

سرطان پانکراس

پانکراس، غده‌ای گلایی شکل به طول حدود ۱۵ سانتیمتر (شش اینچ) در شکم است و توسط معده، روده کوچک، کبد، طحال و کیسه صفرا احاطه شده است.

آنزیم‌هایی که لوزالمعده تولید می‌کند به هضم غذا و هورمون‌های پانکراس به کنترل قند خون ما کمک می‌کند. سرطان پانکراس گاهی «بیماری خاموش» نامیده می‌شود، زیرا سرطان پانکراس اولیه اغلب علامتی ایجاد نمی‌کند اما با رشد سرطان ممکن است علائم زیر ایجاد شوند :

* زردی چشم و پوست مهمترین نشانه سرطان پانکراس

* ادرار تیره * مدفوع روشن یا چرب

* خارش پوست * درد بالای شکم یا بخش بالایی پشت * تهوع و استفراغ * بزرگ شدن کیسه صفرا یا کبد

* کاهش وزن و کم اشتها * لخته شدن خون

عوامل خطر سرطان پانکراس بدخیم

* سن : احتمال ابتلا به سرطان لوزالمعده با افزایش سن بیشتر می‌شود . بیشتر موارد ابتلا به این سرطان در افراد بالای ۶۰ سال مشاهده شده است.

* دیابت : این سرطان بیشتر در افرادی رخ می‌دهد که دیابت دارند.

* جنسیت : احتمال ابتلا به این سرطان در مردان بیشتر از زنان است.

* مصرف سیگار: احتمال ابتلا به این بیماری در افراد سیگاری دو تا سه برابر بیشتر از افراد غیرسیگاری می‌باشد.

* نژاد: طبق گزارشات این بیماری بیشتر در افراد سیاه پوست بیشتر از افراد سفید پوست است.

* سابقه خانوادگی: در صورتی که سابقه این بیماری در افراد خانواده وجود داشته باشد احتمال ابتلا به سرطان پانکراس ۳ برابر بیشتر از سایرین است.

* سابقه ابتلا به سرطان تخمدان

* التهاب لوزالمعده

* قرار گرفتن در معرض مواد شیمیایی خاص

گزینه‌های درمانی مختلفی برای این بیماران وجود دارد . با توجه به نوع و درجه سرطان می‌توان از روش‌های جراحی ، پرتو درمانی یا شیمی درمانی استفاده کرد.

یک عفونت یا مشکلات دیگر نیز می‌توانند این علائم را ایجاد کنند. تنها پزشک قادر است علت علائم فرد را تشخیص دهد. هر فرد با این علائم باید به پزشک مراجعه کند تا وی هر چه زودتر نسبت به درمان علت آن اقدام کند.

تشخیص

اگر بیمار یک یا چند علامت مذکور را داشته باشد، پزشک در مورد سابقه طبی بیمار از وی سؤال خواهد کرد. پزشک ممکن است یک یا چند مورد از موارد زیر را انجام دهد. معاینه فیزیکی: پزشک پوست و چشم‌ها را از نظر وجود زردی معاینه می‌کند. سپس پزشک شکم از نظر وجود تغییرات در نواحی نزدیک به پانکراس، کبد و کیسه صفرا لمس می‌کند. علاوه بر این بیمار را از نظر وجود آسیب نوعی تجمع غیرطبیعی مایع در شکم) بررسی می‌کند.

خودمراقبتی :

* رعایت بهداشت دست پس از تماس با هر وسیله ای و قبل از خوردن غذا.

* استفاده از ماسک (به خصوص در مکان‌های شلوغ)

* حمام و تعویض لباس روزانه

* استفاده از ضد آفتاب حین مواجهه با نور خورشید و عوارض مواجهه با گرما و سرمای بیش از حد.

* استفاده از غذاهای سالم که ترجیحا آب پز یا بخار پز باشند.

* استفاده از آب تصفیه شده حداقل ۸ لیوان در روز

* استفاده از آب میوه‌های طبیعی

* میوه به صورت شسته شده در یخچال نگهداری شود.

* خوردن سبزیجات به صورت کاملاً ضد عفونی شده و آب پز

و میوه‌های به صورت پوست گرفته شده

* اجتناب از خوردن غذاهای چرب، شور، مانده، کنسروی و فست فود ها، حذف غذاها و نوشیدنی‌های حاوی مقادیر بالای قند و شکر مصنوعی مانند: نوشابه‌ها.

