



سازمان مردم نهاد
موسسه غیر دولتی خیریه حمایت از
بیماران مبتلا به سرطان نور
شماره ثبت: ۳۳۸۰۷

آنچه که باید از
سرطان پستان
بدانیم!!!



© info@noor-charity.com

■ Noor-Charity

🌐 www.Noor-Charity.com

📍 NoorCharity

سرطان پستان در سلول های پستان شکل می گیرد. سرطان پستان یکی از شایع ترین سرطان ها در بین زنان است. این سرطان در بین مردان نیز دیده می شود اما شیوع آن در زنان به مراتب بیشتر است.

علائم و نشانه های سرطان پستان بدین شرح است:

* وجود توده های ضخیم و بافت های نامتعارف در اطراف پستان

* تغییرات در اندازه، شکل و ظاهر پستان
* تغییرات در پوست اطراف پستان همانند فرورفتن نوک پستان
* شکاف در نوک پستان
* پوسته پوسته شدن
* قرمز شدن و دون دون شدن پوست اطراف سینه، همانند پوست پرتقال.

چه زمانی به پزشک مراجعه کنید؟

در صورت مشاهده هر نوع توده و یا تغییر در پستان لازم است به پزشک مراجعه کنید؛ حتی اگر جواب ماموگرافی نرمال بود. ملاقات با پزشک به ارزیابی سریع وضعیت شما کمک خواهد کرد.

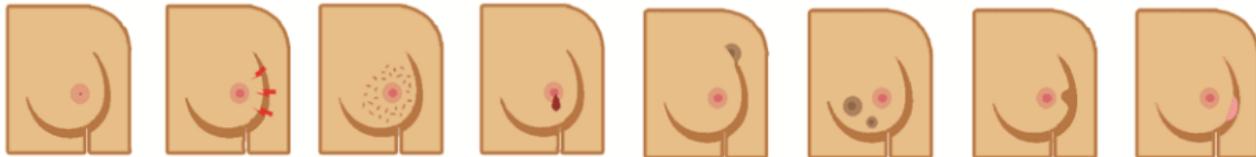
علل بروز سرطان پستان:

سرطان پستان زمانی اتفاق می افتد که برخی سلول های پستان شروع به رشد

غیرعادی کنند.

این سلول ها سریع تر از سلول های سالم تقسیم می شوند و در نتیجه این تقسیم نامتعارف توده ای ایجاد خواهد شد. این سلول ها ممکن است از طریق پستان شما به غدد لنفاوی و یا سایر نقاط بدن گسترش پیدا کند (متاستاز).

هورمون، سبک زندگی و عوامل محیطی ممکن است سبب افزایش نرخ بروز سرطان شوند اما هنوز



مشخص نیست که چطور برخی افراد بدون داشتن فاکتورهای خطرزا مبتلا به سرطان پستان می‌شوند. به نظر می‌رسد سرطان پستان ترکیب پیچیده‌ای از آرایش ژنی و محیط است که فرد در آن زندگی می‌کند. بر اساس تخمین پزشکان ۵ تا ۱۰ درصد سرطان‌های پستان به موتاسیون‌های ژنی که در طول نسل‌ها در یک خانواده بوده است، ارتباط دارد. اگر شما در خانواده تان سابقه ابتلا به سرطان پستان و یا

سایر سرطان‌ها را دارید، بهتر است بیشتر به روش‌های پیشگیری دقت کنید. همچنین می‌توانید با یک متخصص ژنتیک نیز در این زمینه مشورت کنید

عوامل خطرزا در بروز سرطان پستان:

تمامی عواملی که می‌توانند سبب بروز سرطان پستان شوند در لیست عوامل خطرزا قرار می‌گیرند. اما یادتان باشد داشتن یک یا چند مورد از این عوامل لزوماً به معنای ابتلا به سرطان پستان نیست، بسیاری از زنان مبتلا به

سرطان پستان در زمان ابتلا هیچ‌یک از عوامل خطرزا را دارا نبوده‌اند.

آنها صرفاً زن بوده‌اند....

اما به طور کلی این عوامل شامل:

زن بودن: به طور کلی زنان بیشتر از مردان در معرض ابتلا به سرطان پستان هستند.

افزایش سن: خطر ابتلا به سرطان با سن رابطه مستقیمی دارد.

تاریخچه فردی سرطان پستان: اگر شما در گذشته مبتلا به سرطان در یکی از پستان‌هایتان شدید، این احتمال وجود دارد تا پستان دیگر تان نیز مبتلا شود.





سابقه وجود سرطان در خانواده: اگر مادر، خواهر و یا دخترتان تشخیص سرطان گرفت به خصوص در سن جوانی؛ شانس ابتلا شما به سرطان پستان نیز افزایش می‌یابد. یادتان باشد هنوز افراد بسیاری در دنیا هستند که بدون هیچ سابقه خانوادگی در سرطان، به سرطان پستان مبتلا می‌شوند.

