



هفته ملی مبارزه با سرطان

۸-۱۵ بهمن ماه ۱۴۰۰

با شعار اصلاح باورها راه مبارزه با سرطان

دانشکده علوم پزشکی تربت جام - بیمارستان سجادیه - واحد آموزش سلامت
به بیمار





گزارش کار هفته ملی مبارزه با سرطان در بیمارستان سجادیه تربت جام

نظر به هفته ملی "مبارزه با سرطان" با شعار "اصلاح باورها راه مبارزه با سرطان
"در مرکز آموزشی درمانی بیمارستان سجادیه تربت جام از تاریخ
۱۴۰۰/۱۱/۱۵ الی ۱۴۰۰/۱۱/۱۸ مبتنی بر رایحه خدمات انجام شده به شرح ذیل اعلام
میگردد.



۸ تا ۱۵ بهمن ۱۴۰۰

پویش ملی مبارزه با سرطان

با شعار:

اصلاح باورها راه مبارزه با سرطان



۱-برگزاری جلسه هم اندیشی و برنامه ریزی
مراسم هفته ملی "مبارزه با سرطان" با حضور
ریاست و مدیران محترم بیمارستان توسط خانم
منتظری کارشناس آموزش سلامت بیمارستان
سجادیه تربت جام .



۲-تهیه پوستر حاوی اشکال مصور به همراه آموزش عوامل موثر در ایجاد سرطان و نصب در تمامی تابلوهای بیمارستان واعلانات و همچنین کلینیک های سلامت از جمله:

(دیابت - آندوکولون - ماموگرافی).





اعلانات لابی
بیمارستان



مستندات

کلینیک سلامت

کلینیک آندوکولون
ماموگرافی



اعلانات داخل راهرو
بخش ها



۳-تهیه بئر هفته پویش ملی "مبارزه با سرطان" با هدف آموزش "اصلاح باورها راه مبارزه با سرطان" در راهروی ایستگاه سلامت همگانی.



۴- تهیه ۳ عدد پمفلت آموزشی به عنوان پک آموزشی

همراه جهت مراجعین به بیمارستان با عناوینی چون

نحوه مصرف مواد غذایی - علائم و نشانه های سرطان)

به صورت کلی) - اجرا و پیاده سازی راه حل های

مبارزه با سرطان .





دانشکده علوم پزشکی تربیت جام

بیمارستان سجادیه

آموزش به بیمار

عوامل خطر و راههای پیشگیری از

سرطان



واحد آموزش سلامت همگانی:

SH:PEU-BK-11

پیشگیری از بروز سرطان:

بخش بزرگی از علل سرطان ها شناخته نیستند اما با رعایت چند نکته میتوان از بروز حداقل ۱/۲ سرطان جلوگیری نمود:

۱-عدم استعمال دخانیات

۲-عدم مصرف مشروبات الکلی

۳-رعایت رژیم غذایی مناسب یعنی مصرف سبزیجات و میوه جات (روزانه به مقدار کافی) استفاده کم از غذاهای با منشا چربی حیوانی عدم مصرف مواد غذایی دارای ماده نگهدارنده نیتريت مثل سوسیس و کالباس، عدم مصرف غذاهای کپک زده شور، دود اندود و نمک سود

۴-نگه داشتن وزن در حد طبیعی

۵-انجام فعالیت های ورزشی منظم

۶-محدودیت مواجهه با عوامل شغلی خطر زا

بیماریهای همراه با سرکوب سیستم ایمنی و مارکوم کاپوزی، سرطان پوست غیر ملانومی، لنفوم غیر هوچکین

تشخیص زود هنگام سرطان:

تشخیص زود هنگام یک سرطان به معنای تشخیص آن سرطان در مرحله ایست که هنوز محدود(لوکالیزه) و کوچک است و احتمال درمان قطعی آن زیاد است. دوشیوه کلی برای تشخیص زودهنگام آموزش و غربالگری است

۱-آموزش به منظور افزایش آگاهی در مورد علائم و نشانه های اولیه سرطان بخصوص در جمعیت در معرض خطر همین طور در بین پزشکان سطوح اولیه مراقبت های بهداشتی، پرستاران و پیراپزشکان است.

۲-غربالگری فرآیندی است که در آن یک آزمایش بالینی برای جمعیت بی علامت اما در معرض خطر بیماری انجام میشود تا امکان تشخیص قبل از بروز بیماری فراهم شود. باید توجه داشت برنامه تشخیصی زود هنگام فقط در صورتی موفق است که درمان مناسب در دسترس باشد در غیر این صورت اجرای برنامه تشخیصی زود هنگام لزومی ندارد.