* شناور کردن میوه و سبزیجات به مدت حداقل ۱۰ دقیقه

در آب و سرکه پیش از مصرف

* استفاده از مسواک نرم و دهان شویه حداقل ۴ بار در شبانه

روز

* عدم نگهداری گل و گیاهان طبیعی در کنار بیمار

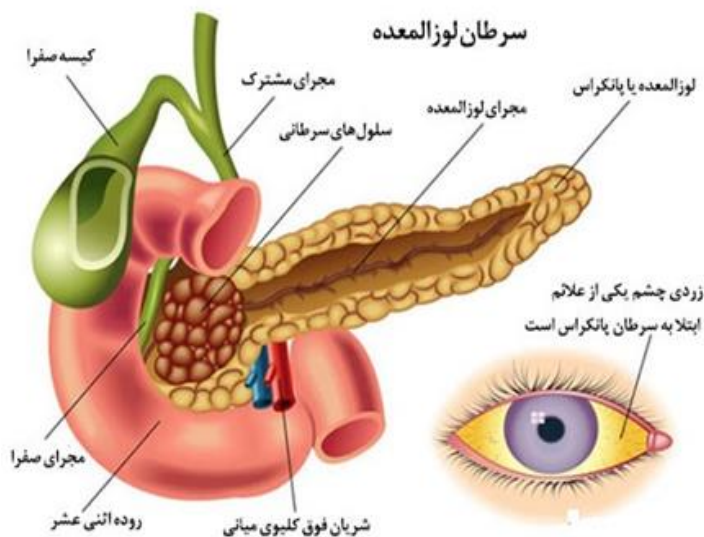
* انجام منظم ورزش‌های ملایم

* آرام سازی و تعدیل سازی رفتار

* استفاده از موسیقی درمانی در کنترل اضطراب و استرس



سرطان لوزالمعده



شناسنامه ی بروشور آموزشی کد: pm-06-140-A-06

عنوان

سرطان پانکراس

تهیه کننده

آذر محمدی کارشناس پرستاری

تایید کننده

کارگروه آموزش به بیمار

سال تهیه: ۱۴۰۳

سال بازبینی: ۱۴۰۷

منبع

<https://drhosseinziaei.com/colon-cancer/>
drsaberian.com/cancer/ علائم-سرطان-لوزالمعده

پزشک تایید کننده

دکتر رضا وجدانی

ناظر کیفی

دکتر سیدعباس رخشا

*از پزشک یا پرستار در مورد استفاده از نخ دندان سوال کنید

*از ماشین صورت تراش برقی به جای تیغ استفاده کنید

*بعد از هر نوع خروج سوزن از پوست (بعد از خونگیری یا تعویض مسیر سرم) محل آن را محکم با گاز یا پنبه فشار دهید

*در صورت بروز علائم عفونت و تب (درجه حرارت بالاتر از حد طبیعی بویژه اگر بالای ۳۸ درجه سانتی گراد باشد، لرز، نفس زدن و یا تنفس سخت و مشکل، احساس گرفتگی در قفسه سینه و یا درد قفسه سینه، گلودرد یا سایر علائم سرماخوردگی که بیش از ۴۸ ساعت به طول انجامد، سرفه بسیار یا تغییر در ویژگی سرفه‌های قبلی، درد یا وجود ترشحات در در ناحیه مقعد، اسهال، درد یا ترشحات در ناحیه تناسلی، دل درد، مشکلات ادراری، هر نوع درد جدید یا غیر طبیعی، قرمزی، تورم و درد پوستی) بدن خود را گرم نگه دارید و مایعات فراوان بنوشید و فوراً به اورژانس بیمارستان نمازی، امیر، شهید فقیهی مراجعه نمایید.

* شماره تلفن واحد پاسخگویی به مشکلات بیماران پس

از ترخیص (۳۶۲۳۱۴۰۹)

شماره موبایل جهت ارتباط بیماران با واحد آموزش سلامت

وپرستار پیگیر از طریق فضای مجازی ۰۹۱۷۵۲۶۵۸۶۴

شماره مستقیم بخش آنکولوژی: ۳۶۲۵۵۳۱۷ داخلی ۱۴۹

در صورتی که بیمار دارای پورت باشد:

نکات مراقبتی از پورت شامل جلوگیری از ضربه به قسمت پورت کت، عدم دستکاری پورت می باشد.

*نوشیدن مایعات و استفاده از روغن زیتون/کنجد روی وعده های غذایی به منظور کنترل یبوست

*استفاده از خورده یخ به منظور جلوگیری از آفت دهان زمان و مکان مراجعه مجدد به پزشک یا بیمارستان را از پرستار خود سوال نمایید

*دوری از افراد مبتلا به سرماخوردگی، آنفولانزا، گلودرد چرکی یا سایر عفونت‌ها

*دوری از افرادی که به تازگی واکسن زنده (آبله مرغان، اوریون، سرخک، سرخجه و آبله) دریافت داشته‌اند (به مدت ۶-۸ هفته بعد از واکسیناسیون) تماس نداشته باشید

*معاینات دهان و دندان قبل از شروع شیمی درمانی انجام دهید

*دندان مصنوعی کاملاً مناسب در دهانتان باشد

*از هر عاملی که باعث ایجاد زخم و جراحت و یا سوختگی در بدن گردد

*از مصرف غذای مانده خودداری کنید. غذای خود را بصورت مکرر گرم نکنید

*از کفش‌ها و روفرشی‌های فاقد پاشنه استفاده کنید

*از دستکش‌های محکم در هنگام باغبانی، بیل زدن و کار با گیاهان استفاده کنید