

قائم مقام معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مشهد تاکید کرد: باید در معرفی زمینه‌های پیشگیری از سرطان حرکت فراگیر انجام شود و مروج این حرکت نیز می‌تواند همت اصحاب رسانه جمعی باشد.

دکتر سید کاظم فرهنگد در نشست خبری هفته پیشگیری از سرطان خاطر نشان کرد: به هر میزانی که به آگاهی‌های پزشکی مردم افزوده شود، میزان ابتلا به این بیماری نیز کاهش می‌یابد و علاوه بر پیشگیری از مرگ و میرهای ناشی از آن در هزینه سرمایه‌های ملی نیز صرفه‌جویی‌های کلان انجام می‌شود زیرا هر یک دلار هزینه در زمینه پیشگیری، صرفه جویی ۱۰ دلاری در زمینه درمان به همراه دارد.

وی گفت: ۷۰ درصد انواع بیماری‌ها با تغییر سبک زندگی و خود مراقبتی و امید قابل پیشگیری است بطوریکه نقش مصرف انواع دخانیات و الکل در بروز انواع سرطان‌ها به اثبات رسیده است که باید برای پیشگیری از این بیماری از مصرف آنها خودداری شود.

قائم مقام معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مشهد افزود: بی‌زیان بودن مصرف قلیان نیز صحت ندارد زیرا زیان مصرف یکبار قلیان برابر با مصرف ۱۰۰ نخ سیگار است، نیم ساعت فعالیت فیزیکی در روز و افزایش مصرف سبزی و میوه‌ها می‌تواند از خطر ابتلا به انواع سرطان بکاهد.

دکتر فرهنگد تصریح کرد: کار با انواع مایعات و حلال‌های شیمیایی نیز باید در شرایط ویژه، عدم تماس و تهویه مناسب انجام شود، قرارگرفتن در معرض ریزگردها، تماس بیش از حد پوست با نور خورشید نیز می‌تواند یکی از عوامل ابتلا به سرطان باشد، واکسیناسیون برخی بیماری‌ها از قبیل انواع هپاتیت نیز می‌تواند عامل پیشگیری کننده از ابتلا به سرطان باشد.

وی گفت: برخی اعمال خلاف عقل و منطق و برپایه جهالت از قبیل آتش زدن کتاب مرجع پزشکی هاریسون و افکار ناشی از آن، تبعات منفی بسیار برای سلامتی جامعه در پی دارد به طوریکه مشاهده می‌شود برخی افراد کم سواد تحت تاثیر اینگونه افکار از واکسیناسیون اطفال خود خودداری می‌کنند که با این اقدام ممکن است بیماری‌هایی که سالها قبل در ایران ریشه کن شده دوباره ظهور کند.

دکتر فرهنگد افزود: با کمک رسانه‌های گروهی اقشار مختلف مردم باید نسبت به راه‌های پیشگیری از بیماری سرطان و علایم آن شناخت کافی پیدا کنند تا در صورت بروز علایم، به موقع به پزشک متخصص و مراکز درمانی مراجعه کنند، باید برای پیشگیری از سرطان علایم هشدار دهنده آن را بشناسیم.

وی ادامه داد: زمینه ارثی می‌تواند یکی از دلایل ابتلا به این بیماری باشد، تغییر وضعیت خال‌های روی بدن، زخم‌هایی که خوب نمی‌شوند، وجود توده در بدن، سرفه‌های طولانی، استفراغ مداوم، بی‌اشتهایی، کاهش ناگهانی وزن و خونریزی از مجاری بدن می‌تواند از علایم هشدار دهنده ابتلا به بیماری سرطان باشد که فرد با مشاهده آنها باید به پزشک متخصص و مرکز درمانی مراجعه کند، گرچه این علایم نمی‌توانند دلایل قطعی بروز سرطان باشند.

رئیس انجمن خون و سرطان خراسان رضوی و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد نیز در این نشست گفت: تعریف سرطان، تکثیر خارج از کنترل یک سلول است که در مرحله ابتدایی به راحتی قابل درمان است اما در صورت تداوم، سایر اعضای بدن را درگیر نموده و باعث تخریب سلول‌های دیگر می‌شود.

دکتر ابوالقاسم الهیاری افزود: درصد اندکی از این بیماری ارثی و اکثر آن اکتسابی است، ثابت شده است مصرف سیگار عامل بروز بیش از ۱۳ نوع سرطان است، سرطان ریه، کلیه و مثانه به صورت قطعی با مصرف سیگار مرتبط است، مصرف الکل نیز باعث بروز انواع سرطان‌ها از جمله سرطان کبد و مری است، مصرف بیش از حد گوشت و چربی نیز یکی دیگر از دلایل بروز انواع سرطان شناسایی شده است.

فوق تخصص خون و سرطان بالغین خاطر نشان کرد: دوام ضعف و خستگی، تعریق‌های شبانه، احساس وجود توده در هر قسمتی از بدن، سرخی پوست پستان، سرفه‌های مداوم با خلط خونی، دو رگه شدن صدا در صورت مصرف دخانیات، احساس درد هنگام بلع غذا، بی‌اشتهایی و کاهش وزن می‌تواند از علایم ابتلا به بیماری سرطان باشد و فرد در صورت مشاهده این علایم باید به پزشک مراجعه کند.

وی گفت: دخالت افراد نا آگاه از قبیل فردی که کتاب علمی مرجع پزشکی را به آتش کشید، صدمات جبران ناپذیر به سلامت افراد جامعه وارد می‌کند و مواردی وجود دارد که افراد تحت درمان مبتلا به سرطان در آستانه بهبودی کامل فریب این شخص را خورده و با مصرف موادی که او توصیه کرده است دچار شدت بیماری شده و جان خود را از دست داده‌اند.

دکتر الهیاری افزود: برای پیشگیری از سرطان باید افراد مختلف جامعه نسبت به سبک زندگی خود تجدید نظر کنند، گوشت مرغ و ماهی را جایگزین گوشت قرمز نموده، دستکم روزانه نیم ساعت ورزش کنند، مصرف انواع فست قودها باید متوقف شده و مصرف میوه و سبزیجات افزایش پیدا کند و واکسیناسیون علیه انواع بیماری‌ها بویژه هیپاتیت انجام شود.

متخصص پرتودرمانی و انکولوژی و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد نیز در این نشست گفت: باور غلط نسبت به بیماری سرطان باید تغییر کند زیرا بیماری سرطان هم مانند دیگر بیماری‌ها قابل درمان و قابل پیشگیری است.

دکتر سیدامیر آل داوود افزود: باید عواملی که باعث بروز سرطان می‌شود را بشناسیم، احساس مسوولیت همه بویژه رسانه‌های گروهی برای ارتقای سطح اطلاعات سلامت جامعه ضروری است، تا زمانی که مردم با عوامل پیشگیری از ابتلا به این بیماری آگاه نشوند مشکلات وجود دارد لذا نباید گول برخی افراد غیرمتخصص را خورد زیرا باعث تشدید بیماری و صدمات جانی و مادی فراوان می‌شود.

شعار هفته ملی مبارزه با سرطان در سال جاری "سرطان با خود مراقبتی و امید قابل پیشگیری و درمان است" تعیین شده و یکم تا هفتم بهمن ماه نیز هفته ملی مبارزه با سرطان نامگذاری شده است.





{jcomments on}