

سلامت

باورهای غلط مرتبط با سرطان سینه؛ واقعیت چیست؟



تغییر یا توده در سینه همیشه به معنای سرطان نیست و از طرف دیگر، سرطان سینه هم همیشه با ایجاد توده همراه نیست. شناخت علائم، عوامل خطر و واقعیت‌های مربوط به این بیماری می‌تواند به تشخیص به‌موقع و مراجعه مناسب به پزشک کمک کند. سرطان سینه یکی از شایع‌ترین سرطان‌ها در زنان است، اما بسیاری از تغییرات سینه علت‌های غیرسرطانی دارند. به همین دلیل، بهتر است نه هر تغییر جدیدی را نشانه سرطان بدانیم و نه آن را نادیده بگیریم.

در ادامه، ۹ باور رایج درباره سرطان سینه را بررسی می‌کنیم.

باور غلط ۱: هر توده‌ای در سینه احتمالاً سرطانی است

بیشتر توده‌های سینه سرطانی نیستند و می‌توانند به دلایلی مانند کیست یا فیبروآدنوم ایجاد شوند. با این حال، هر توده جدید یا تغییر غیرمعمول در پستان باید توسط پزشک بررسی شود. از روی لمس توده به‌تنهایی نمی‌توان با اطمینان درباره ماهیت آن قضاوت کرد. واقعیت: بیشتر توده‌ها خوش‌خیم هستند، اما هر توده جدید نیاز به ارزیابی پزشکی دارد.

باور غلط ۲: سرطان سینه فقط در زنان مسن اتفاق می‌افتد

خطر ابتلا به سرطان سینه با افزایش سن بیشتر می‌شود، اما این بیماری می‌تواند در بزرگسالان جوان‌تر نیز رخ دهد. سابقه خانوادگی، برخی تغییرات ژنتیکی و عوامل خطر دیگری می‌توانند احتمال ابتلا را افزایش دهند. واقعیت: سن، یکی از عوامل خطر مهم است، اما جوان بودن به معنای مصونیت از سرطان سینه نیست.

باور غلط ۳: سرطان سینه فقط در زنان ایجاد می‌شود

سرطان سینه در مردان بسیار نادرتر از زنان است، اما ممکن است رخ دهد. وجود توده، تغییر در پوست یا نوک سینه، یا سایر تغییرات غیرمعمول در سینه مردان نیز باید بررسی شود. واقعیت: مردان هم ممکن است به سرطان سینه مبتلا شوند، هر چند این بیماری در آن‌ها بسیار کمتر شایع است.

باور غلط ۴: اگر در خانواده‌ام سرطان سینه نداشته‌ایم، پس در معرض خطر نیستم داشتن سابقه خانوادگی می‌تواند خطر ابتلا را افزایش دهد، اما نبود سابقه خانوادگی به معنای نبود خطر نیست. بسیاری از افرادی که به سرطان پستان مبتلا می‌شوند، سابقه خانوادگی شناخته‌شده‌ای از این بیماری ندارند. واقعیت: سابقه خانوادگی فقط یکی از عوامل خطر است و نبود آن، احتمال ابتلا را از بین نمی‌برد.

باور غلط ۵: سرطان سینه همیشه بایک توده شروع می‌شود

توده یکی از شایع‌ترین نشانه‌های سرطان سینه است، اما تنها علامت آن نیست. برخی سرطان‌ها ممکن است بدون علامت قابل لمس باشند و در غربالگری شناسایی شوند. تغییر اندازه یا شکل سینه، تورم، فرورفتگی پوست، تغییر ظاهر پوست یا نوک سینه و ترشح غیرطبیعی از نوک سینه نیز می‌توانند از علائم هشداردهنده باشند.

واقعیت: شناخت ظاهر و حالت معمول سینه و توجه به تغییرات جدید اهمیت دارد.

باور غلط ۶: اگر توده حرکت کند، سرطانی نیست

متحرک یا ثابت بودن توده به‌تنهایی نمی‌تواند مشخص کند که یک توده خوش‌خیم است یا سرطانی. توده‌های سرطانی می‌توانند ویژگی‌های متفاوتی داشته باشند و تشخیص به معاینه، تصویربرداری و در صورت نیاز نمونه‌برداری وابسته است.

واقعیت: ویژگی‌های توده به‌تنهایی برای تشخیص سرطان کافی نیستند.

باور غلط ۷: سرطان سینه همیشه بدون درد است

در سینه معمولاً به‌تنهایی نشانه‌های سرطان نیست و دلایل مختلفی، از جمله تغییرات هورمونی، می‌توانند باعث درد شوند. با این حال، سرطان پستان در برخی افراد می‌تواند با درد یا حساسیت همراه باشد. بنابراین، وجود یا نبود درد به‌تنهایی نمی‌تواند سرطان را رد یا تأیید کند. واقعیت: سرطان سینه می‌تواند بدون درد باشد، اما درد نیز به‌طور کامل آن را رد نمی‌کند.

