

پیشگیری از سرطان

پیشگیری اولیه و ثانویه و ثالثیه سرطان همگی مهم هستند.

پیشگیری اولیه

مربوط به کاهش خطر بیماری است مثل دستورالعمل هایی در خصوص تغذیه و فعالیت بدنی یا استفاده از ایمن سازی برای کاهش خطر ابتلا به سرطان از طریق پیشگیری از عفونت های همراه با سرطان مثل واکسن HPV برای پیشگیری از سرطان دهانه رحم، سر و گردن یا واکسن HBV برای کاهش خطر هپاتیت و ایجاد سرطان کبد است.

پیشگیری ثانویه

شامل غربالگری و اعمال تشخیص زودهنگام است که بدن بال شناسایی ضایعات پیش سرطانی و سرطان در مراحل اولیه در افرادی که فاقد علائم و نشانه های سرطان اند.

غربالگری جامعه ی سرطان آمریکا ACS در بسیاری از انواع سرطان ها مورد حمایت است که به این غربالگری میپردازیم

۱. پستان گروه سنی ۴۰ تا ۵۴ سال باید سالی یکبار ماموگرافی انجام دهند

گروه سنی ۵۴ به بالا هر دو سال یکبار ماموگرافی انجام دهند

۲. دهانه رحم گروه سنی ۲۱ تا ۲۹ سال هر ۳ سال یکبار پاپ اسمیر متدوال یا پاپ اسمیر با پایه مایع انجام دهند

هر ۵ سال یکبار پاپ اسمیر همراه با تست HPV باشد

گروه سنی ۳۰ به بالا تست پاپ اسمیر و تست HPV DNA انجام شود که در افراد ۶۶ سال به بالا در صورت داشتن ۲

یابیش از ۲ بار تست ممفی در ۱۰ سال اخیر دیگر تست دادن نیازی نیست

زنان هیستریکتومی کامل کرده اند نیازی به غربالگری ندارند

۳. کولورکتال

مردان و زنان بالای ۵۰ سال

تست خون مخفی مدفوع یا گایاک gFOBT با حداقل ۵۰ درصد حساسیت هر سال

تست ایمنی -شیمیایی مدفوع با حدتقل ۵۰ درصد حساسیت هر سال

تست DNA مدفوع هر ۳ سال

سیگموئیدوسکوپی قابل انعطاف FSIG هر ۵ سال

انمای باریم با کنتراست دوگانه OCBE هر ۵ سال

کولونوسکوپی هر ۱۰ سال

کولونوگرافی CT هر ۵ سال

تمامی تست های مثبت به جز کولونوسکوپی باید با انجام کولونوسکوپی مورد پیگیری قرار گیرند.

یعنی اینکه اگر تست گایاک فرد مثبت شد باید در مرحله بعد تست کولونوسکوپی هم انجام دهد

۴. ریه

گروه سنی ۵۴ تا ۷۷ در صورتی که ۳۰ بسته سیگار در سال میکشند و ظاهر سلامتی خوب دارند

افراد سیگاری اخیر که طی ۱۵ سال پیش ترک کردند

انجام تست CT ماریجی با دوز کم LDCT

۵. پروستات

مردان ۵۰ به بالا

انجام معاینات دیجیتال رکتوم DRE و تست انتی ژن اختصاصی پروستات PSA

پیشگیری ثالثیه

برای جلوگیری از عود سرطان اولیه و غربالگری ایجاد بدخیمی های ثانویه در بازماندگان سرطان متمرکز است.

بدخیمی های ثانویه ممکن است در اثر درمان با داروهای شیمی درمانی خاص یا استفاده از اشعه درمانی ایجاد شود مثل

لنفوم یا لوسمی

یا به دلیل غیر درمانی مثل جهش های ژنتیکی وابسته به سندروم های ارثی سرطان یا در معرض عوامل محیطی بودن یا شیوه زندگی ایجاد شود