

واحد بهبود کیفیت	به نام خدا	 بیمارستان موسی بن جعفر (ع) قوچان
	عنوان سند: درباره بدخیمی ریه بیشتر بدانیم	
شماره سند: M.04.N-I/172 تاریخ تدوین: ۱۴۰۳/۰۷/۰۵		
تاریخ بازنگری:		شماره بازنگری:
تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۵/۰۷/۰۵		شماره ویرایش:

درباره بدخیمی ریه بیشتر بدانیم...

واحد آموزش به بیمار



ویژه بیمار و خانواده

* عدم استعمال دخانیات : از آنجا که سال ها

طول می کشد تا در اثر سیگار کشیدن بدخیمی ریه ایجاد شود، افراد سیگاری در هر زمان می توانند اقدام به ترک سیگار کرده و خطر بروز بدخیمی ریه را به طور قابل توجهی کاهش دهند.

* اقدام به ارزیابی منظم وضعیت سلامتی : که

در صورت مصرف زیاد سیگار عکس ساده ریه را نیز ممکن است شامل شود.

* بررسی محیط خانه از نظر وجود گاز رادون

* پابندی به یک رژیم غذایی سالم : یک

رژیم غذایی سالم با مقادیر زیاد میوه ها و سبزی های تازه می تواند در جهت کاهش احتمال بروز بدخیمی ریه مفید باشد.

در چه صورت به پزشک مراجعه کنید؟

* درد غیرقابل تحمل، تهوع یا استفراغ ، بی خوابی
 * اگر دچار علائم جدید و غیرقابل توجه شده اید .
 داروهای تجویزی ممکن است با عوارض جانبی همراه باشند.



منبع :

<https://medlineplus.>
<https://www.clinical key.com>

* مشاور تغذیه ای شما ممکن است رژیم غذایی پرکالری و پروتئین و مکمل های غذایی و اشتهای برانگیز تجویز کند و غذا خوردن با دفعات بیشتر را توصیه نماید.

فعالیت :

* در مراحل پیشرفته درمان، فیزیوتراپ به شما کمک می کند تا یک فعالیت ورزشی مناسب برای خودتان طراحی کنید، برنامه ای که شامل تعدادی آموزشهای حرکتی و تمرینات مقاومتی می باشد. این تمرینات فیزیوتراپی برای به حداقل رساندن کوفتگی بدنی و نیز بهینه کردن عملکرد فیزیکی بدن شما می باشد.

- یک برنامه تمرینی نیز برای داشتن زندگی فعال در طی درمان برای شما طراحی می شود که علاوه بر بازسازی ماهیچه های ضعیف و کمک به حفظ وزن مناسب، سبب بهبود عملکرد تنفسی، قابلیت انعطاف و استقامت می گردد

پیشگیری از بدخیمی ریه :

- دوری از آلاینده ها : استفاده از ماسک محافظ در صورت تماس شغلی با آلاینده ها
- * جهت دسترسی به مطالب آموزشی بارکد زیر را اسکن کنید.



مددجوی گرامی این برگه آموزشی، حاوی نکاتی

جهت اف ایش آگاهی شما در رابطه با **بدخیمی ریه**

می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شد، هر چه

سریعتر سلامت خود را بازیابید.

بدخیمی ریه چیست؟

بدخیمی ریه رشد بافت بدخیم در ریه است که لوله های نایژه ای و ریه ها را درگیر می سازد. ریه یک عضو بزرگ بدن است. از این رو، توده بدخیم می تواند مدت زیادی در ریه رشد کند بدون این که علامتی به وجود آورد و به همین دلیل احتمال زیادی دارد که دیر تشخیص داده شود.

علائم شایع بدخیمی ریه چیست؟

- سرفه مقاوم
- خلط که ممکن است حاوی خون باشد.
- خس خس
- درد سینه
- خستگی و ضعف
- کاهش وزن * درد شانه و بازو یا استخوانها

علل ایجاد بدخیمی ریه چیست؟

* سیگار کشیدن

* آلاینده های هوا

* نامشخص (در برخی موارد)

- تماس با آزبستوز
- گسترش سرطان از نواحی دیگر بدن به ریه
- پنومونیت میان بافتی مزمن
- تماس با گاز رادون

چه عواملی افز ایش دهند خطر بدخیمی ریه است؟

- سن بالای ۴۰ سال
 - استعمال دخانیات ۳ احتمال بروز بدخیمی ریه در یک فرد
 - سیگاری ۲۲ برابر افراد غیرسیگاری است .
 - تماس محیطی با آزبستوز، اورانیوم ، نیکل ، کرومات ها، بیس کلرومتیل اتر یا آلاینده های هوا
- ### بدخیمی ریه چگونه تشخیص داد می شود؟
- آزمایش خون ، آزمایش خلط ، برونکوسکوپی ، نمونه برداری ، سی تی اسکن و آزمون های عملکرد ریه

بدخیمی ریه چگونه درمان می شود؟

* اگر بدخیمی در مراحل اولیه باشد، جراحی برداشت کل ریه (پنومونکتومی) یا قسمتی از ریه (لوبکتومی) ممکن است توصیه گردد.

* **اشعه درمانی و داروهای ضد بدخیمی** برای متوقف کردن گسترش تومور یا تخریب سلول های بدخیم ممکن است توصیه شود.

* برای کنترل دردهای خفیف ، داروهای بدون نسخه نظیر استامینوفن یا آسپرین احتمالاً کفایت می کند.

* همچنین داروهایی برای تهوع یا اضطراب ممکن است تجویز شود.

آموزشی به بیمار

تغذیه درمانی

- از آنجا که سوء تغذیه ناشی از بیماری و فرایند درمان، هم بر روی تحمل درمان و هم بر روی کیفیت زندگی شما اثر منفی می گذارد؛ در نتیجه وضعیت شما از نزدیک زیر نظر قرار می گیرد تا از سوء تغذیه مرتبط با بدخیمی ریه جلوگیری شود.