنفاوی و سایر نقاط بدن هستند. رایج‌ترین نوع سرطان پستان به نام سرطان مجاری پستان است که از مجاری سینه منشاء می‌گیرد. با گذشت زمان تعداد مرگ میر حاصل از سرطان پستان کاهش می‌یابد و تعداد افراد بیشتری با موفقیت درمان می‌شوند.

علائم

- ✓ تغییر در حالت پستان: شایع‌ترین علامت وجود یک توده بدون درد و یا ضخامت در پستان یا زیر بغل است.
- ✓ تغییر در شکل پستان: پوست پستان ممکن است گود و یا مانند پوست پرتغال شود.
- ✓ تغییر در نوک پستان: پوسته پوسته شدن پوست اطراف این ناحیه.
- ✓ تغییر رنگ و قرمز شدن پوست پستان
- ✓ ترشح مایع از نوک پستان

علل شایع و عوامل خطر

- ✓ پزشکان علت اصلی سرطان پستان را که در اثر تقسیم غیر عادی سلول‌های پستان رخ می‌دهد را نمی‌دانند اما مواردی وجود دارند که خطر ابتلا به سرطان پستان را افزایش می‌دهند.
- عوامل خطرزایی که قابل تغییر نیستند عبارتند از:
نشده‌اند از پرتو درمانی خارجی استفاده می‌شود.

- ✓ افزایش سن و تغییر در ژن‌های خاص، عادت ماهانه در سن بسیار جوان معمولاً قبل از ۱۲ سالگی
 - ✓ عوامل خطرزایی که شما ممکن است قادر به تغییر آن‌ها باشید عبارتند از: استفاده از انواع خاصی از هورمون درمانی پس از یائسگی، اضافه وزن، فعالیت ناکافی بدن، هرگز باردار نشدن، بچه دار شدن در سن بالا (معمولاً سن بالای ۳۰ سال)، مصرف الکل
- بسیاری از زنانی که عوامل خطرزا را دارند مبتلا به سرطان پستان نمی‌شوند. همچنین بسیاری از زنانی که مبتلا به سرطان پستان می‌شوند، هیچ یک از عوامل خطرزا بجز پیر شدن را ندارند.

عوارض احتمالی

- ✓ از عوارض پرتودرمانی خستگی، خارش و قرمز شدن پوست می‌باشد. در برخی موارد برخی از اندام‌های داخلی بدن مانند کبد نیز می‌توانند به علت پرتودرمانی آسیب ببینند.

تشخیص

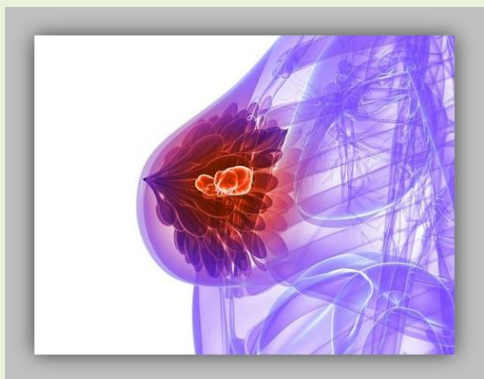
- ✓ طی معاینات فیزیکی منظم پزشک وجود تومور و غدد را تشخیص می‌دهد. بسته به سن و عوامل خطر پزشک ممکن است ماموگرافی (تصویربرداری از پستان)، ام.آر.آی و تصویربرداری با استفاده از امواج صوتی را تجویز کند. ماموگرام می‌تواند توده‌های بسیار کوچک که با لمس مشخص نیستند را نیز نشان دهد.
- ✓ بسیاری از زنان با لمس سینه‌های خود، به وجود توده پی می‌برند. اگر پزشک توده‌ای را تشخیص دهد، نمونه‌برداری از سلول‌های توده را تجویز می‌کند. نتیجه نمونه‌برداری به پزشک کمک می‌کند تا سرطان و

- ✓ نوع آن را تشخیص دهد.
- ✓ سایر آزمایشات جهت تشخیص مرحله پیشروی سرطان انجام می‌گیرد. درمان بکارگیری شده نیز بستگی به نوع و میزان پیشرفت سرطان دارد.

