آموزش به بیمار

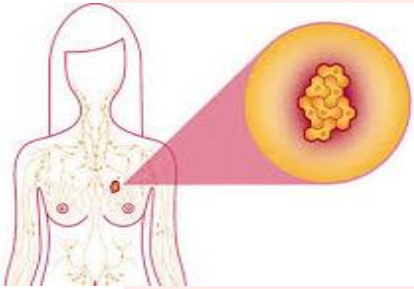
کد ۷۶

سرطان سینه

تأیید کننده: دکتر ناهید نفیسی (فلوشیپ جراحی آنکوپلاستیک زنان، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران)

دکتر میلاد صرافی (متخصص جراحی عمومی، فوق تخصص جراحی عروق، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران)

تنظیم کننده: زیبا زرگرزاده (سوپروایزر آموزش سلامت)



سال ۱۴۰۵

آدرس: خیابان ستارخان- خیابان نیایش- مجتمع آموزشی درمانی حضرت رسول اکرم (ص)- تلفن: ۶۴۳۵۱

http://hrmc. iums.ac.ir/



سرطان سینه

سرطان سینه رشد مهار نشده سلول های غیر طبیعی است که در نواحی مختلف سینه ایجاد می‌شود. در بافت تولید کننده شیر و بافت های غیر غددی رخ می‌دهد. تومورهای پستان از طریق سیستم لنفاوی و گردش خون گسترش یافته و به تمام بدن راه می‌یابد. سرطان سینه شایع‌ترین سرطان در کشور ما در بین جمعیت زن و مرد می‌باشد.

عوامل خطر در بروز سرطان سینه:

- افزایش سن (۱/۲ موارد در زنان بالای ۵۰ سال می‌باشد)
- سابقه فامیلی سرطان سینه
- سابقه قبلی ابتلا به سرطان سینه و یا برخی موارد غیر طبیعی در بافت سینه
- افزایش مواجهه زنان با هورمون استروژن
- بروز اولین قاعدگی قبل از ۱۲ سالگی
- یائسگی بعد از سن ۵۵ سالگی
- عدم شیردهی
- مصرف الکل
- اولین بارداری و زایمان بعد از ۳۰ سالگی
- اضافه وزن و چاقی خصوصاً بعد از یائسگی
- افرادی که در طول زندگی باردار نشده‌اند
- استفاده از درمان جایگزین هورمون با استروژن
- زندگی بی‌تحرک و فعالیت بدنی کم
- استرس

علائم سرطان سینه:

- وجود توده و یا افزایش ضخامت در سینه و یا ناحیه زیر بغل
- ترشح شفاف یا خونی از سینه
- پوسته ریزی در نوک سینه
- فرو رفتن نوک سینه به داخل
- قرمزی یا تورم سینه
- ادم پوست پستان که در آن پوست حالتی شبیه پوست پرتقال پیدا می‌کند.
- زخم در پوست و نوک سینه که بهبود پیدا نکند.
- تفاوت دو سینه با هم که به تازگی ایجاد شده باشد.



توده (غالباً غیر قابل رویت) | فرورفتگی | ترشح از نوک پستان | پوسته شدن | تغییر رنگ

تشخیص:

- معاینات دوره‌ای بعد از هر سیکل قاعدگی
- سونوگرافی
- ماموگرافی
- نمونه برداری سوزنی



طریقه معاینه پستان:

- **روبروی آینه ایستاده و به هر دو سینه نگاه کنید اختلاف اندازه و یا شکل سینه‌ها را بررسی کنید.**

- **در حالی که دراز کشیده و سر خود را روی یک بالش گذاشته‌اید با کف انگشتتان سینه‌هایتان را لمس کنید. سطح سینه‌ها را فشار دهید و زیر انگشتان بچرخانید. از نوک سینه‌ها شروع کنید دور تا دور آن را لمس کنید تا به زیر بغل برسید.**
- **به پهلو خوابیده و بررسی سینه‌ها را مجدداً انجام دهید.**
- **سینه‌ها را فشار ندهید و فقط با ماساژ اطراف نوک سینه ببینید خون یا ترشح بیرون می‌آید.**

معاینه سینه توسط خود فرد
(به صورت دراز کشیده)
نوک انگشتان خود را به هم نزدیک کنید و با استفاده از یکی از الگوهای مقابل سینه ها را معاینه کنید.

