

ابرحامی

آگاهی، بهبودی، رشد؛
برای همزیستان سرطان



آموزش‌های عمومی سامانه ابرحامی
www.abrhami.ir

توصیه‌هایی برای افراد ۶۵ سال و بالاتر





اگر ۶۵ سال یا بیشتر دارید، این تست‌های غربالگری برای برخی سرطان‌ها تحت پوشش بیمه درمانی هستند و توصیه می‌شود:

تست سرطان روده بزرگ

انجام آزمایش تا سن ۷۵ سالگی توصیه می‌شود. افراد ۷۶ تا ۸۵ ساله باید با ارائه‌دهنده خدمات مراقبت‌های سلامت خود در مورد اینکه آیا ادامه غربالگری برای آنها مناسب است یا خیر صحبت کنند. بیشتر افراد بالای ۸۵ سال دیگر نباید غربالگری شوند. اگر در حال غربالگری هستید، گزینه‌های آزمایشی زیادی 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.

آزمایش سرطان ریه

اگر سابقه مصرف دخانیات دارید، با یک ارائه‌دهنده خدمات مراقبت‌های سلامت در مورد آن و اینکه آیا باید سالانه سی‌تی‌اسکن با دوز پایین برای غربالگری سرطان ریه اولیه انجام دهید یا خیر صحبت کنید. اگر اکنون سیگار می‌کشید یا قبلاً سیگار می‌کشیدید (در ۱۵ سال گذشته آن را ترک کرده‌اید)، اگر هیچ نشانه‌ای از سرطان ریه ندارید و سابقه مصرف ۲۰ پاکت-سال سیگار دارید، غربالگری ممکن است مفید باشد. (یک پاک-سالی ۱ پاکت سیگار در روز در سال است. یک بسته در روز برای ۲۰ سال یا ۲ بسته در روز برای ۱۰ سال هر دو ۲۰ پاکت سال خواهد بود.) شما باید در مورد مزایا، محدودیت‌ها و خطرات قبل از انجام آزمایش غربالگری با یک ارائه‌دهنده خدمات مراقبت‌های سلامت صحبت کنید.

آزمایش سرطان سینه

شما باید هر ۲ سال یک بار ماموگرافی انجام دهید یا می‌توانید هر سال یک ماموگرافی انجام دهید. مطمئن شوید که مزایا و معایب غربالگری سرطان سینه را درک می‌کنید. مهم است بدانید آیا در معرض خطر بالاتر از حد متوسط برای سرطان سینه هستید یا خیر. اگر در معرض خطر بالاتری هستید، با یک ارائه‌دهنده خدمات مراقبت‌های سلامت در مورد اینکه آیا نیاز به انجام سایر آزمایشات همراه با ماموگرافی دارید یا خیر صحبت کنید. همچنین مهم است که بدانید پستان‌های شما به طور معمول چه ظاهر و احساسی باید داشته باشند و هر گونه تغییر را فوراً به یک ارائه‌دهنده خدمات مراقبت‌های سلامت گزارش دهید.



تست سرطان دهانه رحم

اگر در طول ۱۰ سال گذشته آزمایشات منظم سرطان دهانه رحم را با نتایج طبیعی انجام داده باشید، هیچ آزمایشی لازم نیست.

پس از جراحی که دهانه رحم در آن برداشته شده است، تا زمانی که به دلایلی غیر مرتبط با سرطان دهانه رحم یا پیش از سرطان انجام شده باشد، هیچ آزمایشی لازم نیست.

افرادی که سابقه یک پیش-سرطان جدی دهانه رحم دارند باید آزمایش را تا ۲۵ سال پس از تشخیص ادامه دهند.

آزمایش سرطان پروستات

وضعیت سلامت کلی، و نه سن به تنهایی، هنگام تصمیم-گیری در مورد آزمایش سرطان پروستات مهم است.

مردانی که انتظار دارند حداقل ۱۰ سال بیشتر زندگی کنند، باید با یک ارائه-دهنده خدمات مراقبت-های

سلامت در مورد عدم قطعیت‌ها، خطرات و مزایای بالقوه آزمایش صحبت کنند تا بتوانند تصمیم بگیرند که آیا می-خواهند آزمایش شوند یا خیر.