



SARCOMA CANCER

— AWARENESS MONTH —

جولای ؛ ماه آگاهی رسانی درباره سارکوما

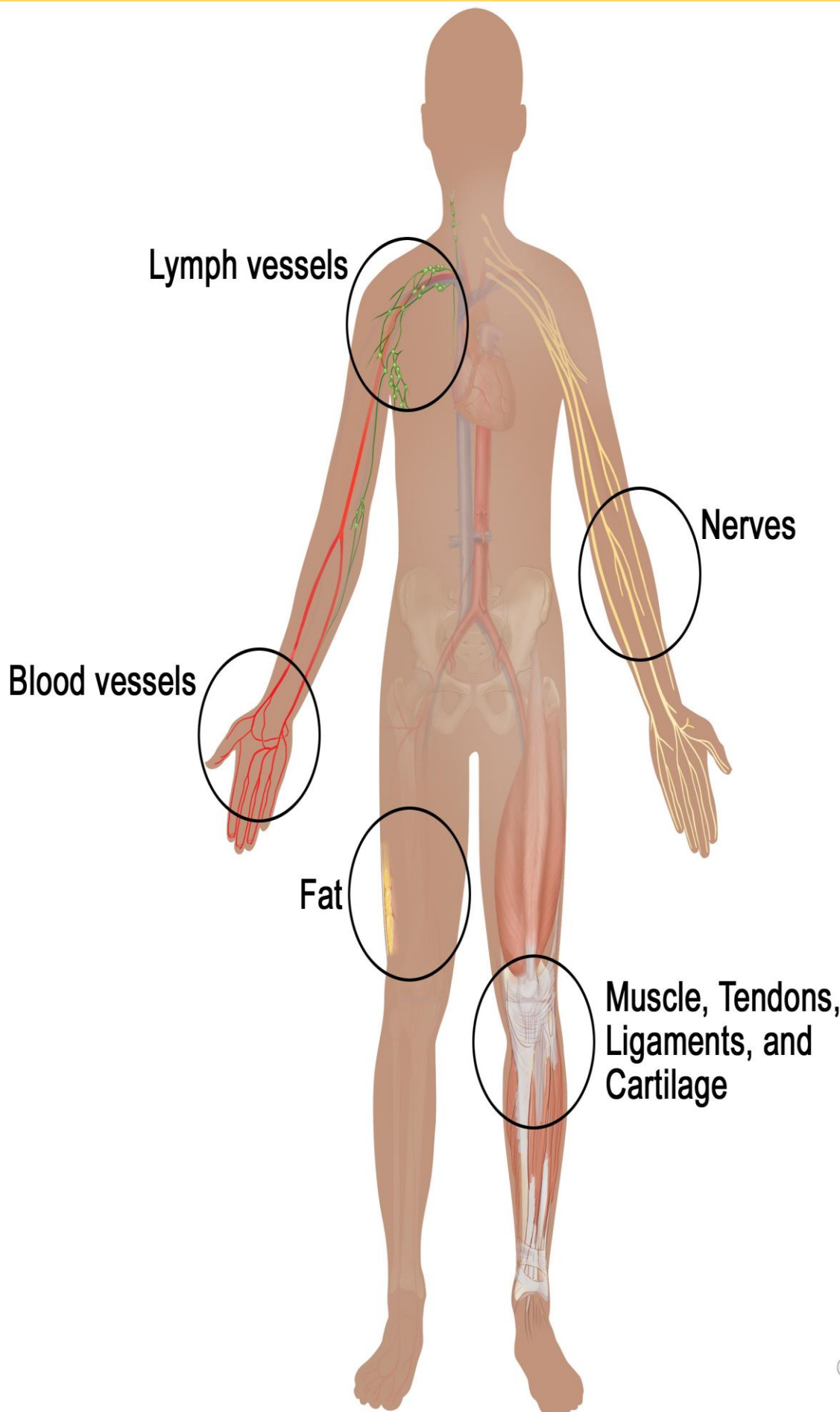
"نجات، از آگاهی شروع می شود - سارکوما را بشناسیم"



