

ابر حامی

آگاهی، بهبودی، رشد؛
برای همزیستان سرطان



آموزش‌های عمومی سامانه ابر حامی

www.abrhami.ir

توصیه‌هایی برای افراد ۳۰ تا ۳۹ سال





اگر ۳۰ تا ۳۹ سال دارید، ممکن است این تست‌های غربالگری برای برخی سرطان‌ها به شما توصیه شود:

تست سرطان روده بزرگ

دریابید که آیا به دلیل سابقه خانوادگی، اختلالات ژنتیکی یا سایر عوامل در معرض خطر بالاتر از حد متوسط برای ابتلا به سرطان روده بزرگ هستید یا خیر. اگر نه، در این زمان نیازی به آزمایش نیست. اگر در معرض خطر بیشتر هستید، با یک ارائه‌دهنده خدمات سلامت در مورد اینکه چه زمانی باید آزمایش را شروع کنید و چه آزمایش‌هایی برای شما مناسب است صحبت کنید.

آزمایش سرطان سینه

همه زنان باید بدانند که پستان‌هایشان به طور معمول چگونه است و چه احساسی دارند و هر گونه تغییر را فوراً به پزشک گزارش دهند. دریابید که آیا بیشتر از حد متوسط در معرض خطر ابتلا به سرطان سینه هستید یا خیر. اگر نه، در این زمان نیازی به آزمایش نیست. اگر در معرض خطر هستید، با یک ارائه‌دهنده مراقبت‌های سلامت در مورد اینکه چه زمانی باید شروع به انجام ماموگرافی یا سایر آزمایشات غربالگری کنید، صحبت کنید.

تست سرطان دهانه رحم

زنان باید هر ۵ سال یک بار آزمایش HPV اولیه را انجام دهند. اگر آزمایش HPV اولیه در منطقه شما در دسترس نیست، گزینه‌های قابل قبول شامل آزمایش همزمان (تست HPV که همزمان با آزمایش پاپ انجام می‌شود) هر ۵ سال یا آزمایش پاپ به تنهایی هر ۳ سال یکبار است. (*آزمایش HPV اولیه یک آزمایش تایید شده توسط FDA است که به تنهایی برای غربالگری انجام می‌شود.) مهم‌ترین نکته‌ای که باید به خاطر بسپارید این است که به طور منظم غربالگری شوید، مهم نیست کدام آزمایش را انجام می‌دهید. توصیه‌های آزمایش را دنبال کنید حتی اگر علیه HPV واکسینه شده‌اید. شما نیازی به آزمایش بعد از جراحی که دهانه رحم برداشته شده است ندارید، تا زمانی که به دلایلی غیرمرتبط با سرطان دهانه رحم یا پیش از سرطان انجام شده باشد. افرادی که سابقه سرطان جدی دهانه رحم دارند باید آزمایش را تا ۲۵ سال پس از تشخیص ادامه دهند.