

خود مراقبتی در بیماران سرطان دهانه رحم (سرویکس)



تعریف: سرطان دهانه رحم چهارمین سرطان شایع زنان در جهان است و مهمترین علت مرگ ناشی از سرطان در زنان در کشورهای در حال توسعه به شمار میرود و در اکثر موارد در مراحل بسیار پیشرفته تشخیص داده میشود. سرطان دهانه رحم از معدود سرطانهایی است که علت مشخص برای ایجاد آن شناخته شده و روش های پیشگیری موثر برای ریشه کنی آن وجود دارد ابتدا به ویروس پاپیلومای انسانی (HPV) مهم ترین علت شناخته شده سرطان دهانه رحم است. به همین دلیل روش های تشخیصی عفونت HPV در برنامه های غربالگری، به عنوان یکی از روش های نوین و اثر بخش در پیشگیری از سرطان دهانه رحم شناخته شده است.

عوامل خطر: آلودگی با ویروس پاپیلومای انسانی، شروع فعالیت جنسی در سنین پایین، سطح اجتماعی و اقتصادی پایین، بچه زایی، سیگار، شرکای جنسی متعدد، ویروس نقص ایمنی انسانی (HIV) ایدز، داروهای سرکوب کننده ایمنی، عوامل تغذیه ای.

علائم و نشانه ها: سرطان دهانه رحم تا زمانی که پیشرفت نکرده در اغلب زنان بدون فعالیت جنسی کاملاً بدون علامت است. خونریزی غیر طبیعی واژینال: از جمله پس از نزدیکی جنسی، در فواصل دوره های قاعدگی و پس از یائسگی. درد در هنگام نزدیکی جنسی، ترشحات غیر طبیعی واژینال: تومور های بزرگ میتوانند دچار نکروز و عفونت شده و ترشحات غیر طبیعی واژینال که گاهی بد بو هستند ایجاد کنند. گاهی ممکن است این ترشحات قبل از بروز خونریزی غیر طبیعی بروز نمایند. دردهای لگنی یا کمر: در موارد پیشرفته دردهای لگنی یا کمری در اثر فشار تومور به اندامهای مجاور ایجاد میشوند. علائم فیستول: گاهی خروج ادرار یا مدفوع از واژن به سبب ایجاد راه ارتباطی (فیستول) ناشی از رشد تومور از علائم بیماری است.

خود مراقبتی در سرطان رحم: محدود سازی شرکای جنسی. تاخیر نخستین نزدیکی جنسی تا سنین بالاتر. جلوگیری از ابتلا به بیماری آمیزشی. عدم استعمال سیگار و دخانیات. استفاده از واکسن HPV در مناطق با شیوع بالای این سرطان. رعایت بهداشت جنسی. استفاده از کاندوم حین نزدیکی. مشارکت در برنامه تشخیص زود هنگام و غربالگری سرطان دهانه رحم. درمان عفونت های رحمی. عدم استفاده از مشروبات الکلی. مصرف زیاد میوه و سبزی. داشتن فعالیت بدنی منظم.

غربالگری و تشخیص زود هنگام سرطان دهانه رحم: هدف شناسایی و ثبت بیماران در رده سنی 30 تا 59 سال مشکوک یا مبتلا به بیماری رحم و سپس ارائه خدمات مناسب در سطوح مختلف شبکه بهداشتی - درمانی و ساماندهی درمان و مراقبت بیماران است. زنان در فاصله 30 تا 59 سالگی هر 5 سال از نظر علائم مشکوک سرطان دهانه رحم بررسی و معاینه میشوند. همچنین برای زنان بدون علامت در فاصله سنی 30 تا 49 سال هر 10 سال یک بار آزمایش HPV و پاپ اسمیر از طریق نمونه برداری مستقیم از دهانه رحم انجام میشود. زنان علامت دار یا دارای آزمایش مثبت برای بررسی بیشتر به متخصص زنان معرفی میگردند. به همه زنان در این فاصله توصیه میشود در فواصل ارزیابی های گفته شده نیز اگر علائم مشکوکی داشتند به مامای دوره دیده مراکز بهداشتی مراجعه کنند.

گروه هدف: بیمار و خانواده

تهیه واحد آموزش به بیمار

تیر: 99

منبع: راهنمای خود مراقبتی خانواده