

پیش‌گیری از سرطان

مؤلفان:

دکتر سیدمهدی هاشمی

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی زاهدان

فوق تخصص خون و سرطان بالغین - عضو فعال انجمن سرطان اروپا

دکتر محمدعلی مشهدی

فوق تخصص خون و سرطان بالغین - عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی زاهدان

دکتر علیرضا بخشی پور

فوق تخصص گوارش و کبد - عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی زاهدان

دکتر عزیزالله اربابی

دکتری مدیریت آموزشی - عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی زاهدان

عنوان و نام پدیدآور: پیش‌گیری از سرطان / مؤلفان: سیدمهدی هاشمی... [و دیگران]:

مشخصات نشر: مشهد: سخن‌گستر، ۱۳۹۴.

مشخصات ظاهری: ۲۶۴ ص: مصور (رنگی)، جدول، نمودار

شابک: 978-600-247-527-5

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: مؤلفان: سیدمهدی هاشمی، محمدعلی مشهدی، علیرضا بخشی‌پور، عزیزالله اربابی

یادداشت: کتابنامه

موضوع: سرطان -- پیش‌گیری

موضوع: سرطان

شناسه افزوده: هاشمی، سیدمهدی، ۱۳۵۳ -

رده بندی کنگره: ۱۳۹۴ پ ۹ / RC ۲۶۸

رده بندی دیویی: ۶۱۶/۹۹۴۰۵

شماره کتابشناسی ملی: ۳۹۱۸۷۸۱



معاونت تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی زاهدان

زاهدان- میدان دکتر حسایی- بلوار جنت- پردیس دانشگاه علوم پزشکی زاهدان تلفن: ۳۳۲۹۵۷۸۹

ناشر: انتشارات سخن‌گستر

نام کتاب: پیش‌گیری از سرطان

مؤلفان: سیدمهدی هاشمی، محمدعلی مشهدی، علیرضا بخشی‌پور، عزیزالله اربابی

صفحه‌آرایی: نفیسه اسماعیلی

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول / ۱۳۹۴

چاپ: میثاق

قیمت: ۱۳۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۴۷-۵۲۷-۵

تلفن: ۳۸۴۳۹۹۵۵

مشهد - خیابان ابن‌سینا - مقابل ابن‌سینا ۱۲ - شماره ۱۹۱

فهرست مطالب

۱۷	پیش‌گفتار
۱۹	فصل اول: پیش‌گیری از سرطان
۲۱	مقدمه
۲۶	گسترده‌گی جهانی و اروپایی سرطان
۲۸	شایع‌ترین نوع سرطان‌ها در اروپا
۳۳	سرطان ریه
۳۳	سرطان روده بزرگ
۳۴	سرطان پستان
۳۵	سرطان پروستات
۳۶	سرطان دهانه رحم
۳۷	نتیجه
۳۷	منابع
۳۷	فصل دوم: انواع پیش‌گیری، مفاهیم پایه‌ای
۳۹	مقدمه
۴۱	انواع پیش‌گیری
۴۱	پیش‌گیری اولیه
۴۴	پیش‌گیری ثانویه
۴۹	پیش‌گیری ثالثیه

- منابع ۴۹
- فصل سوم: متدولوژی یا روش‌شناسی در پیش‌گیری از سرطان** ۴۹
- مقدمه ۵۱
- عوامل خطر سرطان و ارزیابی خطر ۵۱
- عوامل خطر سرطان کدام‌ها هستند؟ ۵۱
- عوامل خطر چگونه شناسایی می‌شوند؟ ۵۲
- تعیین مقدار خطر یک عامل خطر سرطان‌زا ۵۳
- نقش استفاده ابتلا به سرطان و فاکتورهایی که استعداد افراد را نسبت به عوامل خطر سرطان تحت تأثیر قرار می‌دهند ۵۳
- نقش فاکتورهای خطر ژنتیکی و محیطی در ایجاد سرطان ۵۴
- مدل‌های پیش‌بینی خطر سرطان ۵۵
- اهداف نهایی پیش‌گیری از سرطان ۵۶
- اهداف مطالعات ارزیابی خطر و مدیریت خطر چیست؟ ۵۶
- نقش شناسه‌های زیستی یا بیومارکرها در مطالعات پیش‌گیری یا ارزیابی خطر سرطان ۵۷
- مسائل و موارد مورد توجه در کاربرد اهداف جانشین (بیومارکرها) در تحقیقات پیش‌گیری از سرطان ۵۷
- برنامه‌های پیش‌گیری از سرطان و چگونگی ارزیابی این برنامه‌ها ۶۰
- برنامه‌های پیش‌گیری شامل چه مواردی هستند؟ ۶۰
- چگونه مطالعه پیش‌گیری از سرطان منتهی به برنامه پیش‌گیری می‌شود؟ ۶۰
- قدم‌های عمده در ایجاد استراتژی‌های پیش‌گیری ۶۱
- انواع مطالعات کاربردی در ارزیابی خطرات سرطان و استراتژی‌های پیش‌گیری ۶۲
- مطالعات مشاهده‌ای ۶۲
- مطالعات مداخله‌ای ۶۲
- غریبال‌گری سرطان به‌منابۀ استراتژی پیش‌گیری ۶۳
- تعبیر تغییرات از بقای نسبی طی زمان از برنامه‌های پیش‌گیری ۶۴
- نتیجه‌گیری ۶۵

