

نشانه های خطرناک در آقایان و بانوان



علی اصغر صفری فرد، نوینده و مترجم حوزه سلامت

safarifardas@gmail.com

W W W . F A R D B O O K . B L O G F A . C O M

 DOWNLOAD

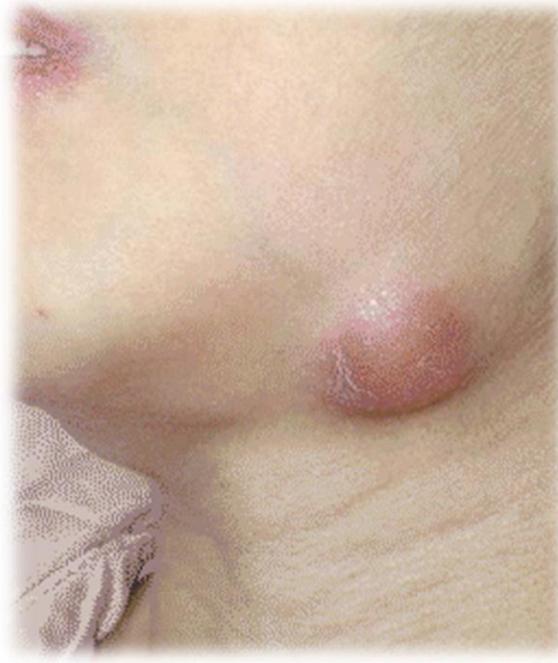
العنبر



گاهی اوقات تغییراتی در سلامتی فرد پیش می آید که توجه به آن ها بسیار مهم است. این علائم ممکن است نشانه های خاصی از بیماری سرطان باشند. با مشاهده نمودن این علائم باید فوراً به پزشک مراجعه کرد. برخی از این علائم فقط در آقایان بروز می کند و مختص آنان است. به عنوان مثال، تودهای که در پوست بیضه یا در خود بیضه ظاهر می شود، فقط امکان بروز در مردان دارد. تعدادی نیز اختصاصی نبوده و در خانم ها هم دیده می شود.

البته ممکن است این نشانه ها دلیل بر وجود سرطان نباشد. دلایل متعددی برای هر دردی وجود دارد که بسیاری از قسمت های بدن را تحت تأثیر قرار می دهد. اما این وضعیت به معنی آن نیست که بدون مراجعه به پزشک می توان احتمال وجود بیماری بد خیم را رد کرد. حتما در صورت مشاهده علائم غیرمنتظره به پزشک مراجعه نمایید و معاینات کامل پزشکی را به طور منظم انجام دهید. متأسفانه، بسیاری از افراد این نشانه ها را نادیده می گیرند و در نتیجه هنگامی متوجه حضور بیماری بد خیمی می شوند که کمی دیر شده است. اگر بیماری بد خیم در مرحله زودتری از رشد خود، تشخیص داده شود، امکان درمان بهتری دارد.

معمولًاً بانوان بیشتر از آقایان نسبت به انجام معاینات توصیه شده پزشکی و غربالگری بیماری ها توجه نشان می دهند. البته همیشه این گونه نیست. به عنوان مثال، بانوان جوان تر معمولاً نشانه هایی را نادیده می گیرند که امکان دارد به وجود سرطان اشاره داشته باشد.



تغییرات در غدد لنفاوی

تورم، وجود درد، گرم شدن و یا به رنگ مایل به قرمز درآمدن، نشانه های وجود بیماری در غدد لنفاوی است. پیدا شدن برآمدگی یا توده ای در غدد لنفاوی زیر بغل، گردن، کشاله ران یا در هر جای دیگری از بدن، شاید دلیل نگران کننده ای داشته باشد. اگر غده ای لنفاوی بتدريج بزرگ می شود و اين وضعیت بيش از يك ماه ادامه داشته است، باید به پزشك مراجعه نمود.

پزشك معاینات را انجام می دهد. امكان دارد بزرگ شدن غده لنفاوی دليلی مانند وجود عفونت در بدن داشته باشد. اگر در بدن بیمار عفونتی وجود نداشته باشد، پزشك معمولاً دستور بیوپسی یا نمونه برداری از غده لنفاوی یا انجام آزمایش های مختلف خونی را می دهد.



