

# راهنمای آموزشی بیماران در جهت آشنایی با علائم و پیشگیری و درمان سرطان های ریه ، معده ، کولون یا روده بزرگ، مثانه ، پروستات

**بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی  
شهید آیت ا... محلاتی تبریز**

**مرکز پیشگیری و ارتقای سلامت**



## پیشگیری از سرطان پروستات

پیشگیری از بیماری های مقاربتی - عدم مصرف دخانیات -  
استفاده از میوه و سبزیجات مخصوصا استفاده از گوجه فرنگی

### سرطان مثانه

میزان بروز سرطان مثانه در مردان بیشتر است. اگر تومور  
بدخیم باشد ممکن است به گره های لنفاوی ، استخوان ، کبد ،  
و ریه ها گسترش یابد .

### عوامل خطر

سیگار کشیدن - برخی داروها - پرتو درمانی در ناحیه لگن -  
استفاده بلند مدت از سوند ادراری - آسیب مثانه ناشی از  
سنگ و عفونت های مکرر - تماس شغلی با مواد شیمیایی مانند  
رنگ های صنعتی ، دوده زغال سنگ ،و.. - آشامیدن آبی که  
حاوی میزان زیادی سرب است .

### علائم سرطان مثانه

وجود خون در ادرار - کم خونی به علت از دست دادن خون مزمن  
- علائم تحریکی ادرار شامل تکررادرار ، فوریت و سوزش ادرار -  
کاهش وزن قابل توجه - در مراحل پیشرفته دردهای استخوانی

### درمان

شیمی درمانی - رادیوتراپی - جراحی

**آدرس: تبریز، میدان جهاد، کوی شهید محلاتی، بیمارستان تخصصی و  
فوق تخصصی شهید محلاتی**

تهیه و تنظیم: رقیه احمد پور - کارشناس پرستاری - سوپروایزر  
آموزش سلامت

زیر نظر: آقای دکتر جلیل واعظ - فوق تخصص انکولوژی -

تاریخ تهیه: زمستان ۱۴۰۱

منابع: کتاب راهنمای آموزش پیشگیری، کنترل و درمان سرطان ها -  
دانشگاه علوم پزشکی تبریز

مقعد - کم خونی - گاهی بی اختیاری در کنترل مدفوع

## غربالگری سرطان کولون

آزمایش خون مخفی در مدفوع - سگیموئید و سکوپي - انما  
(تنقیه) باریم - کولونوسکوپي - معاینه انگشتی رکتوم

### پیشگیری سرطان کولون

استفاده از رژیم غذایی پر فیبر - تحرک بدنی - عدم مصرف  
الکل و سیگار - کنترل وزن در حد ایده آل - در صورت داشتن  
سابقه فامیلی سرطان روده مراجعه به پزشک جهت مشاوره.

### درمان

جراحی - شیمی درمانی - رادیو تراپی

### سرطان پروستات

غده پروستات غده ای است در مردان و در زیر مثانه قرار دارد.  
یکی از شایع ترین سرطان های مردان است. اغلب در افراد  
سالمند دیده می شود. افراد زیر ۵۰ سال به ندرت به آن مبتلا  
می شوند. مردان بالای ۶۰ سال بیشتر در معرض خطر هستند .  
بیماری های مقاربتی از جمله ایدز میزان ابتلا را زیادتر می کند.

### علائم سرطان پروستات

تکرر ادرار - ادرار کردن سخت و دردناک - احتباس ادرار و یا  
جریان نیافتن ادرار - کاهش قطر و فشار جریان ادرار -  
احساس سوزش - درد مداوم قسمت پایین کمر - ناتوانی  
جنسی - وجود خون در ادرار - بی اختیاری ادراری .

### تشخیص سرطان پروستات

معاینه بالینی توسط پزشک - آزمایش خون - سونو گرافی  
جهت بررسی حدود و اندازه پروستات - عکسبرداری شامل  
سی تی اسکن و ام آر آی - نمونه برداری و یا بیوپسی  
(در صورت مشکوک بودن آزمایش خون ، نمونه برداری انجام  
می شود).

## سرطان ریه

رشد بافت بدخیم در ریه است و یکی از شایع ترین سرطان ها در مردان است و سن شیوع آن ۷۰-۴۰ سال می باشد و سرطان ریه در یک فرد سیگاری ۲۲ برابر فرد غیر سیگاری است .

