



بیمارستان مادر و کودک شوشتری

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی

شیراز

سرطانهای زنان

شماره سند: PM-Ed-30-2ed

تهیه کننده:

واحد آموزش سلامت - تیر 1404

تأیید کننده: مدیر خدمات پرستاری مامایی

/ سوپروایزر آموزشی

تأیید کننده نهایی: مسئول علمی زنان

منبع: پرونر سودارث

سرطان:

سرطان در تمام گروههای سنی رخ میدهد اما در سنین میانسالی بیشتر رخ میدهد. میزان شیوع انواع سرطان و مرگ و میر ناشی از آن در میان افراد مختلف و بین زن و مرد متفاوت است.

سرطان پستان:

سرطان پستان شایعترین سرطان و علت عمده مرگ ناشی از سرطان در بین زنان می باشد. از هر 8 زن یک نفر را مبتلا می کند. احتمال بهبودی در افرادی که سرطان آنها زود تشخیص داده می شود بیشتر است. سرطان پستان در زنان بالای 50 سال رخ می دهد.

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

- ماهانه پستانها را از نظر وجود توده وسایر تغییرات کنترل کنید.
- بعد از 50 سالگی هر 1 تا 2 سال ماموگرافی انجام دهید.

سرطان ریه:

شایعترین سرطان در آمریکا و شایعترین علت مرگ و میر میباشد سرطان ریه در افراد سیگاری بیشتر شایع است. در صورت ترک سیگار خطر ابتلا به سرطان ریه کاهش می یابد.

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

- وجود سرفه های خونی را به کادر درمانی اطلاع دهید.

- 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 50 سال رخ میدهد. احتمال ابتلا به سرطان کولون و رکتوم در زنانی که سابقه فامیلی کولیت زخمی شونده و یا سایر بیماری های روده ای را دارند بیشتر است.

برای کاهش خطر بروز سرطان کولون و رکتوم به موارد زیر توجه کنید:

- هرگونه تغییر درعادات روده ای واجابت مزاج را به کادر درمانی اطلاع دهید.

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

سرطانهای دهانه رحم و تخمدان:

سرطان رحم بیشتر در زنان سنین 55 تا 79 سال رخ می دهد. سرطان دهانه رحم در زنان جوان شایعتر از سرطان تخمدان در زنان بالای 50 سال رخ می دهد. احتمال بهبودی در زنانی که سرطان زود تشخیص داده می شود بهتر است.

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

- به طور منظم دوره های پاپ اسمیر و معاینه لگن را انجام دهید .

- هر گونه تغییر و خونریزی غیر طبیعی از واژن را به کادر درمانی اطلاع دهید

- در صورت درد شکم، خونریزی مکرر بعد از مقاربت، به پزشک مراجعه کنید

سرطان پوست :

بیشتر سرطان پوست بعد از 50 سالگی رخ می دهد. در افرادی که پوست روشن و کک مک زیاد، موی سرخ و چشمان آبی دارند شایعتر است. اشعه ماورا بنفش نور شدید خورشید و پرتو درمانی خطر ابتلا به سرطان پوست را افزایش میدهد.

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

1- زمانی که در معرض نور شدید خورشید قرار دارید از پوشش مناسب و کرم های ضد آفتاب استفاده کنید

2- پوست خود را از نظر هرگونه تغییر و توده غیر طبیعی بررسی کنید.