شماره تماس بیمارستان سجادیه: ۵۲۵۲۱۸۱۱-۲۲۲

آدرس سایت: www.trjums.ac.ir



مقدمه :

اطلاع رسانی عمومی مردم در ارتباط با سرطان اطلاع رسانی عمومی در زمینه معرفی عوامل خطر روشهای تشخیصی زود هنگام و پیشگیری از بروز سرطان ها

عوامل خطر :

عوامل خطر ساز ابتلا به سرطان ها به پنج گروه به شرح ذیل طبقه بندی میگردند:

۱- عوامل خطر مربوط به رفتار یا روش های زندگی:

- مصرف دخانیات (با سیگار و قلیان کشیدن) در ارتباط با سرطان ریه، اشعه ماورای بنفش با افزایش خطر ملانوما همراه است



- مصرف الکل در ارتباط با سرطان حفره دهانی، حلق، حنجره، مری، کبد، پستان، احتمالاً کولون و رکتوم
- رژیم غذایی: بیش از ۳۰٪ موارد سرطان به انواع رژیم غذایی بستگی دارد مصرف میوه و سبزیجات و فیبر در ارتباط با کاهش خطر سرطان کولون حلق و حنجره ریه مری و معده و سرویکس مطرح است مصرف گوشت فرآوری شده

ارتباط با افزایش سرطان کولورکتال مطرح شده است ارتباط سرطان پستان یا مصرف چربی نیز اثبات شده است .

افزایش توده بدنی با افزایش خطر سرطان آندومتر پستان (پس از یائسگی) همراه است.

سبک زندگی کم تحرک با سرطانهای کولورکتال پستان پروستات و آندومتر همراه است .



۲- عوامل خطر ساز ژنتیکی:

- علل تغییر در دو ژن BRCA-1 و BRCA-2 افزایش خطر سرطان پستان
- پولیوز آدنوماتوز فامیلی و سرطان های دستگاه گوارش

۳- عوامل خطر ساز محیطی:

- کارسینوژن های شغلی، آزبست سیلیکا، آمین های آروماتیک و فلزات سنگین
- آلودگی های محیطی: آلودگی های هوا آب و خاک آلودگی های درون خانه مثل سوخت های مورد استفاده در پخت و پز

- آلودگی غذا مایکوتوکسین ها آفلاتوکسین ها آسپرژیلوس، مواد شیمیایی صنعتی مثل DDT ترکیبات نیتريت و نیترات

- پرتوهای یون ساز مثل پرتو اشعه ایکس پرتوهای کیهانی و ماورا بنفش خورشیدی

۴- عوامل خطر ساز پزشکی:

اشعه درمانی

مصرف برخی داروها مثل داروهای ضدبارداری در افزایش مختصر سرطان پستان و پیشگیری از سرطان آندومتر و تخمدان، داروهای ضد سرطان، آنتاگونیست های هورمونی و برخی داروهای سرکوب کننده سیستم ایمنی

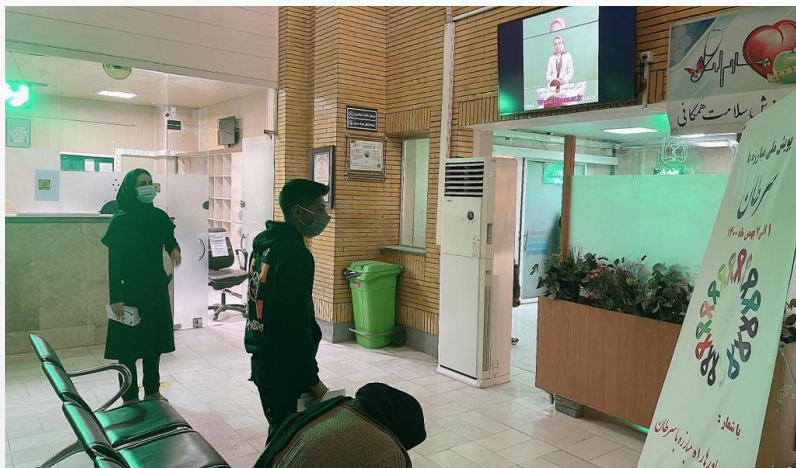
۵- ابتلا به سایر بیماریها:

