

ریه‌ها اندام‌های تنفسی مخروطی شکلی درون قفسه‌سینه هستند. ریه‌ها در هنگام عمل دم، اکسیژن را وارد بدن کرده و در هنگام بازدم دی‌اکسید کربن را خارج می‌کنند. سرطان ریه یکی از سرطان‌های شایع در ایران است که سلول‌های بدخیم (سرطان) در بافت‌های ریه تشکیل می‌شوند.

عوامل خطرزا

- استعمال دخانیات - استعمال دخانیات مهم‌ترین عامل خطرزا برای سرطان ریه به شمار می‌آید. مصرف سیگار، پیپ و قلیان می‌تواند منجر به ابتلا به سرطان ریه شود.

- تنفس دود دست دوم سیگار می‌تواند باعث بروز سرطان ریه در افراد غیرسیگار شود. هر چه فرد بیشتر در معرض دود باشد، خطر ابتلای او به سرطان ریه افزایش می‌یابد.

- غاز رادون - افرادی که در معادن کار می‌کنند معمولاً در معرض استنشاق گاز رادون هستند.

- آزیست (بنبه نسوز) - از بنبه نسوز در عایق کاری، تهیه‌لنت ترمز، کلاچ و نیز در آجر سفال‌های سقف و کف، رنگ‌ها، مواد چسبنده و پلاستیک‌ها استفاده می‌شود. خطر ابتلا به سرطان ریه در افرادی که دخانیات مصرف می‌کنند (سیگار، قلیان و ...) و در معرض پیوسته بنبه نسوز قرار دارند، بسیار بیشتر است.

- آلودگی هوا و یا آلینده‌های محیطی - کار مداوم با آرسنیک، کروم، نیکل، دوده، قطران می‌تواند منجر به ابتلا به سرطان ریه شود. خطر ابتلا به سرطان ریه ناشی از قرار گرفتن در معرض این مواد، در افراد سیگاری بیشتر است.

- سابقه خانوادگی سرطان ریه - خطر ابتلای افرادی که پدر، مادر، برادر یا خواهر آن‌ها در سن پایین و حتی بدون ارتباط با سیگار مبتلا به سرطان ریه شده‌اند، افزایش خواهد یافت.

- سابقه شخصی سرطان ریه - افرادی که به سرطان ریه مبتلا بوده‌اند بیشتر در معرض خطر به وجود آمدن تومور ریه ثانویه هستند.

- سن بالای ۶۵ سال

علائم هشداردهنده



- سرفه مداوم و مزمن که برطرف نمی‌شود.
- درد قفسه سینه که اغلب با نفاس عمیق، سرفه، خنده‌یدن تشیدید می‌شود.
- گرفتگی صدا
- کاهش وزن بدون دلیل مشخص
- خلط خونی هنگام سرفه
- تنگی نفس
- عفونت‌های تنفسی مثل برونشیت و ذات‌الریه که مرتب‌آ تکرار می‌شوند و عود می‌کنند.
- احساس خستگی دائمی

تشخیص



- معاینات فیزیکی
- عکسبرداری با اشعه ایکس از قفسه سینه
- سی‌تی اسکن
- بررسی آسیب‌شناسی

آلودگی هوا و مسائل زیست محیطی نقش بسیار زیادی در ابتلا به سرطان‌ها به ویژه سرطان ریه دارند.

پیشگیری



- عدم استعمال دخانیات (سیگار، سیگار برگ، قلیان و پیپ)
- اجتناب از قرار گرفتن در معرض دود دست دوم (دود حاصل از سیگار کشیدن دیگران)
- اجتناب از قرار گرفتن در معرض پنهان‌سوز (آزیست)
- اجتناب از مواد شیمیایی، معدنی و مواد استنشاقی سرطان‌زا در محیط کار مانند: اورانیوم، آرسنیک، برلیوم، کادمیوم، کلرید وینیل، ترکیبات حاوی نیکل و کروم، ترکیبات ذغالی و گاز خردل
- اجتناب از قرار گرفتن در معرض رادون
- اجتناب از قرار گرفتن در هوای آلوده



آگاهی از سرطان ریه



موسسه خیریه بهنام دهشپور سازمانی است مردم نهاد، غیردولتی و غیرانتفاعی که در نیمه دوم سال ۱۳۷۴ بر پایه ایده و پیگیری‌های بهنام دهشپور فعالیت‌های خود را آغاز کرد. بهنام در سوم اسفند همان سال و در سن ۲۱ سالگی در اثر ابتلا به بیماری سرطان از میان مارفت و این مسیر با حمایت داوطلبان و حامیان و با دریافت مجوز قانونی در سال ۱۳۷۹ و تاکنون ادامه دارد.

موسسه، خدماتی همچون تأمین هزینه دارو و درمان، ارائه خدمات جانبی و حمایتی به بیش از یازده هزار بیمار تحت پوشش، تجهیز مراکز درمانی-دانشگاهی فعال در حوزه سرطان، اجرای پروژه‌های تحقیقاتی، آموزشی، اطلاع رسانی، پیشگیری و تشخیص زودهنگام بیماری سرطان را در کارنامه خود ثبت کرده است و تاکنون با برخورداری از بزرگترین گروههای داوطلبان علاقمند، همواره از پیشتازان حمایت از بیماران مبتلا به سرطان بوده است.

نکاتی برای شیوه زندگی سالم در جهت پیشگیری از سرطان:

- کنترل وزن در محدوده BMI طبیعی (BMI یا شاخص توده بدن؛ مقیاسی برای اندازه‌گیری میزان تناسب وزن نسبت به قد فرد است).
- جلوگیری از چاقی مرکزی.
- فعالیت بدنی روزانه حداقل ۵ روز در هفته و به مدت حداقل ۳۰ دقیقه.
- به جز مصرف ویتامین دی، شواهدی مبنی بر مفید بودن استفاده از مکمل‌ها در پیشگیری از سرطان وجود ندارد. با وجود شواهدی در اثر بخشی ویتامین دی، حتماً قبل از مصرف با پزشک مشورت کنید.

مهم‌ترین عامل ایجاد کننده سرطان ریه، مصرف دخانیات از جمله سیگار است.



دفتر مرکزی

فرمانیه (شهید لواسانی)، خیابان شهید جباریان (فروردین)
کوچه مسجدی، کوچه مرمری، بلاک ۱۳
تلفن: ۰۷۵۰۹۷۸۷۶۰ نمبر: ۰۷۷۰۰۸۷۹۷

دفتر بیمارستان

میدان تجریش، بیمارستان شهدای تجریش
ساختمان رادیوتراپی و آنکولوژی، طبقه دوم
تلفن: ۰۹۱۰۰۹۹۰۰ نمبر: ۰۷۷۰۰۲۰۴۰

حمایت از طریق پرداخت با تلفن همراه: ۰۷۳۳*۰۷*۱۸*