تب

تب شدید بالای $\frac{39}{4}$ درجه سانتی‌گراد یا تب مزمن، که معمولاً بیش از یک هفته ادامه دارد، نشانه‌های مهمی هستند. امکان دارد تبی که نتوان دلیلی برای آن پیدا کرد، نشانه‌ای از وجود سرطان باشد و شاید هم نشانه‌ای از بیماری آنفولانزا یا بیماری دیگری است که باید درمان شود.

اکثر سرطان‌ها در مرحله‌ای از تکامل خود باعث ایجاد تب می‌شوند. در اغلب موارد، پس از آنکه سرطان از مکان اولیه خود گسترش می‌یابد و به قسمت دیگری از بدن حمله می‌کند، تب بروز می‌نماید. اما امکان دارد سرطان‌های خون مانند لنفوم یا لوکمی هم باعث ایجاد تب شوند. تبی که نتوان توجیهی برای وجود آن پیدا کرد نباید نادیده گرفته شود. باید با پزشک مشورت نمود. پزشک برای یافتن علت تب، بررسی‌های مختلفی را انجام داده، آزمایش‌هایی تشخیصی را درخواست می‌کند.



کم شدن ناخواسته وزن

کم شدن غیرمنتظره وزن، بدون گرفتن رژیم غذایی باعث نگرانی می‌شود، زیرا وزن اکثر افراد به راحتی کاهش نمی‌یابد. اگر در یک دوره زمانی کوتاه، به عنوان مثال طرف مدت چند هفته، بیش از ۱۰٪ از وزن بدن کم شود، بدون آنکه شخص به طور فعال تلاش کرده یا مقدار غذای مصرفی اش کمتر شده باشد، باید به پزشک مراجعه نماید.

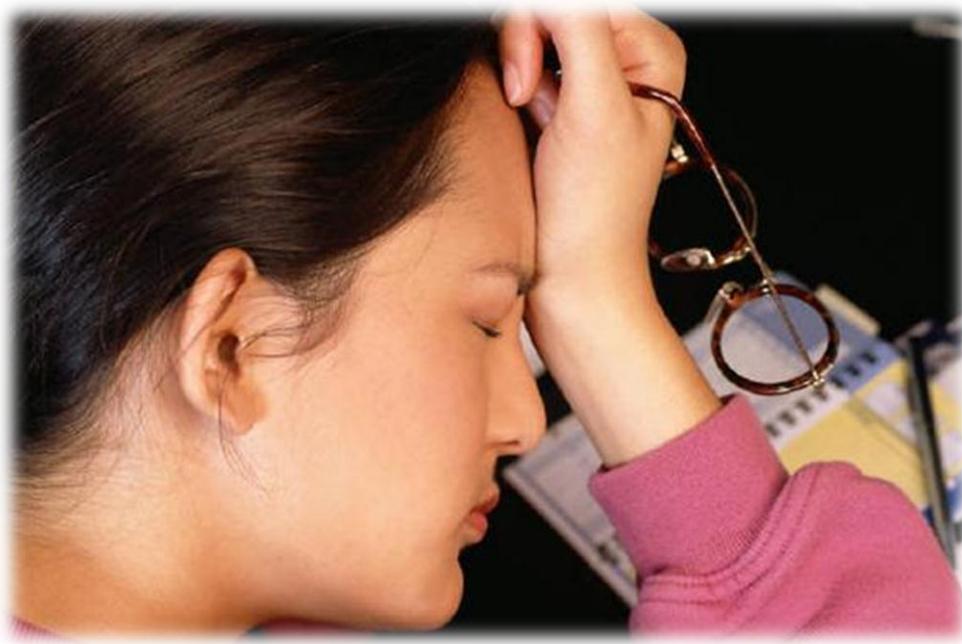
پزشک معاینه‌ای کلی انجام می‌دهد و درباره رژیم غذایی و ورزش‌های بدنی پرسش می‌کند. او همچنین نشانه‌های دیگر را هم بررسی می‌کند و ممکن است آزمایش‌هایی را درخواست نماید. البته ممکن است پس از انجام بررسی‌هایی لازم مشخص شود که این کاهش وزن علت دیگری، به عنوان مثال ناشی از پرکاری غده تیروئید دارد.



