

سرطان کبد

Normal Liver

Liver with Cirrhosis



www.mag.noogram.ir

منبع: نورگرام

عدم تحرک بدنی ، عوامل غذایی ،

چاقی و اضافه وزن

اضافه وزن و چاقی با بسیاری از انواع سرطان مانند مری ، روده بزرگ ، پستان ، آندومتر و کلیه در ارتباط است.

چاقی باعث ۳/۴٪ از سرطان ها مخصوصا سرطان پستان است.

مصرف الکل یک عامل خطر برای بسیاری از انواع سرطان از جمله سرطان حفره دهان ، حلق ، حنجره ، مری ، کبد ، روده بزرگ و پستان است.

عقونتها

هیپاتیت و ویروس پاپیلوماى انسانی باعث ایجاد کانسر کبد و دهانه رحم و مرگ حدود ۲۵٪ از بیماران در کشورهای کم درآمد می شود.

بین ۳۰-۵۰٪ از کل موارد سرطان قابل پیشگیری است. شناخت عوامل سرطان زا و عدم استفاده از آنها به این امر کمک خواهد کرد.

تنباکو

دود تنباکو بیش از ۷۰۰۰ ماده شیمیایی دارد ، حداقل ۲۵۰ ماده مضر شناخته شده و حداقل ۶۹ عامل سرطان شناخته شده است. در سراسر جهان ، مصرف دخانیات بزرگترین عامل خطر قابل پیشگیری برای مرگ و میر ناشی از سرطان است و سالانه بیش از ۸ میلیون نفر را از سرطان و سایر بیماری ها از بین می برد.



آلودگی محیطی

تخمین زده شده است که آلودگی هوای خارج از منزل در سال ۲۰۱۶ به ۴/۲ میلیون مرگ زودرس در سراسر جهان کمک کرده است که از این تعداد ۶٪ مرگ ناشی از سرطان ریه بوده است. علاوه بر این ، نزدیک به ۴ میلیون نفر به دلیل بیماری ناشی از آلودگی هوای خانگی ناشی از پخت و پز با سوخت جامد و نفت سفید می میرند.

مواد سرطان زای شغلی

از جمله آزیست باعث سرطان ریه و مثانه میشود.

پیشگیری از سرطان



تهیه و تنظیم:

معصومه عبداللهی - سوپروایزر آموزشی

تاریخ تدوین: مهر ۹۹

- تغییر در عادت دفع مدفوع یا ادرار یا پیدا شدن خون در مدفوع یا ادرار
- بهبود نیافتن زخم های پوستی پس از دو هفته
- خونریزی یا ترشح غیرطبیعی از مجاری طبیعی بدن
- توده یا برآمدگی در پستان یا هر نقطه دیگر بدن
- اشکال در بلع غذا
- هر گونه تغییر در زگیل یا خال های موجود در بدن
- سرفه های مداوم یا خونی یا گرفتگی مزمن صدا

منبع:

<https://www.who.int/activities/pr-eventing-cancer>

<http://goums.ac.ir/page/>

قرار گرفتن در معرض انواع پرتوهای یونیزان خطر ابتلا به انواع مختلف بدخیمی از جمله سرطان خون و تعدادی تومور جامد را افزایش می دهد. اشعه ماورای بنفش (اشعه ماورا بنفش radiation) و به ویژه اشعه خورشید برای انسان سرطان زا است و باعث انواع عمده سرطان پوست مانند سرطان سلول پایه (BCC)، سرطان سلول سنگفرشی (SCC) و ملانوم می شود. اجتناب از قرار گرفتن بیش از حد در برابر نورخورشید و استفاده از ضد آفتاب و لباس محافظ از اقدامات پیشگیرانه موثر است. دستگاه های برنزه کننده (ساطع کننده اشعه ماورای بنفش) مستعد کننده سرطان های ملانومای پوستی می باشند.

