

ابرحامی

آگاهی، بهبودی، رشد؛
برای همزیستان سرطان



آموزش‌های عمومی سامانه ابرحامی

www.abrhami.ir

توصیه‌هایی برای افراد ۴۰ تا ۴۹ سال





اگر ۴۰ تا ۴۹ سال دارید، این تست‌های غربالگری برای برخی سرطان‌ها توصیه می‌شود:

تست سرطان روده بزرگ

همه افراد در معرض خطر متوسط باید آزمایش را از ۴۵ سالگی شروع کنند. چندین گزینه برای آزمایش وجود دارد. با یک ارائه‌دهنده خدمات مراقبت‌های سلامت در مورد اینکه کدام آزمایش برای شما بهترین است و هر چند وقت یکبار آزمایش باید انجام شود صحبت کنید.

اگر کمتر از ۴۵ سال دارید، بدانید که آیا به دلیل سابقه خانوادگی، اختلالات ژنتیکی یا عوامل دیگر در معرض خطر بالاتر از حد متوسط به سرطان روده بزرگ هستید یا خیر. اگر نه، در این زمان نیازی به آزمایش نیست. اگر در معرض افزایش خطر هستید، با یک ارائه‌دهنده خدمات مراقبت‌های سلامت در مورد اینکه چه زمانی باید آزمایش را شروع کنید و چه آزمایش‌هایی برای شما مناسب است صحبت کنید.

آزمایش سرطان سینه

زنان ۴۰ تا ۴۴ ساله در صورت تمایل باید این انتخاب را داشته باشند که غربالگری سالانه سرطان سینه را با ماموگرافی شروع کنند. هنگام تصمیم‌گیری باید مزایا و معایب غربالگری را در نظر گرفت.

از سن ۴۵ سالگی، زنان باید هر سال ماموگرافی انجام دهند.

این مهم است که بدانید آیا در معرض خطر بالاتر از حد متوسط برای سرطان سینه هستید یا خیر. اگر هستید، با یک ارائه‌دهنده خدمات مراقبت‌های سلامت در مورد اینکه چه زمانی باید ماموگرافی را شروع کنید و اینکه آیا نیاز به انجام سایر آزمایشات همراه با ماموگرافی دارید یا خیر صحبت کنید.

همچنین مهم است بدانید پستان‌های شما به طور معمول چه ظاهر و احساسی دارند و هر گونه تغییر را فوراً به یک ارائه‌دهنده خدمات مراقبت‌های سلامت گزارش دهید.

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 چیزی که باید به خاطر بسپارید این است که به طور منظم غربالگری شوید، مهم نیست کدام آزمایش را انجام می‌دهید.)



حتی اگر علیه HPV واکسینه شده-اید، توصیه‌های آزمایش را دنبال کنید.
پس از جراحی که دهانه رحم در آن برداشته شده است، نیازی به آزمایش ندارید تا زمانی که به دلایلی غیرمرتبط با سرطان دهانه رحم یا پیش از سرطان انجام شده باشد.
افرادی که سابقه یک پیش-سرطان جدی دهانه رحم دارند باید آزمایش را تا ۲۵ سال پس از تشخیص ادامه دهند.

آزمایش سرطان پروستات

از سن ۴۵ سالگی، مردانی که بیشتر از حد متوسط در معرض خطر ابتلا به سرطان پروستات هستند، باید با پزشک در مورد عدم قطعیت-ها، خطرات و مزایای احتمالی آزمایش صحبت کنند تا آنها بتوانند تصمیم بگیرند که آیا می-خواهند آزمایش شوند یا خیر. این شامل مردان با اعضای نزدیک خانواده (پدر، برادر، پسر) است که قبل از ۶۵ سالگی سرطان پروستات داشتند.
مردانی که بیش از یک خویشاوند نزدیک دارند که قبل از سن ۶۵ سالگی به سرطان پروستات مبتلا شده-اند، در معرض خطر بیشتری هستند و باید با پزشک در مورد آزمایش از سن ۴۰ سالگی صحبت کنند.