درمان

- ✓ روش درمانی بستگی به عوامل متعددی مانند تاریخچه خانوادگی، مشکلات سلامت و احساس شما نسبت به حفظ یا برداشتن پستان‌هایتان دارد. شما و پزشک معالج تصمیم می‌گیرید چه روش درمانی را در پیش بگیرید.
- ✓ لامپکتومی: برداشتن قسمتی از بافت پستان که البته این عمل فقط در شرایطی صورت می‌گیرد که سرطان در مراحل اولیه باشد و چندان پیشرفت نکرده باشد.
- ✓ ماستکتومی: برداشتن کل بافت یک یا هر دو پستان‌ها
- ✓ برداشتن گره‌های لنفاوی: به منظور تشخیص میزان گسترش سلول‌های سرطانی گره‌های لنفاوی خارج شده و به آزمایشگاه فرستاده می‌شود.
- ✓ پرتو درمانی داخلی و خارجی: در این روش درمانی با استفاده از امواج رادیویی قدرتمند سلول‌های سرطانی هدف گرفته شده و از بین می‌روند. این شیوه درمانی به دو شکل داخلی و خارجی قابل اجرا می‌باشد. بعد از لامپکتومی و ماستکتومی به منظور از بین بردن بافت‌های سرطانی که احتمالاً از طریق جراحی از بدن خارج نشده‌اند از پرتو درمانی خارجی استفاده می‌شود.

سرطان پستان



* شماره تلفن بیمارستان و شماره داخلی
بخش مربوطه جهت رفع ابهامات آموزشی
در اختیار شما قرار می گیرد ،
شماره بیمارستان: ۵-۵۵۲۲۲۰۳۱-۰۱۱
شماره داخلی بخش: ()

✓ برای حفظ انرژی و قدرت خود سعی کنید از کاهش وزن پیشگیری کنید.

✓ وعده‌های غذایی اصلی خود را زودتر بخورید.

❖ مراقبت

✓ تا جایی که می‌توانید در مورد بیماری خود از منابع موثق اطلاعات کسب کنید تا با شناخت کامل‌تری نسبت به ماهیت بیماری خود قادر به مقابله با آن باشید.

✓ با شخصی که دوست دارید صحبت کنید. با صحبت کردن در مورد احساسات خود با دوستان، افراد خانواده یا گروه‌های حمایتی احساس بهتری پیدا خواهید کرد.

✓ برای انجام کارهای خود از دوستان و آشنایان کمک بگیرید.

✓ اهداف قابل دسترس و واقع بینانه برای خود تعیین کنید.

✓ برای خود وقت بگذارید، به خود اهمیت بدهید، خوب غذا بخورید، آرامش خود را حفظ کرده و به اندازه کافی استراحت کنید.

❖ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

← راجع به عوامل خطرزایی که شما را تهدید می‌کنند با پزشکتان مشورت کنید. ببینید در چه بازه‌های زمانی باید تست ماموگرافی انجام دهید.

← اگر دارای سابقه خانوادگی ابتلا به سرطان پستان هستید.

← در صورت بروز علائم سرطان پستان یا علائم نگران کننده دیگر

References : 1. clinicalkey 2. mayoclinic 3. Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing 4. familydoctor 5. betterhealth

✓ در پرتودرمانی داخلی نیز منبع پرتو در درون بدن بیمار جایگذاری می‌شود.

✓ شیمی‌درمانی: در این روش یک داروی شیمیایی خاص از طریق رگ‌های خونی وارد بدن فرد شده و سلول‌های سرطانی را از بین می‌برد. شیمی‌درمانی به خصوص برای افرادی استفاده می‌شود که سرطان در بدن آن‌ها گسترش پیدا کرده است.

✓ هورمون‌درمانی: این روش درمانی هم قبل و هم بعد از عمل جراحی به منظور کاهش احتمال بازگشت سرطان صورت می‌گیرد.

✓ درمان هدفمند: در این روش درمانی با استفاده از داروهایی خاص سلول‌های سرطانی مورد حمله قرار می‌گیرند.

❖ رژیم غذایی و تغذیه

✓ پس از ترخیص از بیمارستان به توصیه‌های پزشک خود در مورد شیوه‌های صحیح تغذیه عمل کنید.

✓ از یک رژیم غذایی سالم پیروی کنید. در صورتی که حس می‌کنید اشتهای چندانی برای خوردن ندارید، سعی کنید به جای مصرف یک یا دو وعده غذایی سنگین، تعداد وعده‌های غذایی را افزایش داده و میزان غذا در هر وعده را کم کنید.

✓ مواد غذایی با پروتئین، کالری و ویتامین بالا را در رژیم غذایی خود بگنجانید تا به این ترتیب از کاهش انرژی و وزن خود پیشگیری کنید.

✓ از مصرف کافئین پرهیزید.