سارکوما چیست؟

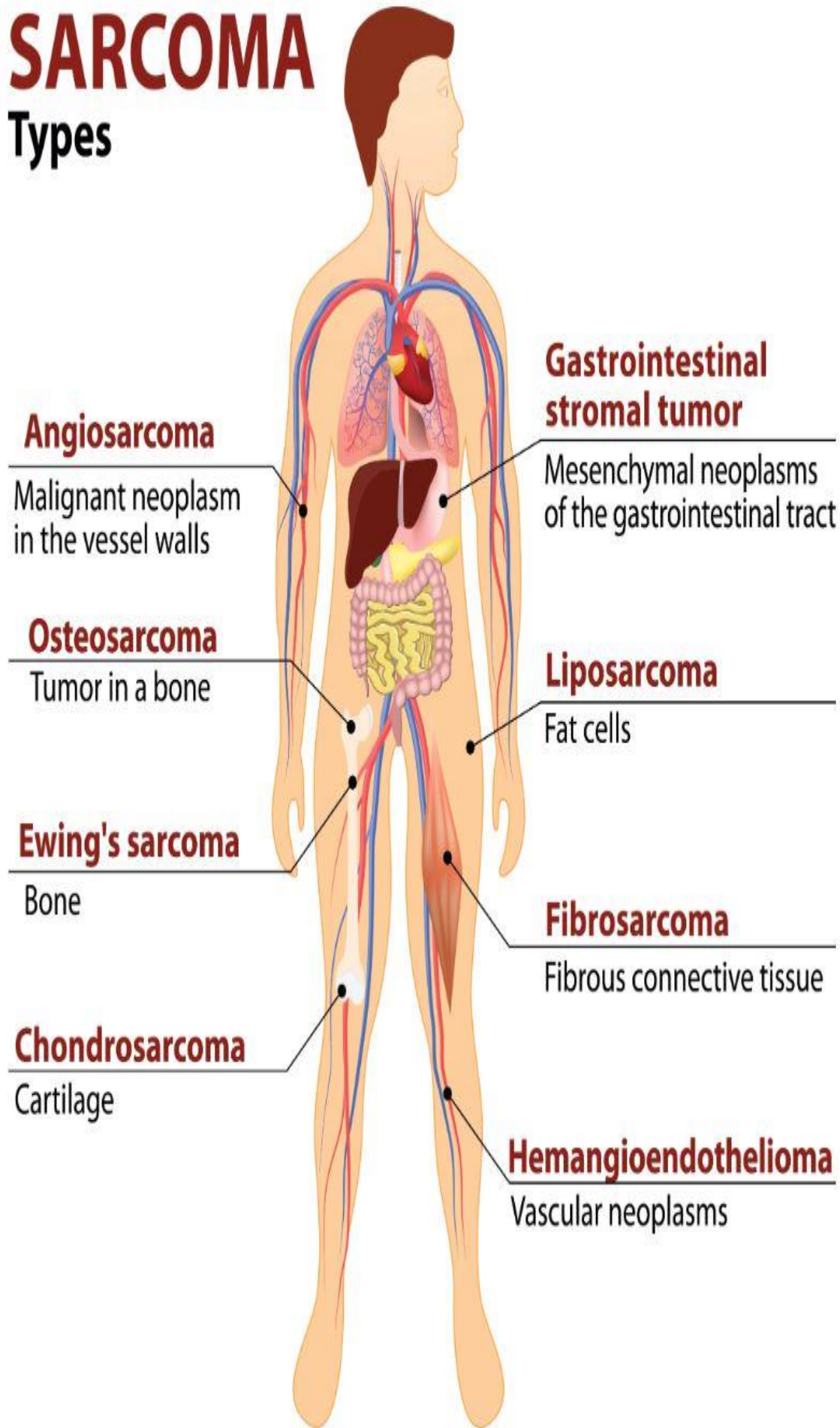
بسیاری از مردم هرگز نام بیماری سارکوما را نشنیده‌اند. سارکوما نوعی سرطان نادر است که حدود ۱٪ از سرطان‌های بزرگسالان و ۲۱٪ از سرطان‌های کودکان را تشکیل می‌دهد. این سرطان در بافت‌های پیوندی بدن رشد می‌کند؛ بافت‌هایی که ساختارهای مختلف بدن را حمایت و به هم متصل می‌کنند مانند ماهیچه‌ها، استخوان‌ها، غضروف‌ها و رگ‌های خونی.