درد آزاده‌نده شکم و افسردگی

هر فردی که شکم درد دارد و احساس افسردگی می‌کند، به معاینه کامل پزشکی احتیاج دارد. گرچه امکان دارد این علائم علتی غیر از سرطان داشته باشند. برخی از محققان متوجه شده‌اند بین افسردگی و سرطان لوزالمعده رابطه‌ای وجود دارد، اما این رابطه هنوز کاملاً روشن نشده است. علائم دیگری که امکان دارد همراه با شکم درد و افسردگی اتفاق افتد شامل زرد شدن پوست و ناحیه سفید چشم یا تغییر رنگ مدفوع است که در اغلب موارد، مدفوع به رنگ خاکستری در می‌آید.

پزشک معاینه دقیق بدنی را به عمل می‌آورد و سابقه بهداشتی بیمار را به دقت یادداشت می‌کند. سپس ممکن است پزشک دستور دهد بررسی هایی مانند عکس برداری از قفسه سینه، سی.تی.اسکن، ام.آر.ای، و احتمالاً اسکن‌ها و تست‌های دیگری انجام شود.



خستگی بدنی یا روحی

خستگی یکی دیگر از نشانه های غیر واضحی است که امکان دارد به وجود سلطان اشاره دلالت کند. اما ممکن است تعداد زیادی از مشکلات دیگر هم این علامت را به وجود آورند. خستگی هم مانند تب، ممکن است پس از تشکیل و گسترش سلطان اتفاق افتد. البته ممکن است خستگی در مراحل اولیه لوکمی یا در برخی از موارد سلطان های روده بزرگ یا معده هم بروز کند.

اگر شخصی غالبا احساس می نماید که بسیار خسته است و این خستگی با استراحت نمودن کاهش نمی یابد، باید به پزشک مراجعه کند. پزشک علائم خستگی و همچنین هر علائم دیگری که موجود باشد را ارزیابی می کند تا علت اصلی یا زمینه ای خستگی را تعیین نماید. درمان خستگی به علت اصلی یا زمینه ای ایجاد آن بستگی دارد.



سرفه پیوسته یا طولانی

سرفه کردن شخصی که سرما خورده، آنفلوآنزا دارد یا دچار انواع مختلف آلرژی می‌باشد، غیرمنتظره نیست. گاهی

اوقات سرفه کردن یکی از عوارض جانبی مصرف دارو می‌باشد. اما سرفه طولانی‌مدت، مخصوصاً اگر بیش از حدود

سه هفته ادامه یابد، نباید نادیده گرفته شود. این نوع سرفه کردن شاید یکی از علائم سرطان باشد، یا ممکن است

نشانگر مشکلات دیگری مانند برونشیت مزمن یا بازگشت اسید معده باشد.

پزشک، سابقه پزشکی بیمار را یادداشت می‌کند، گلوی او را معاینه می‌نماید، نحوه عملکرد ریه او را بررسی می‌کند و

شاید دستور دهد رادیوگرافی قفسه سینه انجام شود، به ویژه اینکه اگر بیمار سیگاری باشد. پس از شناسایی علت

اصلی یا زمینه‌ای سرفه کردن، پزشک دستور درمان می‌دهد.



دشواری بلع

ممکن است برخی افراد دچار اختلال بلع غذا، مایعات یا هر دو باشند، ولی یاد گرفته اند چگونه با این وضعیت بسازند و به زندگی خود ادامه دهند و به مرور زمان رژیم غذایی خود را به رژیمی آبکی تر مانند سوپ تغییر دهند.

اما امکان دارد دشواری عمل بلع نشانه‌ای از سرطان‌های دستگاه گوارشی مانند سرطان مری باشد.

