

سرطان پستان

سرطان پستان یکی از شایعترین بدخیمی‌ها بین زنان آمریکایی است. یک نفر از هر ۷ نفر زن در طول عمر مبتلا به سرطان پستان خواهد شد. اعتقاد بر این است که سرطان پستان یک بیماری سیستمیک می‌باشد و احتمال متاستاز پنهانی به نواحی دوردست وجود دارد، که ممکن است با یا بدون درگیری غدد لنفاوی رخ دهد.

علل و عوامل خطرزا

- تاریخچه و سابقه خانوادگی سرطان پستان در خواهر، مادر، مادر بزرگ، خاله یا عمه
- قاعدگی قبل از ۱۲ سالگی
- یائسگی بعد از ۵۵ سالگی
- نداشتن فرزند یا بچه دار شدن بعد از سی سالگی
- قرار گرفتن در معرض اشعه زیاد به ویژه قبل از ۳۵ سالگی
- تغییرات فیبروکیستیک
- سابقه قبلی سرطان پستان
- سابقه سایر سرطان‌ها مانند آندومتر، تخمدان، کولون یا تیروئید

علائم و نشانه‌ها

• توده بدون درد یا سفت اغلب شایع است

• ترشح یک طرفه خود به خودی از پستان، آبکی، شفاف و یا سرمی خونی

• در مراحل پیشرفته، فرورفتگی پوست یا نیپل، تغییر در اندازه پستان و شکل آن، ادم پوست، تغییر رنگ، گشاد شدن عروق خونی سطحی، توده سخت و ثابت در زیر بغل، راش‌های پوستی واضح.

راه‌های پیشگیری

- ماموگرافی سالانه بعد از ۴۰ سالگی
- معاینه ماهیانه پستان توسط خود شخص
- معاینه سالیانه پستان در کلینیک



درمان

- رادیوتراپی
- شیمی درمانی
- پیوند مغز استخوان

جراحی

- لامپکتومی: برش ساده و برداشتن تومور و حاشیه بافت‌های سالم
- ماستکتومی جزئی: برداشتن ساده تومور و حاشیه وسیع‌تری از بافت‌های سالم
- ماستکتومی کامل: برداشتن تمام بافت پستان و حفظ پوست روی چین نوک پستان و بافت اطراف آن کامل برداشتن

مراقبت در منزل

- در صورت انجام شیمی درمانی از حضور در اماکن شلوغ و تماس با افراد دارای بیماری‌های عفونی خودداری شود.
- فیزیوتراپی بعد از ماستکتومی را با نظر پزشک خود انجام دهید.
- ملاقات و صحبت با افراد مثل خودتان در برنامه قرار دهید.
- معاینات بالینی لمس پستان‌ها و زیر بغل را از پزشک و پرستار خود سوال نمایید و پمفلت خودآزمایی سینه را از پرستار خود دریافت نمایید.
- داروهای تجویز شده را طبق دستور پزشک مصرف نمایید.
- در زمان تعیین شده حتماً به پزشک مراجعه کنید.
- از قرار گرفتن در معرض نور خورشید اجتناب شود.
- اگر ماندن در آفتاب ضرورت دارد از کرم ضد آفتاب استفاده شود، از لباس‌های محافظ به ویژه برای پوشش سر و صورت استفاده کنید.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین

مرکز آموزشی درمانی ولایت

سرطان پستان



دفتر پرستاری

واحد آموزشی سلامت

بازنگری بهار 1405

- علایم و شکایاتی که باید به پزشک خود اطلاع دهید:

- تورم بازو
- ترشح از محل جراحی، جمع شدن بیش از حد خون یا ترشح در درن هوواگ
- عفونت، قرمزی، ترشح چرکی، درد، کرمی محل برش جراحی در لمس
- حتما جهت ویزیت مجدد پزشک طبق تاریخ اعلام شده اقدام نمایید.



در صورت داشتن سوال در منزل، صبح‌ها ساعت 8 تا 10 با شماره تلفن 50-33790620-028 داخلی 5097 واحد آموزش سلامت تماس بگیرید

(همه روزه به غیر از ایام تعطیل)



- از قرار گیری بیش از حد در معرض اشعه یونیزان یا رادیواکتیو اجتناب شود .
- از مصرف الکل و سیگار باید اجتناب شود.
- غذاهای پر فیبر و کم چربی و سبزیجات و میوه های سرشار از ویتامینهای آ و سی باید مصرف شود. از غذاهای نمک سود شده ، دودی و نیترات دار باید پرهیز شود.
- پس از جراحی ، بعد از برطرف شدن حالت تهوع و تحمل مایعات ، توصیه می شود که از تخت خارج شده و پیاده روی را شروع نمایید.
- روز دوم پس از جراحی با مشورت پزشک ورزشهای دست و بازو را شروع نمایید.
- مجاز به انجام تزریقات، خونگیری و کنترل فشار از بازوی طرف مبتلا نیست.
- لباسهای تنگ نپوشید و از جواهرات در طرف مبتلا استفاده نکنید و کیف دستی تان را دری بازوی غیر مبتلا ببندازید.
- از پروتزهای خارجی و یا سوتین تا زمانی که تورم از بین برود و زخم ناحیه جراحی کاملا بهبود یابد استفاده نکنید.