سارکوما می‌تواند در هر نقطه از بدن ایجاد شود، اما بیشتر در بازوها، پاها، قفسه سینه، شکم و فضای رتروپریتون دیده می‌شود. در کل، بیش از ۱۰۰ نوع مختلف سارکوما وجود دارد که هرکدام رفتار متفاوتی دارند و همین موضوع درمان این بیماری را دشوار می‌سازد.



SARCOMA

Types



انواع سارکوما

دو نوع اصلی سارکوما وجود دارد.

۱. سارکومای بافت نرم:

این تومورها در بافت‌های نرم بدن مانند ماهیچه‌ها، چربی، تاندون‌ها، اعصاب، رگ‌های خونی و سایر بافت‌های پیوندی ایجاد می‌شوند. آنها می‌توانند در هر نقطه از بدن دیده شوند، اما بیشتر در بازوها، پاها، شکم و فضای رتروپریتون یافت می‌شوند.

۲. سارکومای استخوانی:

همانطور که از نامش پیداست، این نوع سارکوما در استخوان‌ها به وجود می‌آید. این سرطان می‌تواند افراد را در هر سنی تحت تأثیر قرار دهد و شامل زیرگروه‌هایی مانند استئوسارکوما، سارکومای یوئینگ و کندروسارکوما است.

علائم بالینی

تشخیص زودهنگام برای کسب نتایج بهتر درمانی حیاتی است. شناخت علائم و نشانه‌های سارکوما می‌تواند منجر به مراجعه به موقع به پزشک شود. برخی از نشانه‌های رایج می‌تواند شامل:

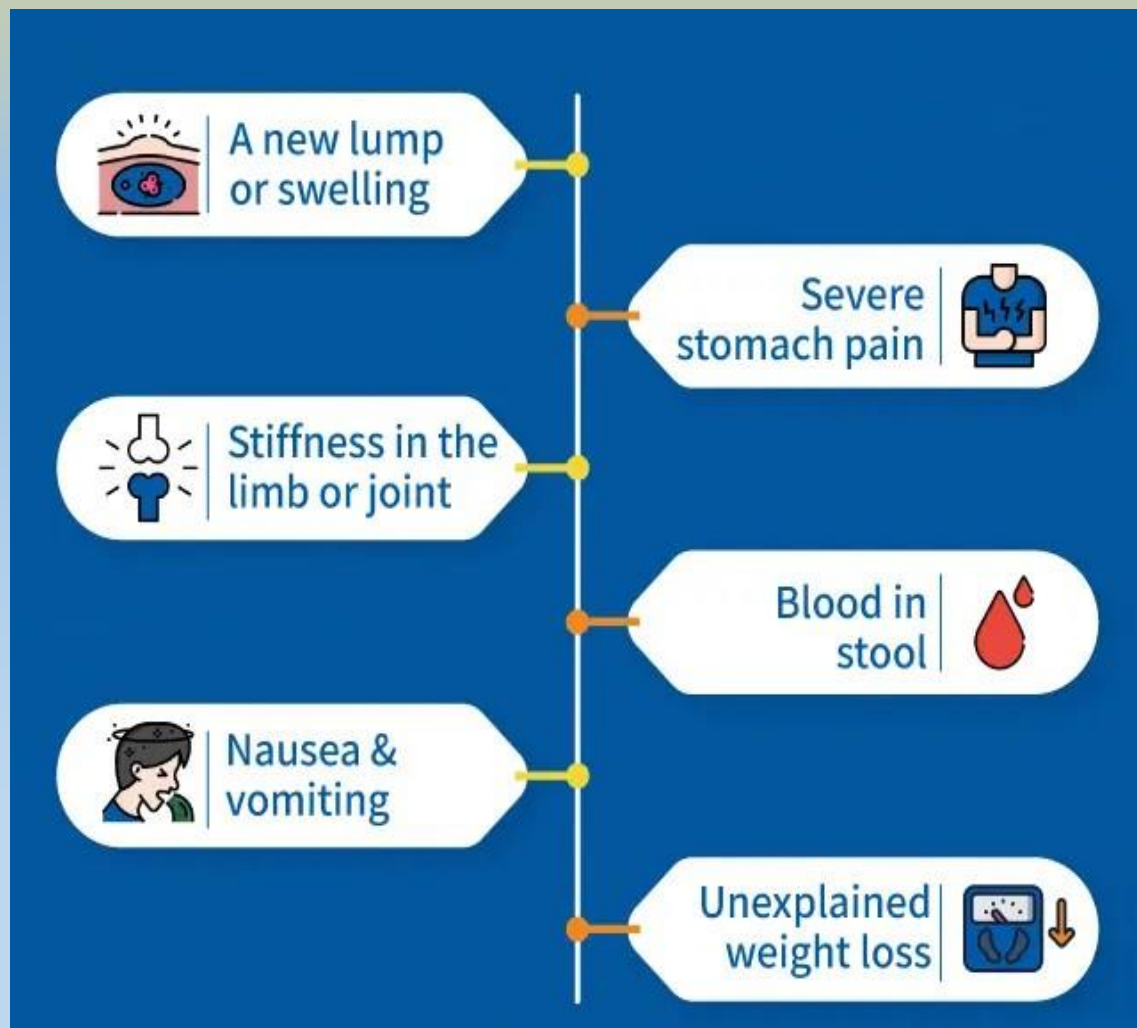
توده‌ها یا برآمدگی‌ها: رشد غیرعادی یا وجود توده در بافت‌های نرم یا استخوان‌ها. **شایع‌ترین علامت سارکوما، توده‌ای است که در حال رشد یا تغییر است.**

