

• *دقت هنگام کار با اشیایی که ممکن است باعث جراحت یا زخم شوند مثل تیغ ،سوزن و..... *هیچ داروی موثر بر سیستم ایمنی را بدون هماهنگی با پزشک استفاده نکنند. *از آبخوری عمومی استفاده نکنند. *آموزش علایم عفونت شامل تب ، سرفه ،گلودرد ،درد در ناحیه سینوس ها ، گوش درد ،سر درد ،خارش یا ترشح غیر معمولی ناحیه تناسلی ،گرمی و تورم ،خصوصا اطراف زخم ، جراحت ، جوش در محل ورود سوزن به رگ. *قبیل از مشورت با پزشک و پرستار هیچ دارویی را برای کاهش دمای بدن خود یا درمان عفونت مصرف نکنند. *مهم است بدانند که اگر شیمی درمانی به علت پایین بودن گلبول های سفید به تاخیر افتاده است به هیچ وجه بر پاسخ عمومی بدن به درمان اثر نخواهد داشت و بیماری به علت این وقفه در برنامه درمانی پیشرفت نخواهد کرد. *داروهای ضد درد باید به طور منظم مصرف شود بیوست-خشکی دهان-خواب آلودگی از جمله عوارض داروها می باشد. *استراحت و استراحتی های آرام سازی نظیر موسیقی ، ورزش ،آرام سازی پیشرونده ،انحراف ذهن و تصور سازی مثبت در کنترل درد موثر است. *اجتناب از مصرف داروها حتی آسپرین و یا مسکن بدون تجویز پزشک. راههای پیشگیری از سرطان:عدم مصرف سیگار ،مصرف کلم بروکلی،کنترل وزن،عدم مصرف مشروبات الکلی ،معاینات دوره ای،نداشتن استرس،مصرف مرکبات کیوی گوجه پياز سير زغال اخته ،آجیل و خشکبار بدلیل وجود سیلینسوم ، ۳۰ دقیقه فعالیت بدنی در هفته	نکات مهم در پرستاری از بیماران دادن داروها سر تایم مقرر کنترل و مدیریت تاثیرات جانبی بیماری گزارش از شرایط جسمی و روحی بیمار ارتباط مناسب با اعضای خانواده ی فرد مبتلا به سرطان به منظور آگاه سازی آن ها از روند مراقبتی بیمار افزایش روحیه ی فرد بیمار برای مقابله ی بهتر و موفق با سرطان کمک به تسریع روند بهبودی فرد بیمار با توجه به اینکه ، سیستم ایمنی و دفاعی بدن فرد مبتلا به سرطان زمانی که تحت درمان از طریق شیمی درمانی و یا پرتو درمانی و سایر تکنیک های درمانی قرار می گیرد ، تضعیف می شود و میزان گلبول های سفید خون بیمار که مسنول مبارزه با عوامل بیماری را هستند، کاهش می یابد. با ضعیف شدن خط دفاعی بدن بیمار مبتلا به سرطان ، فرد در مقابله با ورود عوامل بیگانه و سایر بیماری ها توانایی کمتری پیدا می کند و به منظور پیشگیری از ایجاد بیماری ، باید نکات مراقبتی و بهداشتی را با دقت بالا مد نظر قرار داد *رعایت نکات بهداشتی شامل استفاده از مسواک و لیف حمام اختصاصی و حمام روزانه و شستن دست ها می باشد. *اجتناب از مصرف آبی که بیش از ۱۵ دقیقه مانده باشد. *اجتناب از مصرف سالاد میوه جات و سبزیجات خام. *اجتناب از مصرف گوشت کباب شده یا نیم پز. *شستن دست ها با دقت قبل از خوردن غذا و بعد از اجابت مزرا خودداری از تماس با افرادی که می دانید به بیماری عفونی مبتلا هستند. *از تماس با افرادی که اخیرا واکسن دریافت کرده اند اجتناب نمایند	پاتوژن ها: HPV، EBV یا ویروس اپشتین بار، ویروس های هپاتیت B و C، ویروس سارکوم کاپوسی(KSHV)، شیتوسوما، هلیکوباکتر پیلوری و ... ژنتیک: تعدادی از سرطان های خاص با ژن های انسانی مرتبط می باشند، از قبیل: پستان، تخمدان، کولورکتال، پورستات، پوست و ملانوما. البته بحث ژنتیک در این راستا بسیار گسترده است و در این مطلب نمی گنجد. <u>رژیم غذایی</u> نقش مهمی را در رابطه با سیستم ایمنی بدن برای جلوگیری از رشد سلول های سرطانی ایفا می نماید. همچنین، عوامل دیگری مانند چاقی،ورزش نکردن، التهاب مزمن و هورمون ها می توانند نقش مهمی در ابتلا به سرطان داشته باشند
---	---	---

مراقبت های پرستاری و درمانهای حمایتی در بیماران سرطانی

تهیه کننده: اراضیه حیدرنیا

زمستان ۱۴۰۳

واحد آموزش سلامت بیمارستان

چگونه سرطان پدید می آید؟

سرطان یکی بیماری ژنتیکی است، یعنی ناشی از تغییر ژن هایی است که عملکرد سلول ها، به خصوص نحوه رشد و تقسیم آنها را کنترل می نمایند. تغییرات ژنتیکی که باعث سرطان می شوند، ممکن است از والدین به ما به ارث رسیده باشند. همچنین ممکن است در طول زندگی فرد، نتیجه خطاهایی باشد که منجر به تقسیم سلولی شده یا به علت آسیب دیدن DNA در اثر مواجهه با برخی عوامل محیطی باشد. عوامل محیطی که ممکن است منجر به سرطان شوند، شامل مواردی مانند مواد شیمیایی موجود در تنباکو و یا اشعه های ماوراء بنفش خورشید می شود.

سرطان هر فرد ترکیب خاصی از تغییرات ژنتیکی است. با رشد سرطان، تغییرات دیگری نیز رخ خواهند داد. حتی در یک تومور مشابه، سلول های مختلف ممکن است تغییرات ژنتیکی متفاوتی داشته باشند. به طور کلی، سلول های سرطانی در مقایسه با سلول های طبیعی، تغییرات ژنتیکی بیشتری مانند جهش در DNA دارند.

علل ایجاد سرطان: برخی علل ناشناخته اند، علل شناخته شده ای مانند **عوامل محیطی** یا **سبک زندگی** ممکن است منجر به سرطان شوند. ممکن است برخی از این علت ها تحت تأثیر آرایش ژنتیکی فرد قرار بگیرند. گاهی ترکیبی از این علت ها منجر به بروز سرطان می شوند. اگر چه تعیین علت اولیه سرطان دشوار یا غیرممکن به نظر می رسد، اما تحقیقات انجام شده تعدادی از عوامل که به تنهایی یا با هماهنگی با سایر عوامل منجر به سرطان می شوند را شناسایی کرده است. در لیست زیر، برخی از علت های عمده سرطان بر شمرده شده است:

قرار گرفتن در معرض ترکیبات شیمیایی یا سمی: بنزن، آزبست، نیکل، کادمیوم، وینیل کلرید، بنزیدین، دود توتون و تنباکو یا سیگار (حاوی حداقل ۶۶ نوع ماده شیمیایی سرطان زا و سموم شناخته شده بالقوه) و آفلاتوکسین.

پرتوهای یونیزه کننده: اورانیوم، رادون، اشعه ماوراء بنفش نور خورشید، پرتوهای آلفا، بتا و گاما و منابع تابش اشعه ایکس

--	--	--