پزشک، سابقه بهداشتی بیمار را به دقت یادداشت می‌کند و احتمالاً دستور انجام رادیوگرافی قفسه سینه را می‌دهد. همچنین امکان دارد پزشک متخصص گوارش، آندوسکوپی قسمت بالایی دستگاه گوارش را انجام دهد و مری بیمار را معاینه کند. شاید بررسی‌های دیگری مانند تست بلع ماده حاجب باریوم و سی.تی.اسکن یا ام.آر.ای مری هم انجام شود.



تغییرات پوستی

تغییر رنگ، تغییر ضخامت و به راحتی خونریزی کردن پوست از موارد تغییرات پوستی هستند. نباید تنها مراقب تغییرات در حالهای پوستی خود باشید، هر چند که آن‌ها ممکن است از نشانه‌های مشخص سرطان پوست باشند.

باید مراقب تغییرات در رنگدانه‌دار شدن پوست خود هم بود.

در صورت خونریزی ناگهانی پوست یا پوسته‌دار شدن مفرط آن باید به پزشک مراجعه نمود. مراجعه به پزشک نباید از چند هفته تجاوز نماید.

پزشک، برای پی بردن به دلیل بروز تغییرات در پوست، سابقه بهداشتی بیمار را به دقت یادداشت می‌کند و معاینه بدنی دقیقی انجام می‌دهد. ممکن است پزشک دستور دهد نمونه‌برداری از پوست هم صورت گیرد تا بتواند امکان وجود سرطان را رد کند.



خونریزی نا بجا

اگر فردی ببیند قسمتی از بدنش بدون دلیل خونریزی می کند، اگر خون بالا بیاورد، خون تف کند یا در مدفوع یا ادرارش خون وجود دارد، باید به پزشک مراجعه نماید.

البته وجود خون در مدفوع ممکن است ناشی از بواسیر یا هموروئید باشد ولی امکان دارد که نشانه وجود سرطان روده بزرگ یا راست روده هم باشد.

اگر در مدفوع خون وجود دارد، ممکن است پزشک دستور دهد بررسی هایی مانند آندوسکوپی روده بزرگ انجام شود. در آندوسکوپی با استفاده از لوله‌ای بلند و انعطاف‌پذیر که در یک انتهای آن دوربینی نصب شده است روده بزرگ را معاينه می‌کنند. اگر در ادرار خون وجود داشته باشد، امکان دارد تست‌های دیگری مانند آندوسکوپی مثانه و نمونه‌برداری از بافت صورت گیرد. وجود خون در خلط ممکن است به دلایل متعددی اتفاق افتد که ربطی به

سرطان ندارند، اما چند نوع سرطان (به عنوان مثال، سرطان ریه، مری، دهان) نیز امکان دارد باعث وجود خون در خلط شوند.

بانوی که هنوز یائسه نشده‌اند معمولاً به خونریزی بین دوره‌های قاعده‌گی توجه نمی‌کنند و همچنین تمایل دارند خونریزی دستگاه گوارش را نادیده بگیرند، زیرا دچار این اشتباه می‌شوند که این خونریزی مربوط به دوره قاعده‌گی آن‌ها است. اگر خانمی در دوره قاعده‌گی به سر نمی‌برد، ولی دچار خونریزی تناسلی است، باید به پزشک مراجعه نماید تا او با انجام بررسی‌های لازم بتواند احتمال وجود سرطان مثانه یا کلیه را رد کند. خونریزی پس از یائسگی هم همین وضعیت را دارد، زیرا ممکن است علامت سرطان لایه داخلی رحم یا خونریزی دستگاه گوارش یکی از علائم سرطان روده بزرگ و راست روده باشد.

پزشک سابقه بهداشتی زن بیمار را به دقت یادداشت می‌نماید و بسته به زمان صورت گرفتن خونریزی و علائم دیگر، احتمالاً دستور می‌دهد سونوگرافی یا نمونه‌برداری انجام شود.



تغییرات در دهان

اگر فردی سیگار می‌کشد یا توتوون می‌جود، باید مراقب ضایعات مزمن دهانی که التیام نمی‌یابند، باشد. همچنین باید مراقب وجود لکه‌های سفید در داخل دهان یا بروز نقاط سفید بر روی زبان خود باشد. امکان دارد این تغییرات، نشانه‌های پیش سرطانی باشد که بتدريج پیشرفته باشد و به سرطان دهان تبدیل شود.

