

آنچه که لازم است در مورد سرطان بدانیم

[قسمت دوم] - دیجیاتو

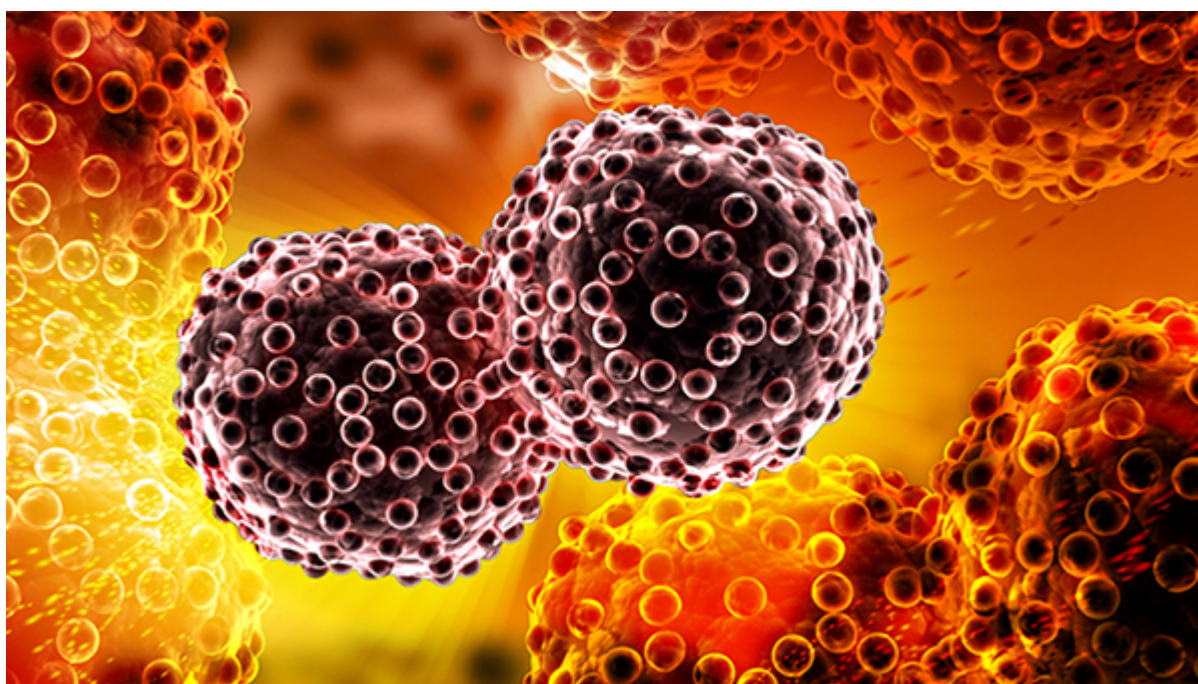
محسن وفانژاد | جمعه، ۱۴ خرداد ۱۳۹۵

سرطان مثل عمده بیماری‌های دیگری که ممکن است طی چند سال گذشته با آن‌ها سر و کله زده باشیم، عامل باکتریایی ندارد و عمدتاً عملکرد نادرست سلول‌های بدن خودمان سبب چنین اتفاقی می‌شود.

به دلایلی متنوع، سلول‌های بدن به شکلی غیر قابل کنترل اقدام به تقسیم می‌کنند و تومورهای سرطانی را شکل می‌دهند. اگر تومور در یک ناحیه باقی بماند و قابل کنترل شود، به آن تومور خوش خیم می‌گویند اما اگر به هر دلیلی سلول‌های تومور سرطانی وارد خون شوند و به دیگر نواحی بدن برسند، تومور بدخیم خواهد بود و مبارزه با آن بسیار سخت.

در قسمت اول برای تان توضیحاتی مقدماتی دادیم و خواندید که سرطان چیست و چگونه پدید می‌آید. در قسمت دوم به سراغ مراحل تشخیص و درمان می‌رویم.

تشخیص سرطان



پزشک شما با اطلاع یافتن از وضعیت سلامتی، بررسی فیزیکی، مطالعات تصویری و انجام تست

