

بیمارستان و زایشگاه

بنت الهدی



آدرس : مشهد ، خیابان بهار

تلفن : ۵ - ۵۱۳۸۵۹۰۰۵۱

www.bentolhodahospital@yahoo.com

کانال تلگرامی : @benthospital

این پمفلت به منظور افزایش آگاهی شما عزیزان جهت حفظ و ارتقاء سلامت تان تهیه گردیده است.

مقدمه:

سرطان در تمام گروه های سنی رخ میدهد، اما در سنین میانسالی بیشتر رخ میدهد. 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 میکند احتمال بهبودی در افرادی که سرطان آنها زود تشخیص داده می شود، بیشتر است.

۴/۳ سرطان های پستان در زنان بالای ۵۰ سال رخ میدهد.

برای کاهش خطر بروز سرطان پستان به نکات زیر توجه کنید:

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

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

سرطان ریه:

شایع ترین سرطان در امریکا 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 میابد.

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

۱- وجود سرفه های طولانی و سرفه های خونی را به کادر درمان 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- هرگونه تغییر در عادت روده ای و اجابت مزاج را به کادر درمان اطلاع دهید.

۲- از غذاهای کم چرب ، سرشار از فیبر و کم گوشت استفاده کنید.



سرطان های زنان

(آموزش به مددجو)

بیمارستان و زایشگاه هدیت الهدی

واحد ارتقاء سلامت

منبع: بیماری های زنان نوآک ۲۰۱۸



عنوان سند: سرطان های زنان

شماره سند: ۱۶۱-۱۴۹ شماره ویرایش: ۰۰ شماره بازنگری: ۰۰
تاریخ بازنگری: شهریور ماه ۹۸



سرطان پوست:

بیشتر سرطان های پوست بعد از ۵۰ سالگی رخ میدهد. در کسانی که 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 میدهد.

برای کاهش 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.

سرطان های رحم و تخمدان:

سرطان رحم بیشتر در زنان سنین ۵۵-۷۹ سال رخ می دهد. سرطان دهانه رحم در زنان جوان شایع تر است. سرطان تخمدان در زنان بالای ۵۰ سال رخ میدهد. احتمال بهبودی در زنانی که زود تشخیص داده می شود، بیشتر است.

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

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