درد مداوم: درد یا ناراحتی مداوم در ناحیه‌ی درگیر.

محدودیت حرکتی: مشکل در حرکت دادن اندام یا سفتی مفاصل اطراف آن.

خستگی و کاهش وزن: احساس خستگی مداوم و یا کاهش وزن ناخواسته.

درد استخوان: درد مداوم در استخوان‌ها، به‌ویژه هنگام فعالیت و یا در زمان شب.



به یاد داشته باشید که توده‌ها و برآمدگی‌ها بسیار شایع هستند و عوامل مختلفی می‌توانند باعث ایجاد آنها شوند. وجود توده یا برآمدگی لزوماً به معنای ابتلا به سارکوما نیست، اما مراجعه به پزشک عمومی برای بررسی آن بسیار مهم است. اگر علائم ناشی از سرطان باشد، تشخیص زودهنگام ممکن است به معنای درمان موفقیت‌آمیزتر باشد.

ریسک فاکتورهای ابتلا

عواملی که می‌توانند خطر ابتلا به سارکوما را افزایش دهند عبارتند از:

سندرم‌های ارثی: برخی از سندرم‌هایی که خطر ابتلا به سرطان را افزایش می‌دهند، می‌توانند از والدین به فرزندان منتقل شوند. به عنوان مثال سندرم لی-فرامنی (Li-Fraumeni Syndrome)، رتینوبلاستوما خانوادگی و نوروفیبروماتوز تیپ ۱.

پرتودرمانی برای سرطان: در موارد نادر، برخی افرادی که برای نوع دیگری از سرطان پرتودرمانی شده‌اند، ممکن است سال‌ها بعد به سارکوما بافت نرم مبتلا شوند.

ورم لنفاوی: تورمی است که در اثر انسداد یا آسیب به سیستم لنفاوی ایجاد می‌شود. این وضعیت خطر ابتلا به نوعی سارکوما به نام آنژیوسارکوما را افزایش می‌دهد.

