

نام سند	بروشور آموزشی سرطان ریه
نگارش	مرکز بهداشت استان
تاریخ صدور	۱۳۹۷
نام کامل فایل	سرطان ریه
گردآوری	دکتر جبرئیل شعربافی نیر صادقیپور صالح

سرطان ریه:

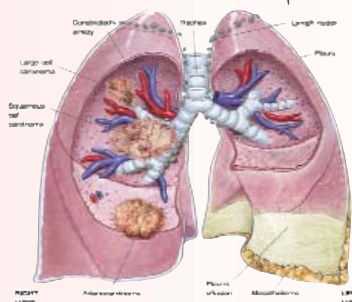
انواع سرطان ریه: سرطانی که در خود ریه شروع می شود و به ریه ها انتشار می یابد، سرطان اولیه گویند و سرطانی که از جایی دیگر شروع گردد و به ریه ها منتشر شود، سرطان ثانویه گویند. سرطان ریه یکی از شایعترین و جدی ترین انواع سرطان هاست. این سرطان عمدتاً افراد پیر را درگیر می کند و در افراد زیر ۴۰ سال نادر است، اما میزان بروز سرطان ریه با افزایش سن بیشتر می شود.

دورنما

prognosis outlook: سرطان ریه معمولاً علائم قابل توجهی ندارد تا زمانی که کل ریه را درگیر کند و یا به بقیه ی قسمت های بدون انتشار یابد این به این معنی است دورنمای این سرطان در مقایسه ی با انواع دیگر سرطان ها ضعیف است. فقط ۲۷٪ مردان و ۳۰٪ زنان یک سال بعد از تشخیص سرطان ریه زنده خواهند ماند! و فقط ۷٪ مردان و ۹٪ زنان حداقل برای ۵ سال زنده خواهند ماند با این حال میزان بقا می تواند به طور گسترده تغییر کند. با توجه به میزان گسترش و انتشار سرطان در زمان تشخیص (مرحله stage سرطان) توان پزشکان برای درمان بیماری متفاوت است.

علائم سرطان ریه:

در مراحل اولیه سرطان معمولاً علامتی وجود ندارد ولی با پیشرفت بیماری علائم به وجود می آید.



علائم اصلی سرطان ریه عبارتند از:

- سرفه که به مدت ۲ یا ۳ هفته از بین نرود.
- سرفه طولانی مدت که رفته رفته بدتر شود.
- عفونت های سینه ای پایدار
- سرفه خونی
- تنگی نفس پایدار غیر قابل توجیه
- خستگی یا کمبود انرژی پایدار غیر قابل توجیه
- کاهش وزن پایدار غیر قابل توجیه
- درد شانه یا قفسه سینه پایدار



عوامل خطر ایجاد سرطان ریه:

- سیگار کشیدن یا استفاده از تنباکو و فراورده های آن: سیگار کشیدن به تنهایی بزرگترین عامل خطر برای سرطان ریه است و مسئول بالای ۹۰٪ از موارد این سرطان می باشد.
- قرار گرفتن در معرض دود سیگار
- قرار گرفتن در معرض راون که یک گاز رادیواکتیو طبیعی است.

مواجهه شغلی:

شامل آرسنیک، آزبست، گالیم، کادمیوم، برلیوم، زغال سنگ، سیلیس، نیکل

پیشگیری از سرطان ریه:

سیگار نکشیدن بزرگترین و موثرترین روش برای پیشگیری از ابتلا



دانشگاه علوم پزشکی
تبریز و خدمات بهداشتی و درمانی تبریز



سرطان ریه



به سرطان ریه است و بهترین درمان برای سرطان ریه جلوگیری از ایجاد آن است

اگر شما سال‌های زیادی است که سیگار می‌کشید با این حال قطع سیگار ارزشمند خواهد بود هر سالی که شما سیگار نکشید خطر ابتلا به بیماری‌های جدی مانند سرطان ریه کاهش خواهد یافت و ۱۰ سال بعد از قطع سیگار شانس ابتلا به سرطان ریه به نصف فرد سیگاری کاهش خواهد یافت.

رژیم غذایی مناسب:

تحقیقات نشان می‌دهد که داشتن یک رژیم که چرب و حاوی فیبر بالا شامل حداقل ۵ وعده غذایی حاوی میوه‌ها و سبزیجات تازه و حبوبات در روز میتواند به کاهش خطر ابتلا به سرطان ریه کمک کند، مثل سایر سرطان‌ها و بیماری‌های قلبی عروقی.

ورزش: بالغین باید حداقل ۱۵۰ دقیقه در هفته فعالیت ورزشی با شدت متوسط داشته باشند.

درمان

درمانها برای سرطان ریه معمولا زیاد موثر نیستند بنابراین بهترین راه مقابله پیش‌گیری است.

www.nhs.uk



کانون خیریه سلامت رفتار سپینود

سپینود

www.sepinoodtbz.mihanblog.com

تبریز، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، دانشکده پزشکی



کانون خیریه
سلامت رفتار سپینود
دانشگاه علوم پزشکی تبریز

دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی تبریز
معاونت بهداشتی