دندانپزشک یا پزشک، سابقه بهداشتی بیمار را با دقیقیت یادداشت می‌کند، تغییرات ایجاد شده را معاینه می‌نماید و سپس تصمیم می‌گیرد که چه تست‌های دیگری، مانند نمونه‌برداری از بافت لازم است انجام شوند.



مشکلات دستگاه ادراری

با پیر شدن آقایان، مشکلات دستگاه ادراری به دفعات بیشتری بروز می‌کند، مانند نیاز شدید به ادرار کردن به دفعات بیشتر، کند بودن جریان ادرار، این حس که باید فوراً ادرار کنند و احساس اینکه مثانه به طور کامل تخلیه نشده است. بیمار باید به پزشک مراجعه نماید، مخصوصاً اگر علائم شدیدتر شده باشند.

پزشک معاینه انگشتی راست روده را انجام می‌دهد و مشخص می‌شود که آیا غده پروستات بزرگ شده است. با پیر شدن آقایان، این غده در اغلب موارد بزرگ می‌شود و دلیل آن معمولاً یک بیماری غیرسرطانی به نام هیپرپلازی خوشخیم پروستات می‌باشد. ممکن است پزشک دستور دهد آزمایش خون هم صورت گیرد تا سطح آنتیژن اختصاصی پروستات (PSA) بررسی شود. آنتیژن اختصاصی پروستات، پروتئینی است که غده پروستات تولید می‌کند و از این تست برای کمک به تعیین احتمال وجود سرطان پروستات استفاده می‌کنند. اگر پزشک متوجه وجود ناهنجاری‌هایی در پروستات شود، یا اگر سطح PSA بالاتر از سطح طبیعی است، امکان دارد پزشک، بیمار را به متخصص جراحی کلیه و مجاری ادرار ارجاع دهد و نمونه‌برداری از غده پروستات صورت گیرد.



سوء هضم پی در پی و همیشگی

بسیاری از افراد، مخصوصاً هنگامی که پیرتر شده‌اند، اگر دچار سوء هضم شدید شوند فکر می‌کنند دچار حمله قلبی شده‌اند. اما ممکن است سوء هضم پیوسته یا طولانی نشانگر سلطان‌های مری، گلو، یا معده باشد. باید آن را به پزشک اطلاع داد. پزشک، سابقه بهداشتی بیمار را به دقت یادداشت می‌نماید و درباره موارد بروز سوء هضم، پرسش می‌کند. براساس این سابقه بهداشتی و پاسخ‌هایی که بیمار به پرسش‌های پزشک می‌دهد، پزشک تصمیم می‌گیرد که چه تست‌هایی باید انجام شود و اینکه آیا باید بیمار را به متخصص بیماری‌های قلب، متخصص گوارش یا متخصص گوش و حلق و بینی ارجاع دهد.

بانوانی که باردار شده‌اند شاید به خاطر داشته باشند که به هنگام افزایش وزن، دچار سوء هضم شده بودند. اما سوء‌هضمی که دلیل آشکاری ندارد شاید علامتی هشدار‌دهنده باشد.



وجود توده در پستان

اکثر آقایان احتمالاً هرگز به این فکر نمی‌کنند که شاید دچار سرطان پستان باشند. سرطان پستان در آقایان رایج نمی‌باشد، اما احتمال بروز آن وجود دارد. اگر مردی در ناحیه پستان خود متوجه توده جدیدی شود باید به پزشک مراجعه نماید. وجود نشانه‌هایی مانند چال افتادن یا چین خوردن پوست، تو رفتن یا تو کشیدن نوک پستان، قرمز یا پوسته‌دار شدن نوک یا پوست پستان و ترشح نوک پستان، مراجعه به پزشک را الزامی می‌کند.