۶۵ منابع

۶۵ فصل چهارم: چاقی و فعالیت فیزیکی

۶۷ مقدمه

۶۸ ارتباط شناخته شده سرطان با چاقی

۶۸ چاقی و سرطان پستان

۶۹ چاقی و سرطان رحم

۷۰ چاقی و سرطان روده بزرگ

۷۰ چاقی و سرطان کلیه

۷۰ چاقی و ادنوکارسینوم مری

۷۰ سرطان هایی که ارتباط متوسطی با چاقی را نشان می دهد

۷۱ سرطان هایی که ارتباط منفی با چاقی دارند

۷۱ پاتوفیزیولوژی سرطان و چاقی

۷۲ فاکتورهای غذایی

۷۴ غذاهای گیاهی

۷۴ گوشت

۷۵ مکملات غذایی

۷۵ ترکیبات دیگر

۷۶ فعالیت فیزیکی

۷۷ نتیجه گیری

۷۸ منابع

۷۸ فصل پنجم: هورمون ها

۸۰ مقدمه

۸۱ سرطان پستان

۸۱ اپیدمیولوژی سرطان پستان در ارتباط با هورمون ها

۸۳ پیش گیری از سرطان پستان

۸۴	سرطان رحم
۸۵	سرطان پروستات
۸۵	اپیدمیولوژی سرطان پروستات در ارتباط با هورمون‌ها
۸۶	پیش‌گیری از سرطان پروستات
۸۷	نتیجه‌گیری
۸۷	منابع

فصل ششم: عوامل وابسته به محیط ۸۷

۸۹	مقدمه
۹۰	آلودگی هوا
۹۱	تماس‌های مسکونی و محلی با فرآورده‌های ناشی از تخریب رادون
۹۱	در معرض بودن ناخواسته با سیگار
۹۲	سایر منابع آلودگی‌های محیط‌های بسته
۹۲	میدان‌های الکترومغناطیس
۹۴	تماس‌های مسکونی با آزیستوز
۹۵	از گانوکلرین‌های ماندگار (سموم آفت‌کش)
۹۵	سایر آفت‌کش‌ها
۹۶	آرسنیک غیرآلی در آب آشامیدنی
۹۷	آب نوشیدنی ضد عفونی شده
۹۷	حساسیت به آلودگی‌های محیطی
۹۷	نتیجه‌گیری
۹۸	منابع

فصل هفتم: عوامل ویروسی: ویروس هپاتیت ب و هپاتوسلار کارسینوما (سرطان کبد) ۱۰۷

۱۰۷	مقدمه
۱۰۹	پاتوفیزیولوژی یا «جراحی سرطان و عفونت»

۱۱۲	پیش‌گیری از عفونت HBV و سرطان کبد یا HCC
۱۱۳	واکسیناسیون علیه ویروس HBV
۱۱۴	ایمنوگلوبولین هپاتیت ب
۱۱۴	پیش‌گیری از فیروز کبدی و سیروز
۱۱۶	نتیجه‌گیری
۱۱۶	منابع
۱۱۷	فصل هشتم: عوامل ویروسی: پاپیلوما ویروس انسانی
۱۱۹	مقدمه
۱۱۹	عوامل خطر
۱۲۰	پاتوفیزیولوژی
۱۲۱	اپیدمیولوژی
۱۲۱	مروری بر مداخلات
۱۲۱	غربال‌گری سلول‌شناسی
۱۲۳	تست HPV
۱۲۴	واکسیناسیون پیش‌گیرانه علیه HPV
۱۲۵	نتیجه‌گیری
۱۲۵	منابع
۱۲۵	فصل نهم: سیگار کشیدن و قطع سیگار
۱۲۷	اپیدمیولوژی
۱۲۹	پایه و اساس سرطان‌زایی سیگار
۱۳۰	تأثیرات مداخلاتی که به‌منظور «کاهش اعتیاد به سیگار» انجام می‌شوند
۱۳۱	راه‌کارهایی برای قطع سیگار
۱۳۱	نتیجه‌گیری
۱۳۳	منابع