به ارث بردن ژن‌هایی که شانس ابتلا به سرطان را بالا می‌برند: وجود برخی ژن‌های موتاسیون یافته شانس ابتلا به سرطان را افزایش می‌دهد. این ژن‌ها ممکن است از والدین به فرزندان رسیده باشد.

قرار گرفتن در معرض اشعه: اگر شما جهت درمان یک بیماری در زمان کودکی و یا جوانی پرتو درمانی بر روی قفسه سینه خود انجام داده‌اید بیشتر در معرض ابتلا به سرطان پستان هستید

خطر ابتلا به سرطان پستان را افزایش می‌دهد. شروع عادت ماهانه در سن پایین: آغاز دوره عادات ماهیانه پیش از ۱۲ سالگی شانس ابتلا به سرطان پستان را افزایش می‌دهد.

شروع یائسگی در سنین خیلی بالا: اگر شما در سنین خیلی بالا یائسه شده‌اید، احتمال ابتلا به سرطان پستان در شما بیشتر است.

اولین بارداری در سن بالا: زنانی که اولین فرزندشان را بعد از ۳۰ سالگی به دنیا می‌آورند، بیشتر در معرض ابتلا

زمانیکه زنان مصرف این داروها را متوقف می کنند، ریسک ابتلا به سرطان نیز در آنان کاهش می یابد.
مصرف الکل: نوشیدن الکل نیز یکی از مواردی است که احتمال ابتلا به سرطان پستان را افزایش می دهد.



به سرطان پستان هستند.
عدم بارداری: زنانی که هرگز باردار نشده اند بیشتر از زنانی که تجربه یک یا بیش از یک بارداری را داشته اند در معرض ابتلا به این سرطان هستند.

هورمون درمانی پس از یائسگی: زنانی که از داروهای هورمون درمانی شامل ترکیبات استروژن و پروژسترون برای درمان نشانه ها و علائم یائسگی استفاده می کنند بیشتر از سایرین در معرض ابتلا به این نوع سرطان هستند.

پیشگیری

ایجاد تغییرات در عادات و زندگی روزمره ممکن است احتمال ابتلا به سرطان پستان را کاهش دهد.

موارد ذیل را امتحان کنید:

از پزشکتان در خصوص بررسی احتمال ایجاد سرطان پستان سوال کنید.

بافت های بدنتان را از طریق معاینه شخصی بشناسید.

بیشتر روزهای هفته ورزش کنید.

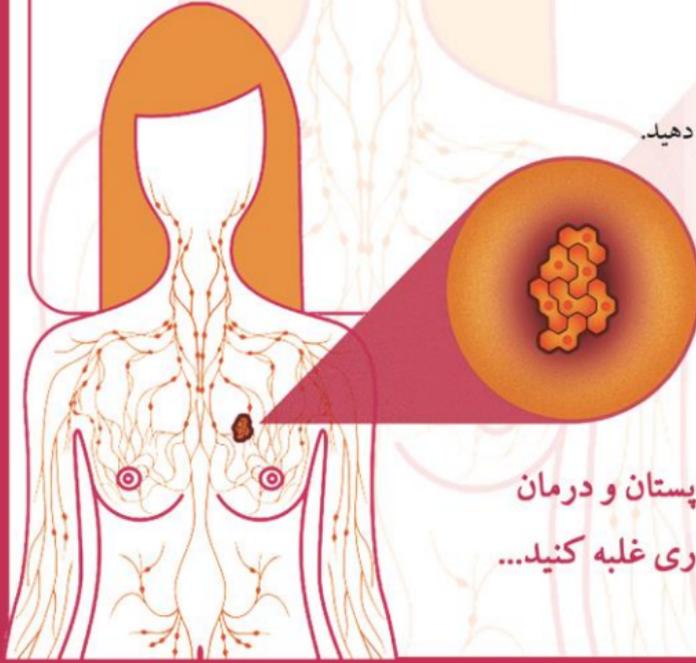
کمترین استفاده را از هورمون درمانی برای بعد از یائسگی انجام دهید.

وزن خود را در محدوده سالم نگه دارید.

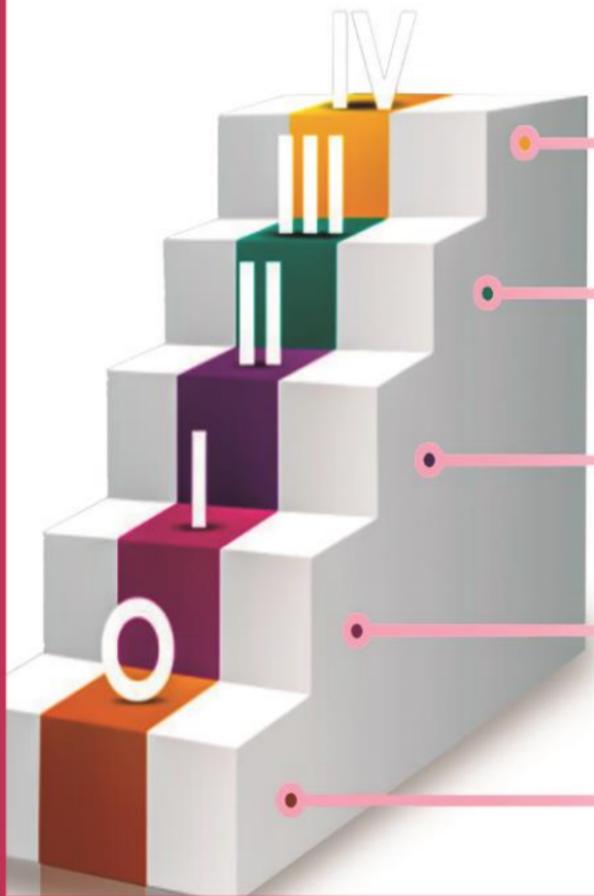
از یک رژیم غذایی سالم پیروی کنید.

