



EDU-GUD-01

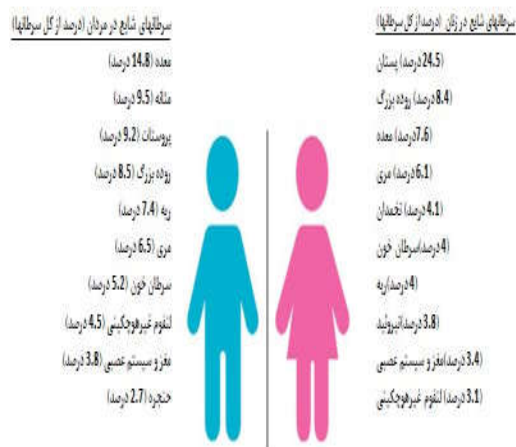
تشخیص زود هنگام و درمان سرطان گوارش

بیمارستان آیت الله هاشمی

رفسنجانی ریگان

واحد آموزش (دفتر پرستاری)

شایع ترین سرطان ها در ایران :



پیشگیری و درمان سرطان های گوارشی :

- توجه به علایم و مراجعه به پزشک در صورت مشاهده علایم
- توجه به سابقه خانوادگی سرطان
- غربالگری منظم و دوره ای
- پرهیز از مصرف سیگار، الکل و مواد مخدر
- مصرف مناسب گوشت قرمز یا غذاهای آماده
- مصرف کافی سبزی و میوه تازه، مصرف محدود غذاهای سرخ کردنی و دودی
- رعایت بهداشت دهان و دندان
- فعالیت بدنی کافی و کنترل وزن بدن



سرطان های دستگاه گوارش :

سرطان های دستگاه گوارش در ایران جزو سرطان های شایع می باشند. سرطان های معده و روده بزرگ به ترتیب دومین و سومین سرطان شایع در زنان و مردان ایرانی بوده و عامل تقریباً ۲۵٪ مرگ های ناشی از سرطان ها هستند.

سرطان معده به تنهایی ۱۶٪ از کل مرگ های ناشی از سرطان ها را به خود اختصاص داده اند. بیشترین میزان بروز سرطان معده در استان های شمالی و کمترین میزان بروز در استان های مرکزی و جنوبی کشور می باشد.



علائم و نشانه ها :

به طور کلی سرطان ها در مراحل ابتدایی ممکن است علامتی ایجاد نکنند با این حال علائمی وجود دارند که با مشاهده آنها بیمار بایستی به پزشک مراجعه کند. این علائم شامل موارد زیر هستند :

- تهوع و استفراغ طولانی مدت با یا بدون خونریزی
- احساس سبیری زودرس بعد از وعده های غذایی کوچک
- اختلال در بلع
- احساس گیر کردن غذا بعد از بلع
- کاهش وزن به دلایل ناشناخته در هر سنی
- کم خونی فقر آهن به دلیل ناشناخته
- خستگی، ضعف و بی حالی
- وجود خون در مدفوع
- خونریزی از مقعد، مدفوع سیاه و قیری یا تیره
- تغییر جدید و مستمر در عادات اجابت مزاج (یبوست/اسهال)

عوامل خطر زا :

- سن ۵۰ سال یا بیشتر
- سابقه سرطان های گوارشی در بستگان درجه یک
- سابقه فردی پولیپ در روده بزرگ
- سابقه بیماری های التهابی روده
- دیابت
- چاقی و کبد چرب
- نوشیدن چای داغ یا مایعات داغ
- مصرف دخانیات، مواد مخدر
- نوشیدن الکل
- مصرف زیاد گوشت قرمز یا فراوری شده
- مصرف ناکافی میوه، غلات و سبزی جات تازه
- فعالیت فیزیکی ناکافی

همه باهم پیش بسوی زندگی سالم