

سرطان قابل پیشگیری و درمان است

باخودمراقبتی و امید

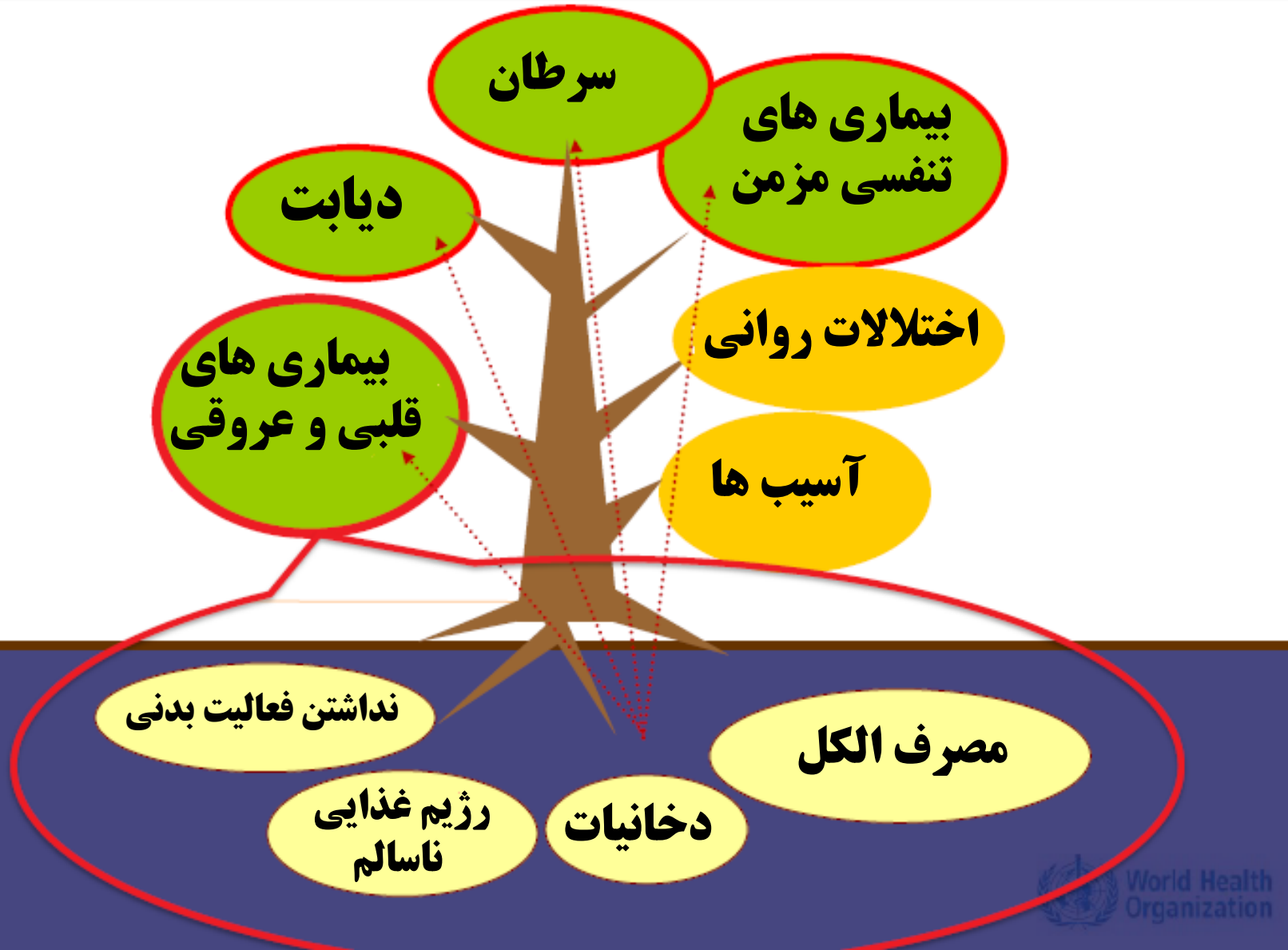


وضعیت بیماری های غیر واگیر در جهان

✿ ۴ بیماری غیر واگیر، علت ۶۰٪ مرگ ها در جهان است. (۳۵ میلیون نفر)

✿ ۸۰٪ مرگ ناشی از بیماری های غیر واگیر، در کشورهای با درآمد پایین و متوسط رخ می دهد

وضعیت بیماری های غیر واگیر در جهان



وضعیت بیماری های غیر واگیر در ایران

۸۰٪ بیماریهای قلبی
وعروقی و ۴۰٪
سرطان ها
با حذف عوامل خطر
قابل پیشگیری هستند.