۱۳۳	فصل دهم: الکل
۱۳۵	مقدمه
۱۳۶	خطر سرطان
۱۳۷	سرطان مجرای گوارشی فوقانی
۱۳۸	سرطان کبد
۱۳۸	سرطان پستان
۱۳۸	سرطان روده بزرگ
۱۳۸	سرطان کلیه
۱۳۹	لنفوم غیر هوچکین
۱۳۹	سرطان ریه
۱۳۹	سرطان معده
۱۳۹	استعداد ژنتیکی
۱۴۰	پیش‌گیری از الکل
۱۴۱	عرضه عرضه الکل
۱۴۱	سیاست قیمت
۱۴۱	تراکم فروشگاه‌ها و واحدهای فروش
۱۴۱	ساعات فروش
۱۴۲	محدودیت سنی
۱۴۲	عرضه تقاضا
۱۴۲	آموزش مدرسه‌محور
۱۴۲	مداخلات خانواده‌محور
۱۴۲	عمل کرد اجتماعی
۱۴۳	لشکرکشی‌های رسانه‌ای گسترده (کمپین‌های رسانه‌ای)
۱۴۳	مداخلات کوتاه‌مدت
۱۴۴	محدودیت تبلیغات
۱۴۴	نتیجه‌گیری
۱۴۸	منابع

۱۴۸	فصل یازدهم: تغذیه
۱۵۰	مقدمه
۱۵۰	ارتباط بین سرطان و تغذیه
۱۵۲	جنبه‌های تغذیه‌ای در ایجاد سرطان
۱۵۲	فعالیت فیزیکی
۱۵۳	چاقی
۱۵۳	تغذیه
۱۵۶	تهیه غذا
۱۵۷	نگهداری غذا
۱۵۷	توصیه‌های غذایی در راستای پیش‌گیری از سرطان
۱۵۸	منابع
۱۵۸	فصل دوازدهم: خطرات شغلی
۱۶۰	مقدمه
۱۶۱	سیگار
۱۶۱	آزبستوز
۱۶۲	رادون
۱۶۲	فرمالدئید
۱۶۳	سیلیس
۱۶۳	رنگ‌ها (Dyes)
۱۶۴	آفت‌کش‌ها و حشره‌کش‌ها
۱۶۴	دیوکسین (DIOXIN)
۱۶۴	خون آلوده
۱۶۵	میدان‌های الکتریکی و مغناطیسی
۱۶۵	راه‌کارهای حمایتی شغلی
۱۶۶	نتیجه‌گیری
۱۶۶	منابع

۱۶۶	فصل سیزدهم: سرطان‌های مرتبط با داروها
۱۶۹	مقدمه
۱۷۰	خطر سرطان‌زایی داروهای نسخه‌ای
۱۷۳	خطرات سرطان‌زایی داروهای غیرنسخه‌ای و مکمل‌ها
۱۷۳	داروهای گیاهی
۱۷۳	مکمل‌های ویتامینی
۱۷۴	پیش‌گیری از ایجاد سرطان القاشده از داروهای سرطان‌زا
۱۷۵	نتیجه‌گیری
۱۷۶	منابع
۱۷۵	فصل چهاردهم: تشعشع
۱۷۸	مقدمه
۱۷۸	اشعه‌های یونیزان
۱۷۸	حوادث هسته‌ای
۱۸۰	تشعشعات درمانی و تشخیصی
۱۸۰	پرتودرمانی یا رادیوتراپی
۱۸۰	تشعشعات تشخیصی
۱۸۱	تشعشعات غیر یونیزان
۱۸۱	امواج رادیو فرکانس
۱۸۱	تشعشعات خورشیدی و ماوراء بنفش
۱۸۳	مکانیزم پیش‌گیری از سرطان توسط آفتاب
۱۸۴	محافظت از آفتاب
۱۸۵	منابع
۱۸۴	فصل پانزدهم: پیش‌گیری از سرطان پستان: پیش‌گیری شیمیایی و غربال‌گری
۱۸۷	پیش‌گیری شیمیایی سرطان پستان
۱۸۷	تاموکسیفن