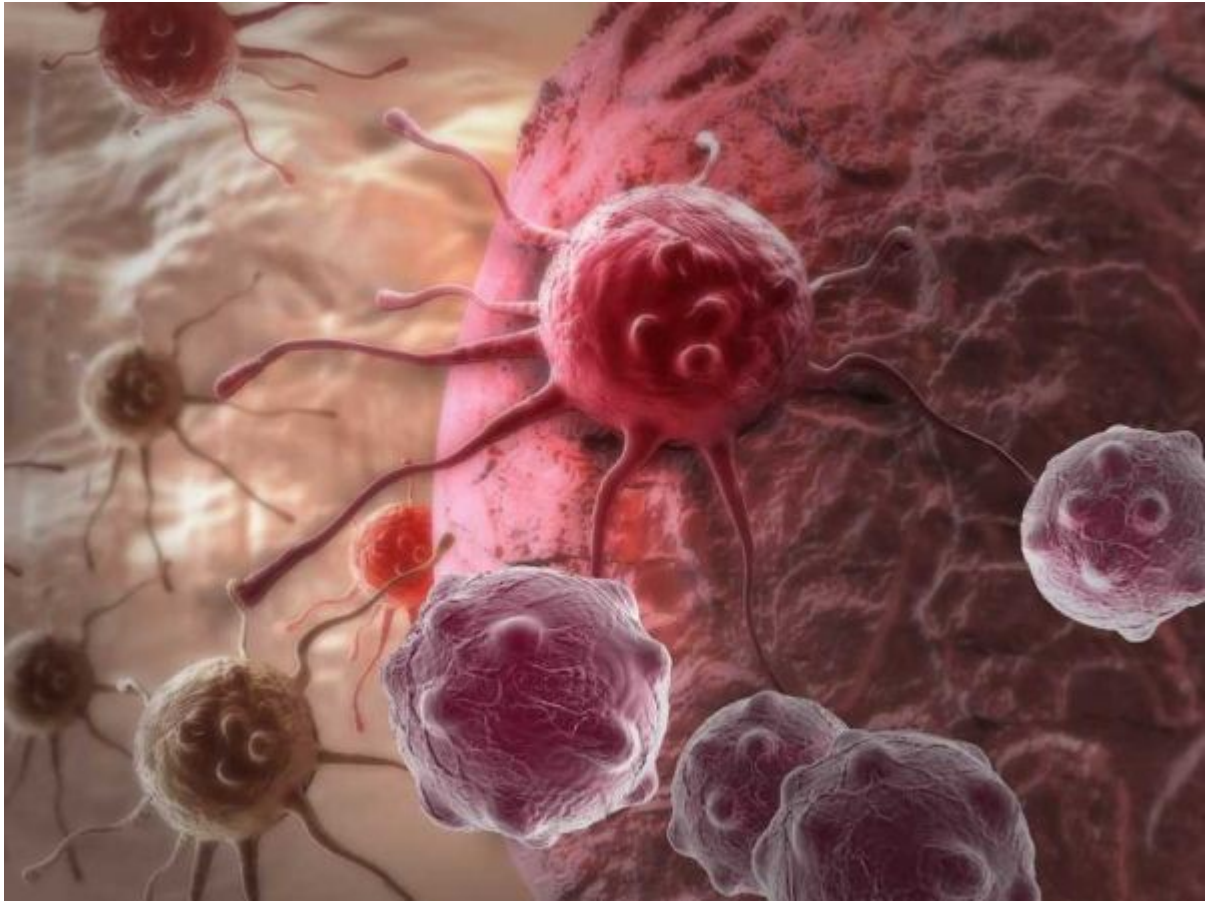
های آزمایشگاهی می تواند متوجه احوال کلی شما شود. وی از شما سوالاتی در مورد سلامت کلی، داروهای مصرفی، سابقه خانوادگی و وضعیت کاری (محیطی که امکان دارد در معرض مواد سرطان زا باشید) می پرسد.

اگر علائمی چون خستگی شدید، کاهش وزن بی دلیل، عرق شبانه، خون در استفراغ، سرفه های شدید، درد دائمی و... دارید، حتما با پزشک در میان بگذارید تا وی تصمیم بگیرد چه رویه ای در پیش بگیرد. اگر روی پوست تان غده ای می بینید که پس از گذشت چند ماه هنوز بهبود نیافته یا در دهان تان زخمی دارید که خوب نمی شود، حتما با پزشک تان مسئله را در میان بگذارید.

بررسی کامل فیزیکی مرحله ای دیگر است، خصوصا بررسی غدد لنفاوی (روی گردن و دست)، پوست، شش ها، سینه ها (به خصوص در زنان)، آلت تناسلی (مردان و زنان)، پروستات (در مردان) از اهمیت بالایی برخوردار است.

اگر پزشک به بخشی از بدن شک کند، با نمونه برداری و انجام آزمایش متوجه می شود که آیا توموری سرطانی در حال شکل گرفتن است یا خیر. باز هم باید گفت که رسیدگی زودهنگام به این مسئله می تواند جلوی اتفاقی ناگوار را بگیرد اما به محض اینکه تومور رشدی بیش از حد پیدا کند، نابودسازی آن تقریبا غیر ممکن شده و منجر به مرگ می شود.

