

## ساختمان طبیعی پستان

محدوده پستان از نظر تشریحی شامل منطقه مربع شکلی است که از بالا به استخوان ترقوه، از پایین به کش لباس زیر، از پهلو به خطی که از وسط حفره زیر بغل به پایین رسم میشود و از داخل به جناغ سینه محدود می شود.

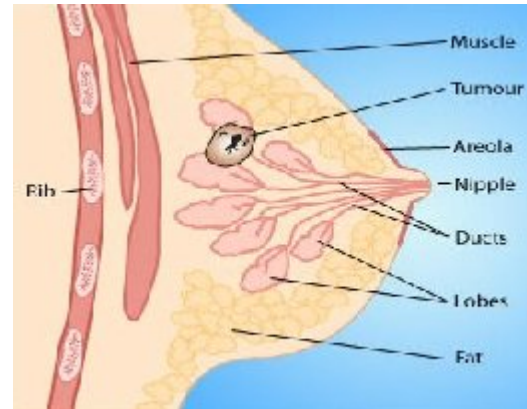
## اجزاء اصلی پستان زنان شامل:

لوبول ها (یا غدد تولید کننده شیر)، مجاری (محل عبور شیر از لوبول به سمت نیپل) و استروما (شامل بافت های همبند و چربی اطراف مجاری و لوبول ها عروق خونی و لنفی) می باشد.

## سرطان پستان چیست؟

امروزه سرطان ها یکی از مهمترین مشکلات پزشکی انسانها به شمار میروند. سرطان پستان نیز به عنوان شایعترین سرطان زنان که شیوع آن در قرن اخیر در تمام جهان رو به افزایش بوده است مورد توجه قرار گرفته است.

سرطان پستان تومور بد خیمی است که از سلول های پستان منشاء می گیرد. این بیماری بیشتر در زنان دیده می شود ولی به ندرت در مردان نیز مشاهده می گردد.



سرطان پستان توده سفتی است که از مجاری پستان شروع شده و بافت جلویی را مورد تهاجم قرار می دهد.

## علائم سرطان پستان

شایع ترین علامت و شکایت های بیماری پستان ، احساس توده در پستان، ترشح یا خونریزی از نوک پستان و درد پستان می باشد و در صورت مشاهده این علائم و تغییرات باید به پزشک مراجعه نمود، اگر چه خیلی از این موارد سرطانی نخواهد بود.

## علائمی که ممکن است در سرطان پستان

### ظاهر شوند:

- توده در پستان ( شایع ترین علامت سرطان پستان بروز یک توده منفرد و بدون درد در پستان است.)
- تغییر در اندازه یا شکل پستان
- به داخل کشیده شدن یا برگشتن نوک پستان ها
- قرمزی و جوش در اطراف نوک پستان
- خونریزی یا ترشح از نوک پستان
- کشیده شدن پوست پستان
- تورم و احساس توده در زیر بغل
- وریدهایی واضح روی پستان
- زخم پوست پستان
- تورم بازو
- درد

### هر تغییر جدیدی در شکل ظاهری یا در لمس پستان

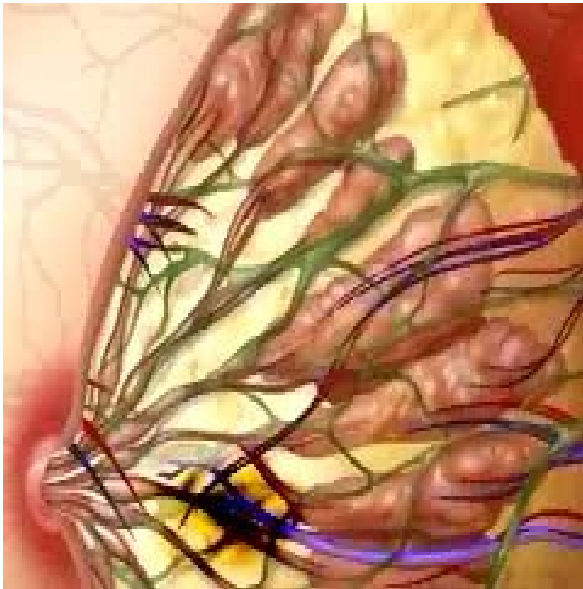
### می تواند علامتی از بیماری باشد و باید توسط پزشک

### بررسی گردد.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران  
معاونت سلامت - دفتر پرستاری و مامایی

# سرطان پستان چیست؟



## انواع روش های تشخیصی زودرس در سرطان پستان:

- معاینه ماهیانه پستان توسط خود فرد
- معاینه پستان توسط پزشک
- ماموگرافی

## انواع روش های درمان:

- درمان های متفاوتی برای سرطان پستان وجود دارد:
- جراحی
- پرتو درمانی
- درمان کمکی (هورمون درمانی - شیمی درمانی)

## چگونه می توانیم خطر سرطان پستان را کاهش

### دهیم؟

- تعدیل وزن در حد مناسب
- کاهش چربی رژیم غذایی
- انجام ورزش روزانه بطور مرتب.

## عوامل خطرزا

مهمترین عوامل خطرزا و موثر در ابتلا به سرطان پستان

عبارتند از:

- سن بالای چهل سال
- شروع عادت ماهانه در سنین کم (قبل از ۱۲ سالگی)
- یائسگی در سنین بالا (بعد از ۵۵ سالگی)
- اولین بارداری بعد از سی سال
- نداشتن زایمان
- سابقه قبلی داشتن سرطان در یکی از پستان ها
- سابقه خانوادگی ابتلا به سرطان پستان
- سابقه خانوادگی ابتلا به سرطان تخمدان
- پرتو درمانی قبلی قفسه سینه
- چاقی
- مصرف زیاد چربی در مقابل مصرف کم سبزیجات و میوه جات.