باور غلط ۸: ماموگرافی خودش باعث سرطان می‌شود

ماموگرافی از مقدار کمی پرتو استفاده می‌کند، اما برای غربالگری سرطان سینه همچنان یکی از روش‌های اصلی تشخیص زودهنگام است. در مورد زمان شروع و فاصله انجام ماموگرافی، توصیه‌ها بسته به راهنمای پزشکی، سن و میزان خطر فرد متفاوت است. برای مثال، USPSTF (کارگروه خدمات پیشگیرانه ایالات متحده) برای افراد با خطر متوسط، ماموگرافی هر دو سال یکبار را از ۴۰ تا ۷۴ سالگی توصیه می‌کند، در حالی که انجمن سرطان آمریکا برنامه متفاوتی دارد. واقعیت: ماموگرافی با وجود دریافت مقدار کمی پرتو، ابزار مهمی برای تشخیص زودهنگام سرطان پستان است و برنامه غربالگری باید بر اساس شرایط فردی و راهنمای مورد استفاده تعیین شود.

باور غلط ۹: پزشک با لمس توده می‌تواند سرطانی بودن آن را تشخیص دهد

معاینه بالینی می‌تواند اطلاعات مهمی درباره یک توده یا تغییر سینه فراهم کند، اما به‌تنهایی برای تشخیص قطعی سرطان کافی نیست. بسته به شرایط، پزشک ممکن است تصویربرداری مانند ماموگرافی یا سونوگرافی و در صورت نیاز نمونه‌برداری را درخواست کند. واقعیت: تشخیص سرطان سینه به ارزیابی پزشکی و در صورت لزوم بررسی‌های تشخیصی نیاز دارد.

چه تغییراتی را باید جدی گرفت؟

اگر متوجه تغییر جدید و غیر معمولی در سینه شدید، بهتر است آن را با پزشک در میان بگذارید. برخی از تغییرات مهم عبارت‌اند از: ایجاد توده یا ضخیم‌شدگی جدید- تغییر اندازه یا شکل سینه- تورم بخشی یا تمام سینه- فرورفتگی یا تغییر غیرمعمول پوست- تغییر جدید در نوک سینه- ترشح غیرطبیعی از نوک سینه- تغییرات پوستی مانند قرمزی، پوست‌ریزی یا ضخیم‌شدن- ایجاد توده یا تورم در ناحیه زیر بغل

حرف آخر

شناخت علائم و آگاهی از عوامل خطر به این معنا نیست که باید با هر تغییر سینه نگران سرطان شویم. هدف، شناخت بهتر بدن و مراجعه به‌موقع در صورت مشاهده تغییرات جدید است. همچنین، غربالگری منظم بر اساس سن، میزان خطر و توصیه پزشک می‌تواند به تشخیص سرطان پیش از بروز علائم کمک کند. برنامه غربالگری برای افراد پرخطر، از جمله افرادی با برخی تغییرات ژنتیکی یا سابقه پررنگ‌تر در مانی قبشه سینه در سنین پایین، می‌تواند با افراد دارای خطر متوسط متفاوت باشد. هر تغییر جدید یا غیرعادی در سینه را نادیده نگیرید و برای ارزیابی آن با پزشک یا متخصص مربوطه مشورت کنید.

مدیرکل مدیریت بحران استان کرمان:

اختصاص ۲۰۰ میلیارد تومان برای ساماندهی رودخانه ملنتی جیرفت



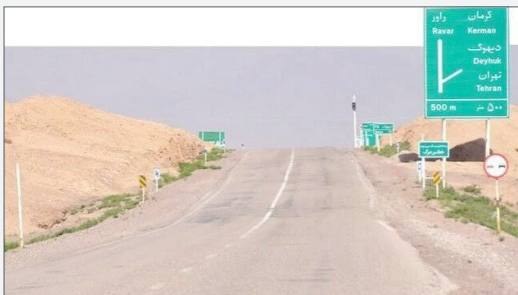
مدیرکل مدیریت بحران استان کرمان از اختصاص ۲۰۰ میلیارد تومان برای ساماندهی و لایروبی رودخانه ملنتی جیرفت خبر داد.

به گزارش تسنیم، غلامرضا نژادخالقی، مدیرکل مدیریت بحران استان کرمان با اشاره به اقدامات انجام شده برای افزایش آمادگی استان در برابر مخاطرات جوی، اظهار کرد: تاکنون پنج جلسه ستاد مدیریت بحران در سطح استان برگزار شده و حدود ۷۰ دستگاه اجرایی نیز برای انجام وظایف و اقدامات پیشگیرانه در حوزه مسئولیت خود درآمده‌باش قرار گرفته‌اند.