در ایران ۷۲٪ علل
مرگ،
بیماری های غیر واگیر
هستند

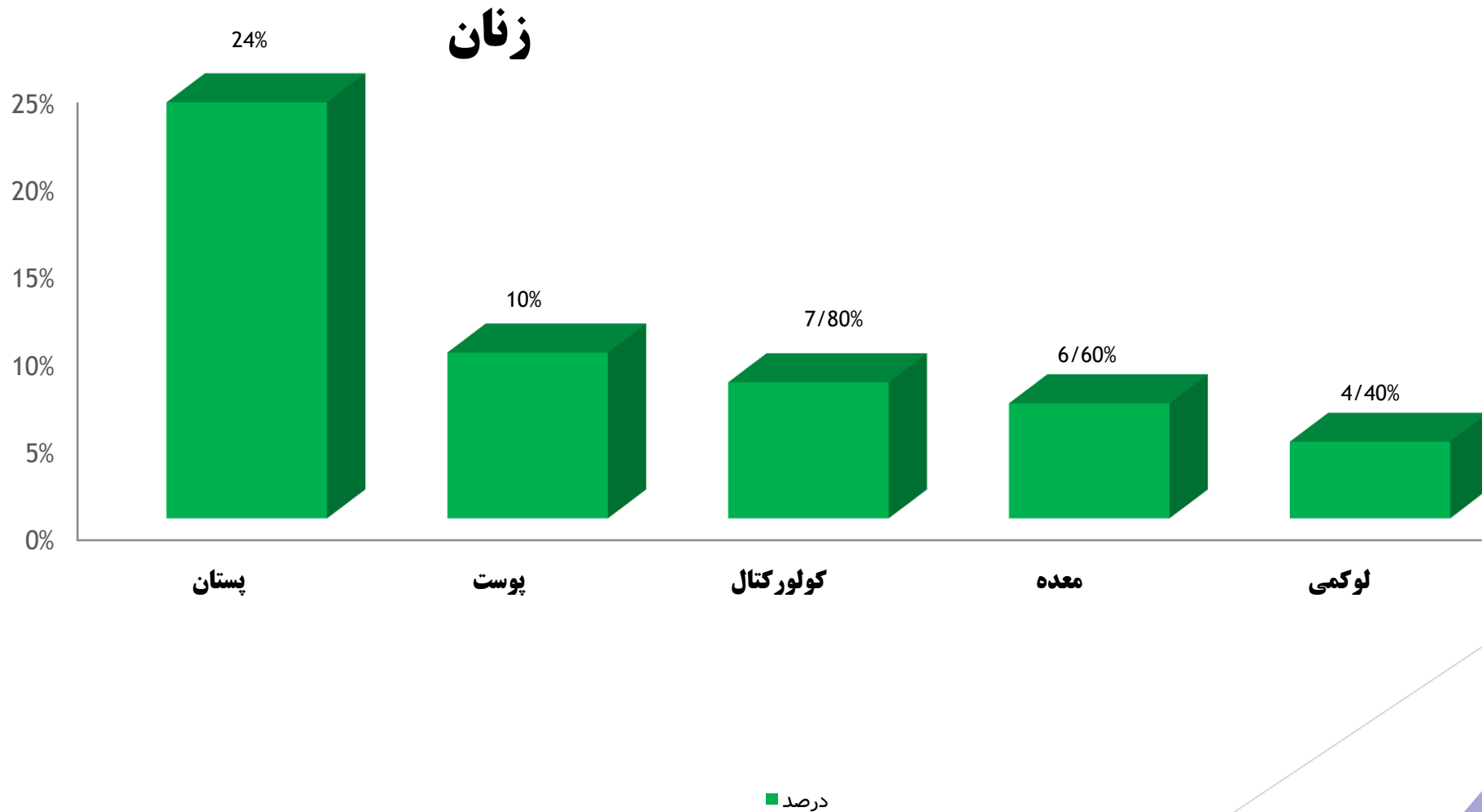
سرطان در ایران

سالیانه ۹۲ هزار مورد جدید

۳۰۰ هزار بیمار بهبود یافته در طی ۵ سال

دومین دلیل مرگ و میر

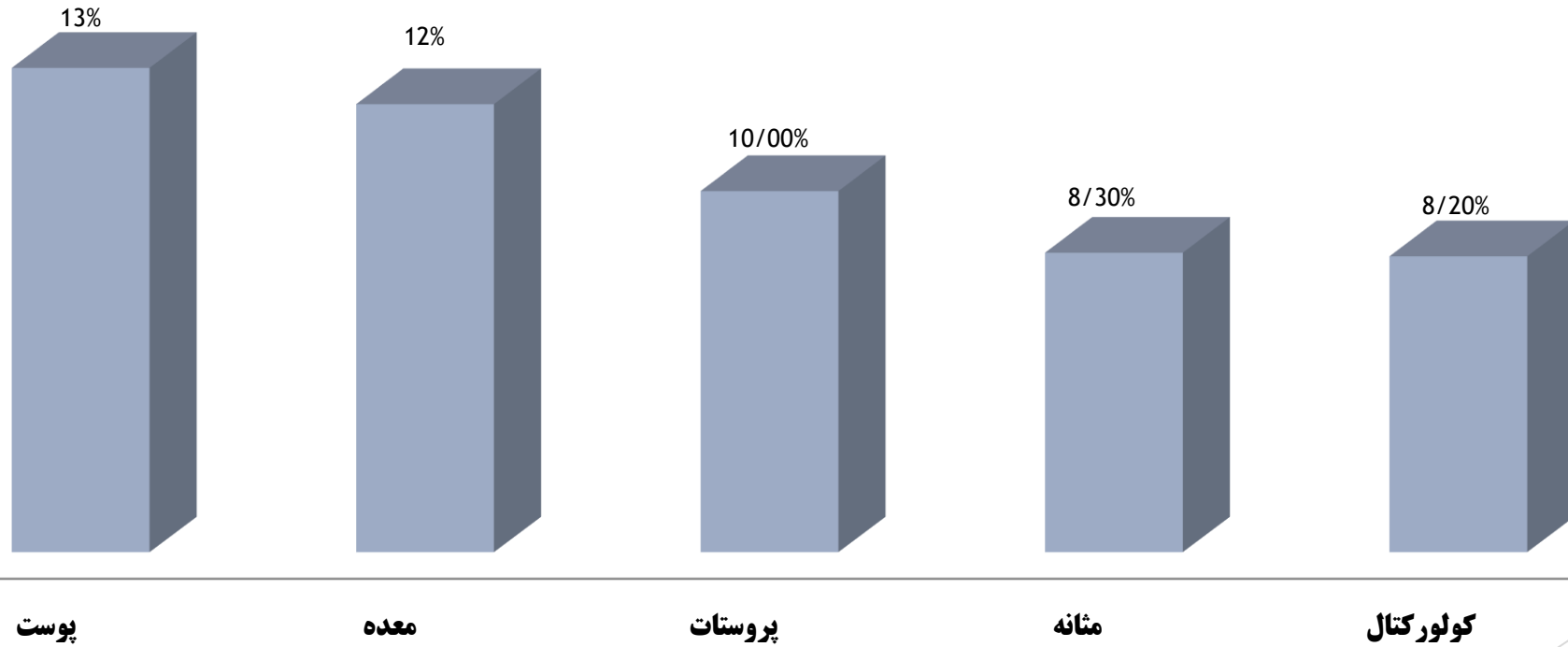
سرطان های با بروز بالا در ایران



سرطان های با بروز بالا در ایران

■ درصد

مردان



آیا بروز سرطان در ایران بالاتر از سطح جهانی است؟

ایران

بروز	جمعیت
۱۳۴	مردان
۱۲۸	زنان

جهان

متوسط بروز جهانی	جمعیت
۲۰۵	مردان
۱۶۵	زنان

**میزان بروز سالیانه سرطان در ایران کمتر از متوسط جهانی است
اما...**

دکتر رهام سالک رئیس مرکز تحقیقات سرطان دانشگاه علوم پزشکی مشهد، گفت:
سرطان هر ساله ۱۰ درصد افزایش پیدا می کند.