### علائم سرطان ریه

سرفه مقاوم و پی در پی \_ خلط یا خلط خونی \_ خس خس سینه \_ درد سینه \_ خستگی و احساس ضعف - کاهش وزن - درد شانه ، بازو و دنده ها

### تشخیص سرطان ریه

رادیوگرافی - آزمایش خلط - آزمایش خون \_ برونکوسکوپی - سی تی اسکن و ام آر آی

### عوامل خطر سرطان ریه

سیگار و دخانیات در خط اول قرار دارد - تماس با آلاینده های هوا مانند دود کش کارخانه ها - آگروز اتومبیل ها - تماس کارگران با آلاینده های کارخانه ها مثل آزبست (آزبست همان پنبه نسوز است که به عنوان عایق حرارتی به کار می رود ) - سن بالا - متاستاز از نواحی دیگر

## راه های پیشگیری

- دوری از هر گونه آلاینده خواه در محیط کارخانه ، خواه در محیط شهری
- استفاده از ماسک محافظ در صورت تماس شغلی با آلاینده ها
- عدم استعمال دخانیات

## سرطان دستگاه گوارش

سرطان مری و معده در مردان شایع تر از زنان است و در ایران بیشترین بیماری سرطان را در جهان دارد این سرطان ها در میان سالی و بالای ۵۰ سال شایع می باشد سرطان مری بیشترین مرگ و میر سرطان را به خود اختصاص داده است .

### عوامل خطر سرطان مری و معده

مصرف چای داغ - مصرف کم سبزیجات و میوه ها - مصرف زیاد ترشی و خیار شور - سوءمصرف دخانیات - مصرف غذاهای مانده - ابتلا به عفونت هلیکو باکتر پیلوری

### علائم سرطان دستگاه گوارش

سختی بلع - تهوع و استفراغ - خون مخفی در مدفوع که با آزمایش مشخص می شود - مدفوع قیری - احساس پری در شکم - کم خونی و خستگی - اسهال و یبوست یا هر گونه تغییر در اجابت مزاج - دردهای مبهم شکمی - نفخ شکمی - سیری زود رس و کاهش وزن .

### تشخیص سرطان دستگاه گوارش

آزمایش مدفوع - آندوسکوپی (از طریق مری) در صورت زخم و توده ، نمونه برداری و آزمایش پاتولوژی - کولونوسکوپی (از طریق راست روده) در صورت زخم و توده ، نمونه برداری و آزمایش پاتولوژی - سی تی اسکن - ام آر آی

## راه های پیشگیری

خودداری از مصرف چای داغ و غذاهای داغ - خودداری از مصرف غذاهای مانده - کاهش مصرف نمک در رژیم غذایی - کاهش مصرف چربی و کاهش مصرف غذاهای سرخ کرده - استفاده مکرر از سبزیجات و میوه های تازه - حفظ وزن مناسب

- انجام ورزش و تحرک بدنی - کاهش مصرف گوشت های فرآوری شده

### سرطان کولون (روده بزرگ)

سومین سرطان شایع مردان و دومین سرطان در زنان در سطح جهان است جز سرطان هایی است که می تواند غر بالگری شود این بیماری در هر سنی بروز می کند اما در سن بالای ۵۰ سال بیشتر دیده می شود . اگر در مراحل اولیه تشخیص داده شود قابل درمان است .

### عوامل خطر زای سرطان کولون

عوامل ژنتیکی و محیطی - سن بالای ۵۰ سال - بیماری روده تحریک پذیر و برخی اختلالات مزمن دستگاه گوارش - رژیم غذایی نامناسب به صورت کم فیبر و پر چربی - سابقه پولیپ (برجستگی یا زائده گوشتی) راست روده - سابقه خانوادگی پولیپ های راست روده یا سرطان روده بزرگ .

### علائم شایع سرطان کولون

در مراحل اولیه اغلب بدون علامت است . دفع مدفوع خونی یا سیاه رنگ - درد کرامپی شکم یا دل پیچه - احساس پری شکم یا نفخ - تغییر در اجابت مزاج به صورت اسهال ، یبوست ، یا باریک شدن قطر مدفوع - کاهش وزن بدون علت - درد