یادتان باشد با دانش کافی نسبت به سرطان پستان و درمان

به موقع شما به راحتی می توانید به این بیماری غلبه کنید...



سطوح سرطان پستان



سطح چهارم

گسترش وسیع:

سرطان به خارج از پستان و به سایر نقاط بدن گسترش یافته است.

سطح سوم

گسترش منطقه ای:

تومور بزرگتر از ۵۰ میلیمتر است و غدد لنفی در یک محدوده وسیع تر درگیر هستند. در برخی افراد، به طور کلی توموری وجود ندارد بلکه سرطان به پوست یا دیواره قفسه سینه گسترش یافته است.

سطح دوم

متمرکز شدن:

تومور بین ۲۰ تا ۵۰ میلیمتر است و غدد لنفی درگیر هستند و یا تومور بزرگتر از ۵۰ میلیمتر است اما غده ی لنفی درگیر نیست.

سطح یک

مرحله اولیه:

سرطان به بافت دیگر سرایت کرده اما این گستردگی بسیار محدود است

سطح صفر:

سلول های غیرعادی مشاهده می شوند اما هنوز به سمت بافت ها گسترش نیافته است.

مراکز و دفاتر نمایندگی "موسسه‌ی خیریه نور"

تمامی حساب‌ها بنام "موسسه خیریه نور" میباشد

♦ دفتر مرکزی: تهران، خیابان ولیعصر، نرسیده به میدان، ونک، نبش کوچه بیستم، پلاک ۲۴۵۳، طبقه ۲
تلفن: ۰۲۱ ۸۸۱۹۷۸۸۱ - ۰۲۱ ۸۸۱۹۷۸۶۷
شماره کارت بانک پاسارگاد موسسه خیریه نور
شماره حساب بانک پاسارگاد موسسه خیریه نور
فکس: ۰۲۱ ۸۹۷۷۷۸۸۱
۵۰۲۲۹۱۹۰۰۰۴۳۷۷۷
۲۰۲۸۱۰۰۲۸۸۸۸۸۸۸۱

♦ بندر عباس: بلوار جمهوری، کوی شفا، مرکز شیمی درمانی و پرتو درمانی امید (وابسته به دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان)
شماره کارت بانک پاسارگاد بندر عباس موسسه خیریه نور
شماره حساب بانک پاسارگاد بندر عباس موسسه خیریه نور
تلفن: ۰۷۶-۳۳۳۳۳۹۷۰
۵۰۲۲۹۱۹۰۰۰۵۶۱۰۰
۱۸۰۲۸۱۰۰۲۸۸۸۸۸۸۸۱

♦ خرم‌آباد: میدان آزادی، نرسیده به پل صفوی، بیمارستان شهید رحیمی، بخش شیمی درمانی
شماره کارت بانک صادرات خرم‌آباد موسسه خیریه نور
شماره حساب بانک صادرات خرم‌آباد موسسه خیریه نور
تلفن: ۰۶۶-۳۳۳۳۶۱۵۵
۶۰۳۷۶۹۱۹۹۰۲۰۳۴۹۹
۰۱۰۸۴۴۹۷۶۸۰۰۸

♦ یاسوج: میدان امام حسین (ع)، روبروی استانداری، بیمارستان شهید رجایی
شماره کارت بانک رفاه علوم پزشکی یاسوج
شماره کارت بانک پاسارگاد یاسوج
تلفن: ۰۹۳۹۱۰۶۳۱۳۷
۵۸۹۴۶۳۷۰۰۰۰۳۵۴۵۸
۵۰۲۲۹۷۰۰۰۰۱۸۲۷۰

♦ شیراز، فرهنگ شهر، روبروی استخر کوثر، بیمارستان آنکولوژی امیر، دفتر مددکاری موسسه خیریه نور
تلفن: ۴ الی ۳۶۳۳۳۷۳۱ - ۰۷۱ (داخلی ۱۴۰)
شماره کارت بانک پاسارگاد شیراز موسسه خیریه نور
شماره حساب بانک پاسارگاد شیراز موسسه خیریه نور
۰۹۰۱ - ۸۳۱۷۷۶۴
۵۰۲۲۹۷۰۰۰۰۳۷۵۲۸
۱۴۰۳۸۱۰۰۲۸۸۸۸۸۸۸۱