



دانشگاه علوم پزشکی گیلان

پمفلت آموزشی

موضوع: پیشگیری از



تهیه و تنظیم:

شبکه بهداشت و درمان شهرستان ماسال

واحد بهداشت خانواده سال ۱۳۹۱

مقدمه:

در صورت مشاهده هر یک از علائم زیر به پزشک مراجعه کنید:

*خونریزی غیر طبیعی مهبل و لکه بینی، خونریزی، لکه بینی پس از نزدیکی، خونریزی پس از یائسگی
*هر گونه ترشح غیر طبیعی
*درد شدید لگنی
*کاهش شدید وزن و بی اشتتهایی

ممکن است علائم سرطان دهانه رحم با سایر بیماری ها اشتباه شود به همین جهت برای تشخیص حتما باید پاپ اسمیر انجام شود.

انجام پاپ اسمیر برای چه افرادی لازم است؟

پاپ اسمیر برای کلیه زنان ۲۰ تا ۶۵ ساله ازدواج کرده انجام می شود این آزمایش ابتدا جهت اطمینان از سلامت کامل در سه سال متوالی (سالی یکبار) و در صورت منفی بودن پاسخ، هر سه سال یکبار تکرار می گردد با اینحال در صورت هر گونه ابهام در نتیجه آزمایش باید بر طبق نظر پزشک یا ماما در فواصل کمتر تکرار و در صورت نیاز آزمایشات تشخیصی دیگری نیز انجام شود.

آزمایش پاپ اسمیر چگونه انجام می شود؟

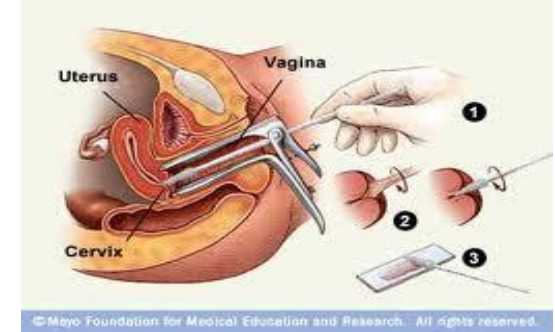
ابتدا خانمی که می خواهد آزمایش بدهد روی تخت مخصوص معاینه زنان می خوابد و ماما یا پزشک ترشحات دهانه رحم را که حاوی سلول است بر میدارند. این کار معمولاً هیچگونه دردی ایجاد نمیکند. و حدود یک دقیقه طول می کشد.

سپس نمونه برای بررسی به آزمایشگاه ارسال می گردد.

سرطان دهانه رحم یکی از شایع ترین سرطان های دستگاه تناسلی است در این بیماری بافت دهانه رحم از نظر رشد و تکامل و تکثیر و شکل دچار تغییرات غیر طبیعی می شود از آغاز بیماری تا مراحل پیشرفته آن حدود ۱۰ سال به طول انجامید و چون در مراحل اولیه به راحتی قابل تشخیص و درمان کامل میباشد معاینات و آزمایشات مرتب از اهمیت ویژه ای برخوردار است. اما در صورتی که تشخیص به تاخیر افتد. درمان، مشکل و گاهی ناموفق خواهد بود» یکی از راههای تشخیص زودرس سرطان دهانه رحم انجام پاپ اسمیر است».

چه کسانی بیشتر با خطر ابتلا به سرطان دهانه رحم روبرو هستند:

- ۱- زنانی که در سنین پایین ازدواج می کنند.
- ۲- زنانی که سابقه بیماری مقاربتی دارند.
- ۳- زنانی که چندین بار ازدواج کرده اند.
- ۴- زنانی که همسرانشان ختنه نشده اند.
- ۵- زنانی که شوهرانشان قبلاً همسران مبتلا به سرطان دهانه رحم داشته اند.
- ۶- زنانی که دخانیات مصرف می کنند.
- ۷- زنانی که دچار کمبود ویتامین آ و ث و اسید فولیک هستند.



توصیه های بهداشتی برای پیشگیری از سرطان دهانه رحم

نکته های بهداشتی :

با رعایت بهداشت و اتخاذ روش مناسب در زندگی میتوان از سرطان دهانه رحم جلوگیری کرد.

وجود تغییرات بافتی همیشه به معنی ابتلا به سرطان دهانه رحم نیست و قابل درمان می باشد.

در صورتی که سرطان دهانه رحم در مراحل اولیه تشخیص داده شد به راحتی قابل درمان است .

آگاهی به موقع از وضعیت سلامتی منجر به راحتی خیال و اقدام به موقع در برابر بیماریها می گردد.



منابع :

- اصول بیماری های زنان کیسنر .
- بیماری های زنان و مامایی دنفورت .
- منبع : نشریه پیام پزشک، شماره ۴۶.

❖ از ازدواج دختران قبل از ۱۸ سالگی جلوگیری کنید.

❖ از ابتلا به بیماریهای مقاربتی پیشگیری کنید.

❖ در صورت ازدواج با مردی که همسر قبلی وی به سرطان دهانه رحم مبتلا بوده است به مطب پزشکی یا مرکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید.

❖ از مصرف دخانیات پرهیز کنید.

❖ در برنامه غذایی خانواده تان مصرف مواد غذایی حاوی ویتامین آ و ت و اسید فولیک را فراموش نکنید.

❖ مواد غذایی حاوی ویتامین آ (جگر ، اسفناج ، هویج ، نخود ، باقلا ، پرتقال ، برگه زرد آلو ، کلیه سبزی ها و میوه های زرد و قرمز)

❖ مواد غذایی حاوی ویتامین ث (میوه ها و سبزی های تازه مانند: توت فرنگی ، گوجه فرنگی ، مرکبات و کیوی

❖ مواد غذایی حاوی اسید فولیک (جگر ، زرده تخم مرغ ، نان گندم سبوس دار ، نان سنگک یا نان جو ، جعفری ، اسفناج ، موز ، شیر ، گل و برگ کلم خام و بخار پز)



چگونه باید خود را برای آزمایش پاپ اسمیر آماده کنیم ؟

وقتی می خواهید آزمایش پاپ اسمیر انجام دهید باید به موارد زیر توجه کنید :

- ۲۴ ساعت قبل از آزمایش نزدیکی نکنید .
- ۴۸ ساعت قبل شستشوی داخل مهبل (واژن) انجام ندهید . اما هرگز طهارت گرفتن را فراموش نکنید
- ۴۸ ساعت قبل لکه بینی و خونریزی نداشته باشید .
- ۴۸ ساعت قبل از انجام پاپ اسمیر از کرمهای داخلی محبلی استفاده نکنید.
- پاپ اسمیر نباید در حین قاعدگی انجام شود.