وی افزود: یکی از اقدامات مهم انجام شده، اختصاص ۲۰۰ میلیارد تومان اعتبار از محل اعتبارات عمرانی استانداری برای ساماندهی رودخانه ملنتی جیرفت است که در حال حاضر شرکت آب منطقه‌ای و شهرداری جیرفت اجرای اقدامات مرتبط با آن را دنبال می‌کنند.

مدیرکل مدیریت بحران استان کرمان ادامه داد: در جنوب استان، حدود ۳۰ کیلومتر از مسیر رودخانه‌ها توسط آب منطقه‌ای در حال لایروبی است و در حدود ۳۰ کیلومتر دیگر نیز شهرداری‌ها و دهیاری‌ها عملیات لایروبی و اقدامات

دوبانده‌سازی محور کرمان-راور- دیهوک پس از دو دهه هنوز کامل نشده است



خودروها را بیشتر کند.

در بخش‌های قابل توجهی از این محور کوبری، آنتن دهی شبکه‌های تلفن همراه نیز با اختلال مواجه است. در صورت بروز حادثه یا تصادف، همراهان مصدومان ممکن است امکان برقراری سریع تماس با اورژانس و هلال احمر را نداشته باشند؛ موضوعی که در حوادث جاده‌ای می‌تواند دسترسی سریع نیروهای امدادی به محل حادثه را با مشکل مواجه کند.

آخرین قطعه از این محور که دوبانده سازی شد؛ فروردین ۱۴۰۵ بود؛ قطعه‌ای که در مجموع ۲۳ کیلومتر از مسیر را در دو نقطه شامل می‌شد.

با این حال، بر اساس اعلام راه و شهرسازی از مجموع ۱۸۸ کیلومتر محور کرمان-راور- دیهوک، تاکنون ۹۶ کیلومتر بزرگراه شده است، ۵۲ کیلومتر در دست ساخت است و برای ۴۰ کیلومتر باقی‌مانده نیز هنوز عملیات اجرایی آغاز نشده و موضوع در دست بررسی شرکت است.

با وجود گذشت دو دهه از آغاز اجرای پروژه دوبانده‌سازی، هنوز زمان مشخصی برای تکمیل کامل این محور اعلام نشده است؛ در کنار آن، مسئله امکانات رفاهی و خدماتی مسیر نیز همچنان پابرجاست؛ مسیری که سالانه میزبان شمار زیادی از مسافران و زائران است، اما هنوز برای ایمن‌تر و راحت‌تر شدن سفر آنها، همه زیرساخت‌های مورد نیاز را ندارد.

آگهی تصمیمات هیات رسیدگی موضوع ماده ۱۴۷ و ۱۴۸



شماره ۱۳۷۰/۰۶/۲۱

آگهی تصمیمات و آراء صادره از سوی هیات رسیدگی به اسناد عادی شهرستان بم موضوع قانون اصلاح و حذف موادی از قانون ثبت اسناد مصوب ۱۳۷۰/۰۶/۲۱ نسبت به املاک مشروحه ذیل که طبق اسناد و قبایله‌های عادی قبل از ۱۳۷۰/۰۶/۲۱ به متقاضیان منتقل شده و مشمول قانون فوق گردیده و جهت اطلاع عموم بالاخص مالکین آگهی میگردد

املاک تقاضا شده واقع در بخش ۲۹ کرمان

قسمتی از پلاک ۱۸۴۹ اصلی به نام نصرت فرامرزیور دازینی فرزند درویش شش‌دنگ باغ به مساحت ۶۷۱ متر مربع واقع در خواجه عسکر بخش ۲۹ کرمان از مورد مالکیت حسین کمال الدینی پرونده ردیف ۶۳۸۹

این آگهی برابر بند ۶ از ماده ۱ قانون حذف و اصلاح مواد ۱ و ۲ و ۳ قانون مصوب ۶۵۰/۴/۳۱ و الحاق موادی به آن مصوب ۷۰/۰۶/۲۱ و بند ۴ ماده ۳۲ این‌نامه اجرای آن جهت اطلاع و آگاهی مالکین آگهی میگردد تا چنانچه هر کس بر املاک تقاضا شده اعتراضی دارند مراتب اعتراض خود را کتبا از تاریخ اولین آگهی به مدت دو ماه به اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان بم تسلیم نمایند تا به دادگاه صالحه ارسال شود در صورت عدم وصول اعتراض در موعد مقرر فوق اداره ثبت اسناد بم طبق مقررات نسبت به صدور اسناد مالکیت متقاضیان اقدام خواهد نمود.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۶/۲۴

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۷/۰۸

بهروز براتی نژاد رییس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان بم



شماره ۱۳۷۰/۰۶/۲۱