اکثر بانوان کاملاً از وضعیت پستان‌های خود آگاه هستند، حتی اگر به طور منظم خودشان آنها را معاینه نکنند، می‌دانند که باید مراقب ظهور توده در آن‌ها باشند. اما این تنها علامتی نیست که در پستان ظاهر می‌شود که احتمالاً به وجود سرطان اشاره دارد. باید قرمز و ضخیم شدن پوست پستان هم بررسی شود، زیرا ممکن است نشانگر شکل نادر اما مهاجمی از سرطان به نام سرطان التهابی پستان باشد. اگر پستان جوش بزند و این جوش تا چند هفته باقی بماند، باید به پزشک مراجعه شود تا او این جوش را ارزیابی کند. همچنین اگر ظاهر نوک پستان هم تغییر کند یا اگر خانمی متوجه ترشح کردن آن شود (هنگامی که با پستان به کودک خود شیر نمی‌دهد) مراجعه به

پزشک لازم خواهد بود. اگر نوک پستان در حالت طبیعی به طرف بیرون متمایل است و سپس به طرف داخل کشیده شود، این نشانه خوبی نخواهد بود. اگر نوک پستان همواره به طرف داخل متمایل باشد مشکلی وجود ندارد، زیرا تغییر در ظاهر نوک پستان است که امکان دارد علامت نگران کننده‌ای باشد.

به هنگام گفتگو با پزشک درباره این نشانه‌ها، او به دقیقۀ این نشانه‌ها را یادداشت کند و معاینه بدنی را انجام دهد. پس از آن، شاید دستور دهد تست‌هایی مانند ماموگرافی، سونوگرافی، ام.آر.آی، و حتی نمونه‌برداری یا بیوپسی انجام شود.



درد یا ناراحتی پیوسته یا طولانی در ناحیه‌ای از بدن

به هنگام پیری، مردم اغلب از وجود ناراحتی‌ها و دردهای بیشتری آه و ناله می‌کنند. اما درد، هر اندازه هم که غیر واضح یا مبهم است، امکان دارد علامت زود هنگام برخی از سرطان‌ها باشد، گرچه اکثر شکایت‌های مربوط به درد ناشی از وجود سرطان نیست.

در صورت وجود درد پیوسته یا طولانی باید به پزشک مراجعه شود. پزشک سابقه وجود درد را به دقت یادداشت می‌کند، جزئیات بیشتری درباره درد به‌دست می‌آورد و سپس تصمیم می‌گیرد که آیا لازم است بررسی‌های بیشتری انجام شود. اگر سرطان، علت وجود درد نباشد، باز هم این مراجعه به پزشک به نفع مراجعت‌کننده خواهد بود، زیرا پزشک می‌تواند با همکاری بیمار پی ببرد چه چیزی باعث ایجاد درد شده است و می‌تواند به بیمار کمک کند متوجه شود چه اقداماتی را می‌توان برای برطرف نمودن علت بروز درد انجام داد.



تغییرات در بیضه

سرطان بیضه بیشتر از همه در آقایان ۲۰ تا ۳۹ ساله اتفاق می‌افتد. بهتر است به هنگام مراجعه آقایان برای چک‌آپ یا انجام معاینات کامل پزشکی مربوط به سرطان، پزشک بیضه‌ی آن‌ها را هم معاینه نماید. خوب است آقایان خودشان ماهی یک بار بیضه‌های خود را معاینه کنند. هر تغییری که در اندازه بیضه‌ها مشاهده شود، مانند ظهور توده یا کوچک شدن بیضه‌ها و تغییر در پوست بیضه باید باعث نگرانی شود. علاوه بر آن، متورم شدن بیضه یا وجود توده‌ای در آن یا احساس سنگین شدن بیضه را نباید نادیده گرفت. برخی از سرطان‌های بیضه با سرعت زیاد اتفاق می‌افتنند، بنابراین ردیابی زود هنگام بسیار ضرورت دارد.

15 Cancer Symptoms Men Ignore

15 Cancer Symptoms Women Ignore



www.emedicinehealth.com

2010



علی اصغر صفری فرد نوینده و مترجم حوزه سلامت

safarifardas@gmail.com

safarifardas@yahoo.com