۱۸۹ رالوکسیفن
۱۹۰ مقایسه تاموکسیفن و رالوکسیفن در پیش‌گیری شیمیایی
۱۹۰ مطالعات در حال انجام
۱۹۱ غربال‌گری با ماموگرافی برای سرطان پستان
۱۹۲ مطالعات تصادفی غربال‌گری سرطان پستان
۱۹۳ ماموگرافی در زنان ۴۰-۵۰ سال
۱۹۵ جای‌گاه MRI در غربال‌گری سرطان پستان
۱۹۶ منابع
۱۹۵ فصل شانزدهم: سرطان دهانه رحم
۱۹۸ اپیدمیولوژی
۱۹۹ عوامل خطر
۱۹۹ پاتوفیزیولوژی
۲۰۰ غربال‌گری سرطان دهانه رحم
۲۰۱ پیش‌گیری از جمله واکسیناسیون علیه HPV
۲۰۳ نتیجه‌گیری
۲۰۴ منابع
۲۰۳ فصل هفدهم: سرطان روده بزرگ
۲۰۷ اپیدمیولوژی
۲۰۷ پیش‌گیری از سرطان روده بزرگ
۲۰۸ فاکتورهای تغذیه‌ای
۲۰۸ دریافت چربی و گوشت
۲۰۹ فیبر، سبزی‌جات و میوه‌جات
۲۱۰ کلسیم
۲۱۰ ویتامین‌ها
۲۱۱ فعالیت فیزیکی

۲۱۱ مصرف الکل
۲۱۱ مصرف سیگار
۲۱۲ غربال‌گری سرطان روده
۲۱۴ شروع غربال‌گری
۲۱۵ تست‌های غربال‌گری و فواصل بین انجام آن‌ها
۲۱۷ مدت انجام غربال‌گری
۲۱۷ مضرات بالقوه غربال‌گری
۲۱۸ پیش‌گیری شیمیایی
۲۱۸ داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی
۲۱۸ آسپرین
۲۱۹ سولینداک
۲۱۹ سلکسیب
۲۲۰ درمان جای‌گزینی هورمونی در زنان یائسه
۲۲۰ نتیجه‌گیری
۲۲۱ منابع
۲۱۹ فصل هجدهم: پیش‌گیری از سرطان پروستات
۲۲۳ مقدمه
۲۲۳ فاکتورهای ارثی
۲۲۴ سن
۲۲۴ تفاوت‌های منطقه‌ای
۲۲۵ فاکتورهای ژنتیکی در سرطان پروستات
۲۲۵ نقش عوامل محیطی / سبک زندگی و رژیم
۲۲۸ هورمون‌ها و سایر عوامل خطر
۲۲۸ پیش‌گیری شیمیایی از سرطان پروستات
۲۲۸ مطالعات بالینی
۲۲۹ مطالعات فاز ۳