عفونت های مزمن یک چهارم سرطان ها در جوامع در حال توسعه مناسب به عفونت ها هستند ویروس هپاتیت B و C در ارتباط با کارسینوم هپاتوسلولار کبد ویروس پاپیلوماوی انسانی در ارتباط با سرطان سرویکس ویروس ایتین بار در ارتباط با لنفوم یورکیت هوچکین و کارسینوم نازوفارنک ویروس لنفوتیک T انسانی در ارتباط با لنفوم لوسمی سلول T هلیکوباکتر پیلوری و سرطان معده HIV و سارکوم کاپوز، شیستوزوما و سرطان مثانه



۵-تهیه تیزر آموزشی با عنوان شناسایی علل و عوامل
ایجاد کننده سرطان به مدت ۲۰ دقیقه (جهت
آموزش و آشنایی عموم مردم با بیماری سرطان) و
پخش در سالن ایستگاه سلامت بیمارستان سجادیه .

پخش تیزر در
ایستگاه سلامت
همگانی



آموزش به
همراهیان و
مراجعہ
کنندگان به
بیمارستان در
ایستگاه
سلامت





۶-اطلاع رسانی نحوه فعالیت کلینیک های سلامت از جمله (کلینیک دیابت -آندوکولون و ماموگرافی)و نحوه دسترسی و انجام اقدامات در این واحدها توسط کارشناس آموزش سلامت به مراجعین و حاضران در سالن ایستگاه سلامت بیمارستان سجادیه .





واحد آندوسکوپي
کولونوسکوپي



واحد ماموگرافي





۷- پخش تیزر آموزش نحوه معاینه پستان و رعایت رژیم غذایی و همچنین اطلاع رسانی فعالیت واحد ماموگرافی به همراهیان و بیماران حاضر در بخش جراحی زنان توسط کارشناس آموزش به بیمار .

۸- ارایه پک های آموزشی و پمفلت نحوه مبارزه با سرطان به همراهیان و بیماران حاضر در بخش های جراحی زنان - داخلی توسط کارشناس آموزش به بیمار و کارشناس تغذیه .

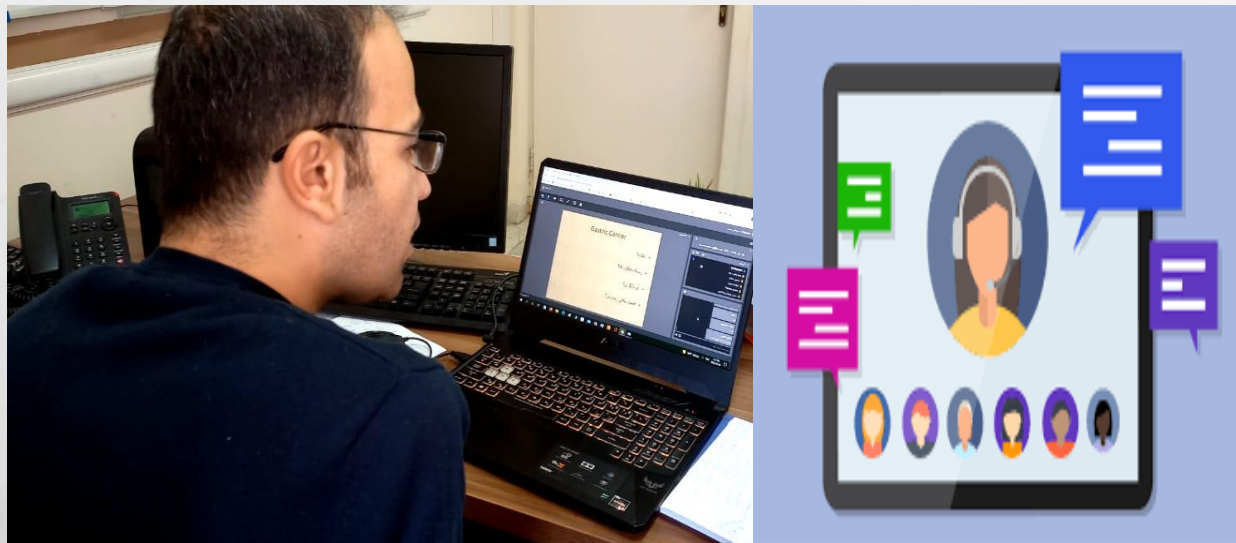




۱۰-ارایه کارگاه آموزشی به صورت وبینار تحت عنوان کانسر های شایع (کانسر معده -کانسر پستان)ویژه پرسنل معاونت درمان (با ۶ امتیاز بازآموزی)در مورخه ۱۴۰۰/۱۱/۱۴ ساعت ۱۲:۰۰ از طریق فضای اسکای روم توسط متخصص داخلی جناب آقای دکتر اباضلتی و شرکت تمامی زیر مجموعه های شاغل اداری و غیر اداری معاونت درمان دانشکده علوم پزشکی تربت جام

