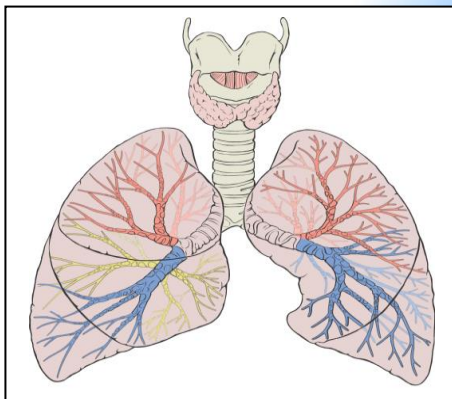


## سرطان ریه

گروه هدف: بزرگسالان



تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار

با نظارت دکتر رخشا (متخصص انکولوژی - رادیوتراپی)

بازبینی بهار ۱۴۰۳ - بازبینی مجدد سه سال بعد

### آموزش به بیمار در رابطه با مراقبت از مو و ریزش

#### آن

- استفاده نکردن از رنگ مو در مدت شیمی درمانی
- موها را سفت نبندید.
- هفته ایی یک بار با شامپو بچه بشوید.
- از سشوار استفاده نکنید.
- ۶ هفته پس از اتمام کموتراپی موها مجددا رشد خواهند کرد.

### آموزش در رابطه با زخم دهان

- در یک لیتر آب جوش سرد شده نصف قاشق چای خوری نمک و نصف قاشق چایخوری جوش شیرین حل کنید. یک دقیقه قرقره کنید.
- از خمیر دندان مخصوص بچه ها استفاده کنید.
- از مصرف غذاهای اسیدی خودداری کنید.

منبع: فصلنامه امداد ایران (وابسته به انجمن امداد به

بیماران سرطانی ایران) - سال ۳ شماره ۳

صورت روزانه بهترین روش جهت پیشگیری از ابتلا به سرطان ریه است.

### عوارض شیمی درمانی

- تهوع و استفراغ
- زخم دهان
- بی مویی
- تغییر حس چشایی

### آموزش به بیمار در رابطه با تهوع و استفراغ

- غذاهای کم ادویه مصرف کنید.
- بگذارید غذا به دمای اتاق برسد یعنی نه خیلی گرم باشد نه خیلی سرد.
- از زنجبیل و دارچین استفاده کنید. به عنوان مثال چای دارچین مصرف کنید.
- در حین شیمی درمانی لیموترش را بوکنید.
- آبنبات ترش مصرف کنید.

## راه های تشخیصی چیست

- ✚ سی تی اسکن
- ✚ نمونه برداری
- ✚ آزمایش خون و خلط
- ✚ عکس برداری از قفسه سینه

## راه های درمان چیست

- **جراحی:** در مراحل اولیه در درمان سرطان ریه انجام می شود و معمولاً با درمان های بیشتر از جمله شیمی درمانی و پرتودرمانی دنبال می شود.
- **رادیوتراپی**
- **شیمی درمانی**

## چگونه می توان از بروز سرطان ریه پیشگیری کرد

- ✓ دوری از سیگار و تنباکو: (عامل ۸۵٪-۹۰٪ از مرگ و میر ناشی از سرطان ریه)
- ✓ تغذیه و رژیم غذایی: محققین معتقدند حفظ وزن فرد و خوردن حداقل ۵ وعده میوه و سبزیجات تازه به

## علائم و نشانه های سرطان ریه چیست

- سرفه ایی که بیشتر از دو هفته طول کشیده است. (در افراد غیر سیگاری)
- افزایش میزان و شدت سرفه در افراد سیگاری
- سرفه همراه خون
- افزایش میزان خلط سینه
- تغییر رنگ خلط سینه
- خس خس سینه
- از دست دادن اشتها
- کاهش وزن
- دشواری در دم و بازدم در هنگام کار بدنی و ورزش
- درد ناشناخته و یا آشکار در سینه

## در صورت گسترش سرطان به نقاط دیگر بدن علائم

### زیر ممکن است بروز نماید:

- ☞ درد استخوان و شکستگی استخوان
- ☞ ضعف و بی حسی دست ها و پاها
- ☞ سردرد، سرگیجه و تشنج

## سرطان ریه چیست

وقتی سلول ها در قسمتی از بدن شروع به رشد خارج از کنترل می کنند سرطان ایجاد می شود سرطان ریه یکی از همه گیرترین سرطانها در سراسر جهان است.

## علت ابتلا به سرطان ریه چیست

- سیگار کشیدن و (سایر عوامل مثل قلیان، پپ ، استنشاق دود سیگار در تماس با افراد غیر سیگاری)
- گاز رادون (یک گاز رادیواکتیو حاصل از شکسته شدن اورانیوم در خاک یا سنگ)
- آلاینده های موجود در هوا و محیط زیست و محل کار
- رژیم غذایی و کمبود ویتامین ها
- مصرف حشیش و سایر مواد مخدر
- تغییرات ژنی در تماس با مواد رادیواکتیو