نتیجه گیری ۲۳۱

منابع ۲۳۲

فصل نوزدهم: غربال گری سرطان ریه ۲۳۰

اپیدمیولوژی ۲۳۴

غربال گری سرطان ریه ۲۳۵

مطالعات غربال گری دوز پایین (LDCT) در مقابل مطالعات مشاهده‌ای ۲۳۶

مطالعات غربال گری تصادفی دوز پایین (LDCT) ۲۳۸

تشخیص بیش از حد ۲۳۹

تغییر جهت مرحله سرطان و کاهش مرگ و میر ۲۴۰

بیانیه‌های جاری ۲۴۰

منابع ۲۴۱

فصل بیستم: نشانه‌گان‌های (سندروم) ارثی سرطان: اصول کلی نقش پیش گیری و

غربال گری ۲۳۹

مقدمه ۲۴۴

پیش گیری در سرطان ارثی ۲۴۴

منابع ۲۴۵

فصل بیست و یکم: سندروم‌های ارثی سرطان: نقش پیش گیری و غربال گری ۲۴۲

مقدمه ۲۴۷

سندروم ارثی سرطان پستان - تخمدان ۲۴۸

جراحی پیش گیرانه ۲۴۹

پیش گیری شیمیایی ۲۵۰

پایش ۲۵۱

FAP (familial adenomatous polyposis) ۲۵۳

فرم کلاسیک سندروم آدنوماتوز فامیلی ۲۵۴

۲۵۴ سندروم آدنوماتوز فامیلی تخفیف‌یافته
۲۵۴ غربال‌گری
۲۵۵ پیش‌گیری شیمیایی
 HNPCC (hereditary non polyoposis colorrectal cancer) سندروم ارثی غیرپولیپوز سرطان روده
۲۵۶ بزرگ
۲۵۸ نتیجه‌گیری
۲۵۸ منابع
۲۵۶ توصیه‌ها
۲۶۱ سازمان‌های دولتی
۲۶۲ سازمان‌های علمی
۲۶۲ پزشکان
۲۶۲ عامه مردم
۲۶۴ نتیجه‌گیری
۲۶۴ منابع

پیش‌گفتار

امروزه سرطان چالش عمده سلامت دنیا محسوب می‌شود. در سال ۲۰۱۲ بالغ بر ۱۴ میلیون مبتلا به سرطان داشتم که بیش از ۸ میلیون نفر را به کام مرگ فرستاد. طی دوده آینده این آمار به ترتیب به ۲۲ میلیون مبتلا به سرطان و بیش از ۱۳ میلیون مرگ در سال خواهد انجامید. در سال ۲۰۱۰ بالغ بر ۱۱۶ تریلیون دلار امریکا صرف هزینه‌های سرطان در دنیا شده است که نشان‌گر هزینه‌های زیاد درمان سرطان است. حال آن‌که ۳۰-۴۰٪ این موارد قابل پیش‌گیری و کنترل بوده است! از طرفی با نگاهی اجمالی به سرعت بروز سرطان در ایران بر اساس ابزارهای پیش‌بینی سازمان بهداشت جهانی به سرعتی معادل ۴ برابر مبتلایان به سرطان در کشور امریکا خواهیم رسید (!). بدین معنی که تعداد ۸۵ هزار مبتلا به سرطان در ایران به صورت سالانه طی دو دهه آینده به رقم ۱۸۵ هزار نفر در سال خواهد رسید که شباهتی معادل ۴ برابر مبتلایان جدید سرطان در امریکا است (!).

زنگ خطر همه‌گیری سرطان در ایران به صدا درآمده است. کنترل این بیماری توجه ملی و برنامه‌ریزی جدی را می‌طلبد که امید است مسئولان، مدیران و افرادی که به‌نحوی در مقوله سرطان نقشی دارند سهم خویش را در کنترل این بیماری قدرت‌مند ادا کنند تا در سال‌های آینده شاهد همه‌گیر شدن و به عبارتی «معضل سرطان» در کشورمان نباشیم. در این کتاب سعی بر این شده است تا به جای گاه سرطان در اروپا به مثابه الگو پرداخته شود تا از تجربیات کسب شده در حیطه پیش‌گیری از سرطان به‌نحو مؤثرتری استفاده شود چراکه ظاهراً اروپا تجربه چالش افزایش روزافزون سرطان را پشت سر گذاشته و موفق به کنترل سیر روبه‌پیش‌رفت سرطان شده است. از طرفی با توجه به وجود حجم بالایی از مطالعات مختلف در حیطه پیش‌گیری از سرطان و نتایج متفاوت و بعضاً متناقض در این خصوص تلاش شده است تا به

بررسی منابع و مطالعاتی پرداخته شود که توافق و اجماع بالاتری از نظر علمی در مورد آنها وجود دارد. از طرفی تمام سعی مولف بر این اساس استوار بوده است که کتاب به شیوه‌ایی نگارش شود که نه تنها تمام گروه‌های پزشکی و پیراپزشکی تخصصی و غیرتخصصی بلکه توده مردم نیز قابلیت استفاده از این کتاب را داشته باشند چراکه سرطان خطری است که در کمین تک تک افراد جامعه نشسته است. اما فهم مفاهیم فصول ۲ و ۳ کتاب ممکن است برای توده مردم کمی سخت باشد چراکه نیازمند اطلاعات تخصصی پایه‌ایی - پژوهشی در حیطه پزشکی می‌باشد. اما در هر حال سیر پیشرفت‌های صورت گرفته در حیطه سرطان امیدبخش بوده است کما اینکه جداول ذیل از یک سو نشان‌دهنده موفقیت کشورهای اروپایی و امریکا و بعضی از کشورهای پیشرفته آسیایی بوده و از سوی امیدبخش کنترل و درمان مؤثرتر سرطان طی سالیان اخیر نیز می‌باشد.

www.ketaboo.ir