طی بایوپسی یا نمونه برداری، بخشی از سلول های مشکوک به سرطانی بودن به آزمایشگاه سپرده می شوند تا تشخیص داده شود که هویت شان چیست. پروسه دیگری نیز تحت عنوان اندوسکوپي هم در شناسایی سرطان به کار می آید. دوربینی کوچک که بر سر لوله ای نصب شده وارد سیستم گوارشی می شود تا زخمی درونی بررسی شود.



آزمایش خون نیز گاهی اوقات منجر به شناسایی سرطان می شود. دیگر آزمایش ها مثل MRI، اسکن استخوانی و بسیاری دیگر نیز شاید به قصدی دیگر انجام شوند، اما در نهایت اگر مشکلی وجود داشته باشد می توانند کمک کننده باشند.

به هر صورت، آگاهی یافتن از برخی سرطان های فراگیر، خصوصا در زنان بسیار اهمیت دارد. توصیه می شود که برای جلوگیری از سرطان سینه، زنان بالای 18 سال، هر ماه یک بار خودشان را بررسی کنند. زنان بین 18 تا 40 سال هر سه سال یک بار بهتر است به پزشک خود مراجعه کنند و پس از 40 سال هر سال این کار را انجام دهند.

برای بررسی سرطان های مربوط به آلت تناسلی زنانه نیز بهتر است که صرف نظر از سن، هر شخصی هر 1 تا 3 سال یکبار به پزشک مراجعه کند تا تحت بررسی قرار گرفته و احتمال هر گونه مشکلی از بین برود.

در مردان، پروستات عامل مهمی است که پس از 45 الی 50 سالگی، هر سال باید بررسی مقعدی شود. تست خون برای بررسی آنتی ژن مخصوص پروستات نیز مورد توصیه است. پس از چهل سالگی توصیه می شود که مردان هر ساله معاینه مقعدی (رکتال) را داشته باشند تا در صورت بروز سرطان کولون متوجه آن شوند. سیگنئیدوسکوپی به صورت 3 تا 5 سال یک بار و تست مدفوع به صورت سالانه توصیه شده است.

درمان سرطان

سرطان به چند طریق درمان می شود که این راه ها بسته به نوع تومور، جایگاه آن، نوع سرطان و نوع سلول بستگی دارد. به طور کلی این سه راه توسط پزشک ها مورد توصیه است:

- جراحی
- پرتودرمانی
- شیمی درمانی

در بسیاری از موارد، ترکیبی از این سه به کار گرفته می شود تا فرد سلامتی خود را بازیابد.