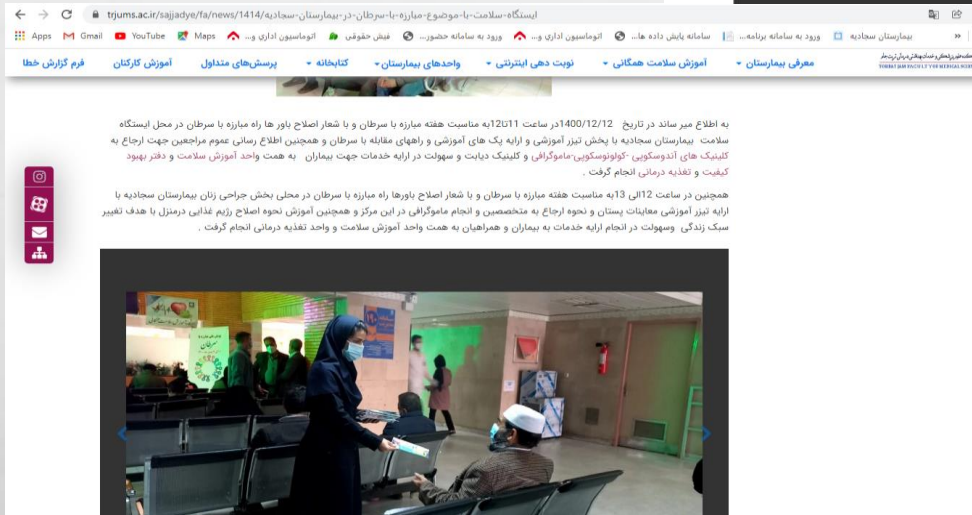
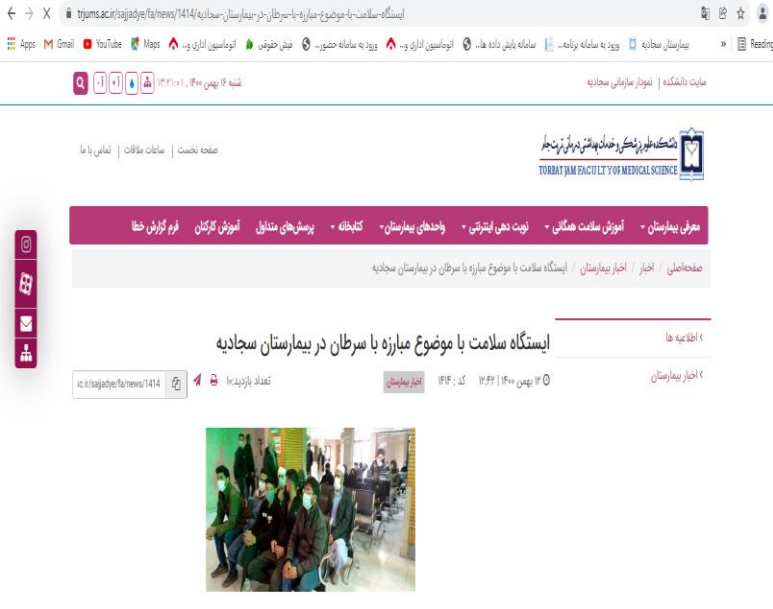
به آدرس لینک

[Skyroom.online/ch/sajjadye1400/saratan](https://skyroom.online/ch/sajjadye1400/saratan)



۱۱- اطلاع رسانی و نحوه فعالیت واحد های تخصصی (دیابت - آندوکولون - ماموگرافی) در وب سایت دانشکده علوم پزشکی تربیت جام و شبکه های مجازی و انتشار آن در تمامی سطح شهرستان

۱۲- ارسال عکس ها و فیلم و کلیپ آموزشی و همچنین فایل آموزشی جهت بارگذاری در سایت بیمارستان سجاده تربیت جام و همچنین نشر فعالیت های انجام شده در این هفته در شبکه های مجازی کل شهرستان جهت اطلاع عموم مردم





بیمارستان سجادیه تربت جام

واحد آموزش به بیمار

بهمن ۱۴۰۰