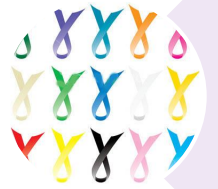
❁ یکی از علل این رشد ده درصدی مربوط به روش های تشخیص بیشتر و دقیق تر است.

❁ بیش از ۵۰ درصد از سرطان های خراسان رضوی مربوط به دستگاه گوارش و پستان است



چرا سرطان رو به افزایش است؟

شرایط شیوه زندگی و عوامل محیطی در ایران



عدم مصرف ۵ وعده میوه؛ **۹۰٪**



میزان مصرف انرژی؛

۲۸۰۰ کیلوکالری (در برابر ۱۹۰۰)



فعالیت بدنی کم؛ **۴۰٪**



سرانه تولید گاز CO_2 ؛

۷ تن (در برابر ۴/۶)



افزایش وزن؛ **۵۰٪**



ذرات معلق؛

۱۱۵ میکروگرم (در برابر ۶۰)



کلسترول بالا؛ **۵۰٪**

برای کنترل سرطان چه باید کرد؟ (برنامه ملی کنترل سرطان)

پیشگیری

تشخیص زود هنگام

تشخیص و درمان

مراقبت های تسکینی

کنترل سرطان

سطوح گوناگون پیشگیری



سطح صفر؛
از بین بردن منبع
خطر



سطح ۱؛
دوری از مواجهه



سطح ۲؛
تشخیص
زودهنگام



سطح ۳؛
درمان و
بازتوانی

تشخیص زودهنگام سرطان (اجزا و الزامات برنامه)



مشخصات بیماری:

-
- سریع نبودن سیر پیشرفت بیماری
- وجود تست تشخیصی مناسب برای آن بیماری
- درمان پذیری بیماری

تشخیص زودهنگام سرطان (اجزا و الزامات برنامه)



الزامات اجرایی:

- در اختیار داشتن تست های تشخیصی
- آموزش عمومی در مورد علایم و نشانه های سرطان
- آموزش ارائه دهندگان خدمات سلامت در مورد علایم و نشانه های سرطان
- تشخیص و ارجاع به موقع
- انجام همه مراحل در زمان مناسب و عدم تاخیر

تشخیص زودهنگام و غربالگری

تشخیص زودهنگام؛

اقدام برای تشخیص
زودتر بیماری در افراد
علامتدار

غربالگری؛

اقدام برای تشخیص
زودتر بیماری در افراد
بی علامت



عوامل خطر سرطان

✿ (۳۵-۳۰ درصد سرطان ها مربوط به تغذیه هستند.)

✿ -اضافه وزن و چاقی (خطر سرطان روده بزرگ، سینه و تخمدان را افزایش می دهد)



عوامل خطر سرطان

✿ مصرف زیاد چربی (خطر سرطان سینه، روده بزرگ، لوزالمعده را افزایش

می دهد)

✿ گوشت قرمز و سوسیس و کالباس و... (خطر سرطان روده بزرگ را افزایش

می دهد)



عوامل خطر سرطان



❁ کم تحرکی (خطر سرطان سینه را افزایش می دهد)

❁ مصرف زیاد سبزی و میوه

(اثرات حفاظتی در مقابل بعضی سرطان ها از جمله روده بزرگ و مثانه دارد)





**مشاوره و راهنمایی در ارتباط با
بیماریهای بدخیم و شیمی درمانی
توسط پرستاران مجرب روزهای
چهارشنبه ها ساعت ۸ تا ۱۱**

**در مانگاه بیمارستان قائم (عج)
تلفن: ۰۵۱-۳۸۰۱۲۵۵۱**