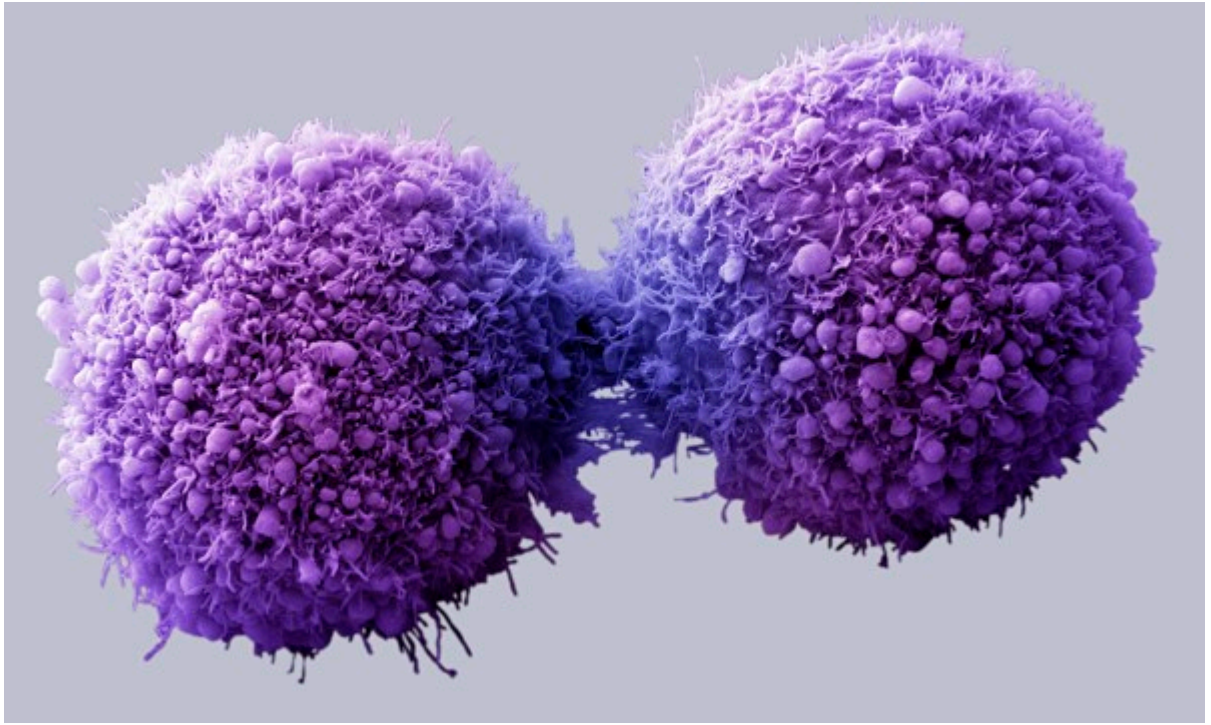
جراحی



جراحی را قدیمی ترین راه درمان سرطان می خوانند. اگر تومور به یک منطقه خاصی محدود شده باشد، می توان آن را به راحتی حذف کرد. عمدتاً، بخشی از سلول های سالم اطراف سلول سرطانی هم طی جراحی حذف می شوند تا پزشک از سالم بودن شخص اطمینان کامل حاصل کند.

جراحی عمدتاً برای درمان سرطان های مرتبط با سینه، کولون، دهان، سر و گردن، کلیه، بیضه و دیگر اعضای بدن مورد استفاده قرار می گیرد. برای به حداکثر رساندن شانس از بین رفتن تومور و سلول های سرطانی، جراحی معمولاً در کنار شیمی درمانی مورد استفاده قرار می گیرد.

پرتودرمانی



پرتودرمانی که تحت عناوین مختلفی نظیر رادیوتراپی، درمان با اشعه اکس، کبالت درمانی و پرتوافکنی نیز شناخته می شود، راهی موثر برای مبارزه با سلول های سرطانی است و به سادگی می تواند سلول های غیر طبیعی را شناسایی کند و از بین ببرد.

طی رادیوتراپی، اشعه اکس، گاما، آلفا یا بتا مستقیماً به بافت توموری تابیده می شود. در مواردی هم که تومور درونی است، به وسیله بسته های کوچک رادیواکتیو یا سیم ها می توان اشعه ها را به نزدیکی تومور رساند.

پرتودرمانی برای درمان لنفوم ها، کین نه چندان پیشرفته، سرطان های ریه، پروستان، مثانه و دیگر تومورها موثر است. رادیوتراپی هم عمدتاً در کنار شیمی درمانی و عمل جراحی مورد استفاده قرار می گیرد تا محض اطمینان، هیچ بخش کوچکی از تومور برای رشد زنده باقی نماند.

شیمی درمانی



شیمی درمانی شاید مطرح ترین نوع درمان باشد که سبب ریزش موهای سطح بدن می شود. عمده مبتلایان به سرطان، خصوصا از نوع پیشرفته این مسیر را طی می کنند. طی شیمی درمانی، مواد شیمیایی و داروهای مختلف و سنگینی وارد خون شده و به تمامی نقاط بدن سفر می کنند تا سلول های سرطانی را شناسایی کرده و با آن مقابله کنند.

زمانی که سلول های یک تومور وارد جریان خون می شوند و اجازه سفر به تمام بخش های بدن را می یابند، جراحی دیگر کارساز نیست و شیمی درمانی می تواند بهترین راه حل باشد، اما با این حال جراحی به کار گرفته می شود تا تومور به طور کامل جدا شود اما طی پروسه شیمی درمانی، داروهای ضد سرطان به کمک سیستم ایمنی بدن آمده تا سلول های غیر طبیعی را در هر نقطه از بدن از پای درآورند.

طی این پروسه، جلوی رشد سلول های فولیکل مو نیز گرفته می شود که آن ها نیز رشد سریعی دارند. به همین سبب شاهد ریزش موی سریع افرادی هستیم که تحت این درمان هستند.

جلوگیری از ابتلا به سرطان



طبق پژوهش های دو دهه اخیر، افرادی که وعده های غذایی سالم دارند و سیگار نمی کشند، کمتر به سرطان مبتلا می شوند. دیگر عادات بد نیز در نهایت شانس ابتلا به سرطان را بالا می برند:

- مصرف بی رویه مشروبات الکلی
- بی تحرکی و عدم تحرک فیزیکی در طول روز
- وزن غیر عادی به نسبت قد و استخوان بندی
- در معرض مواد سرطان زا قرار گرفتن
- در معرض نور خورشید قرار گرفتن

تا حدی که می توانید به سلامت خود اهمیت دهید، بدن خود را بشناسید و معاینه های شخصی را در دستور کار قرار دهید و اگر مشکلی در قسمتی از بدن تان مشاهده کردید، ترسی از مراجعه به پزشک نداشته باشید.

یک مشکل کوچک که با هزینه و زمانی اندک قابل برطرف کردن خواهد بود، ممکن است در صورت پشت گوش انداختن، بلای جان شود. سلامت خود را جدی بگیرید و از زندگی سالم تان لذت ببرید.

[دیجیاتو](#)