

## بیماری سرطان

### سرطان چیست ؟

- در برخی از شرایط به عللی یک سلول تغییر شکل پیدا کرده و تبدیل به یک سلول سرطانی میشود .
- سلول سرطانی شباهت زیادی به سلولهای طبیعی بدن ندارد و برای هدف خاصی، یا وظیفه بخصوص تقسیم بندی نمیشود. تقسیم بندی بی هدف و سریع سلولهای سرطانی در هر نقطه از بدن که باشد به تدریج توده یا توموری تشکیل می دهد. این توده با ترشح موادی به داخل بدن و یا فشار به اعضاء مجاور موجب اختلالات عظیمی در بدن می گردد.
- سلولهای سرطانی بعد از یک دوره مشخص از بین نمی روند و بدون هدف خاصی رشد میکنند. به مجموعه این توده سلولی و علائم و عوارض آنها بیماری سرطان گفته میشود.
- انواع سرطان ها :
  - معده ، پوست ، استخوان ، خون ، ریه ، کیسه صفرا، چشم و ...
  - شایعترین سرطان در زنان : پستان - پوست - روده زگ - معده و مری - رحم
  - شایعترین سرطان در مردان : پوست - معده - مثانه و پروستات - مری - ریه
- علل ایجاد سرطان :
- تماس با عوامل سرطانزا به ((مدت کافی)) و ((مقدار کافی)) ممکن است که باعث ایجاد سرطان شود.
- عوامل سرطانزا :
- انواع دخانیات: سیگار، چپق، قلیان، پپ و جویدن ترکیبات حاوی برگ تنباکو از مهمترین سرطانزاهای ایران هستند که میتوانند در بیشتر اعضاء بدن تولید سرطان کنند. (لب، حنجره ، ریه ، مری، مثانه ، رکتوم )
- اشعه آفتاب : اشعه ماوراء بنفش نور آفتاب در پوست خاصیت سرطانزائی شدید دارد . انواع دیگر اشعه مانند اشعه ایکس که در رادیوگرافی مورد استفاده قرار می گیرد و یا نوعی از اشعه که به دنبال انفجارات اتمی در محیط منتشر می گردد، از جمله سرطانزاهای بسیار شدید می باشد.
- الکل: ماده شیمیایی الکل اتیلیک موجود در نوشابه های الکلی از جمله شراب، آجو ، عرق و غیره در ایجاد بسیاری از سرطان ها موثر است .(دهان ، حلق ، حنجره)
- ویروسها : نقش ویروسها در بسیاری از سرطان ها مانند سرطان دهانه رحم و انواعی از سرطان های خون و لنف مشخص شده است . مثلا ویروس هیپاتیت ب در ایجاد دیررس سرطان کبد موثر است .
- مصرف برخی از انواع غذاها در ایجاد یا پیدایش بعضی از سرطان ها تاثیر دارد.
- مانند نوشیدن نوشابه های بسیار داغ ( چای ، قهوه و ... ) خوردن غذاهای داغ ، فقر غذائی و کمبود ویتامین آ ، استفاده ناکافی از میوه جات و سبزیجات تازه ، مصرف ماهی خشک و نمک زده ، ترشیجات ، شوربجات ، مصرف زیاد چربیهای حیوانی و مواد سرخ کرده ، در ایجاد برخی سرطان ها نقش دارند.
- تریاک : به ویژه سوخته آن یک سرطانزای بسیار قوی در ایران است که در ایجاد سرطان های مثانه ، حنجره ، ریه و ... نقش دارد.
- هورمون ها :
- مواد شیمیایی و مشاغل : تماس با اغلب مواد شیمیایی مانند اغلب رنگها ، تنفس گرد و غبار برخی معادن و خوردن برخی مواد شیمیایی توصیه های لازم جهت پیشگیری از سرطان ها :
- رژیم غذایی خود را براساس مواد گیاهی که حاوی مقدار زیادی از انواع سبزی ها ، میوه ها ، حبوبات و مواد نشاسته ای تصفیه نشده است قرار دهید.
- از بروز چاقی پیشگیری کنید .
- علائم اولیه سرطان ها :
- علائم زیر هرچند در بیماریهای غیر سرطانی هم پیدا میشود ولی وجود و پیدایش آنها را باید شدیداً خطرناک تصور کرد:
- تغییرات طولانی در نظم و دفع مدفوع یا ادرار - هر زخم سطحی که بعد از ۱۰ روز بهبود نیابد
- هر نوع خونریزی و هر نوع ترشح غیر طبیعی از سوراخ های طبیعی بدن - پیدایش هر توده ای در بدن
- سوء هضم و اشکال در فرو بردن لقمه - کاهش وزن بدون توجیه
- تغییرات واضح در شکل و رنگ خالی که قبلاً وجود داشته - سرفه های مکرر و مزاحم و کلفت شدن صدا