مواجهه با ویروس‌ها: ویروس هرپس انسانی نوع ۸ می‌تواند خطر ابتلا به نوعی سارکوما به نام سارکوما کاپوسی را در افراد با سیستم ایمنی ضعیف افزایش دهد.

برخی مواد شیمیایی: مواجهه با مواد زیر با

افزایش نرخ ابتلا به سارکوما بافت نرم همراه هستند.

- وینیل کلراید (مورد استفاده در صنایع پلاستیک)
- دیوکسین‌ها (مواد سمی حاصل از فرآیندهای صنعتی)
- علف‌کش‌های فنوکسی‌استیک‌اسید

Genetic mutation



Exposure to radiation



Chemical exposure



Certain medical conditions



تشخیص و ارزیابی آزمایشگاهی

تشخیص سرطان‌های سارکوما نیازمند ارزیابی دقیق توسط تیم پزشکی است. این فرآیند معمولاً شامل مراحل زیر می‌شود:

۱. معاینه فیزیکی:

- ✓ پزشک، توده یا ناحیه درگیر را به دقت بررسی می‌کند.
- ✓ درباره علائم و سوابق پزشکی بیمار سوالاتی می‌پرسد.

۲. تکنیک‌های تصویربرداری:

✓ سی تی اسکن

✓ MRI

✓ PET Scan

این روش‌ها به تعیین محل، اندازه و میزان گسترش تومور کمک می‌کنند.

۳. نمونه‌برداری (بیوپسی):

- ✓ برداشت نمونه از بافت مشکوک
- ✓ تأیید وجود سلول‌های سرطانی
- ✓ تعیین نوع دقیق سارکوما

۴. بررسی‌های پاتولوژیک و آزمایشات مولکولی:

- ✓ تحلیل‌های پیشرفته آزمایشگاهی
- ✓ شناسایی جهش‌های ژنتیکی مؤثر
- ✓ کمک به انتخاب روش درمانی مناسب

اندازه‌گیری و ردیابی رشد و تغییرات توده‌ها

یکی از شایع‌ترین علائم سارکوما، توده‌ای است که در حال رشد یا تغییر است.

اگر توده یا برآمدگی را در بدن خود احساس کردید، مهم است که مراقب هرگونه تغییر باشید تا بتوانید پزشک خود را از علائم مطلع کنید. می‌توانید با اندازه‌گیری و ثبت تغییرات، توده یا برآمدگی را تحت نظر بگیرید:

روش اندازه‌گیری:

- ✓ می‌توانید توده یا برآمدگی را در خانه با یکی از این روش‌ها اندازه بگیرید:
- ✓ متر یا خط کش را روی بلندترین قسمت توده قرار دهید و اندازه آن را یادداشت کنید.
- ✓ از توده عکس بگیرید (سعی کنید از همان زاویه که عکس‌های قبلی گرفته شده است عکسبرداری را انجام دهید).
- ✓ اگر دسترسی به برآمدگی مشکل است، می‌توانید از دوست یا عضو خانواده کمک بگیرید.

زمان اندازه‌گیری:

- ✓ بهتر است ماهی یک بار توده را اندازه بگیرید.
- ✓ سعی کنید هر بار در ساعت مشخصی از روز این کار را انجام دهید.
- ✓ می‌توانید یادآور روی تقویم بگذارید یا هشدار ماهانه تنظیم کنید.
- ✓ اگر بین دو اندازه‌گیری تغییر محسوسی دیدید، حتماً آن را ثبت کنید – لازم نیست تا ماه بعد صبر کنید.

در صورت مشاهده تغییرات به پزشک مراجعه کنید، هر تغییر جدید یا غیرعادی را به پزشک خود نشان دهید. سعی کنید در توصیف علائم از عبارات مشخص استفاده کنید، مثلاً: "توده جدید" / "در حال بزرگ شدن" / "به سرعت رشد کرده" (اگر اینطور است). توصیف دقیق علائم به پزشک کمک می‌کند بیماری شما را بهتر درک کرده و تشخیص دقیق‌تری ارائه دهد.

تغییراتی که باید به آنها توجه کنید:

از نظر ظاهری:

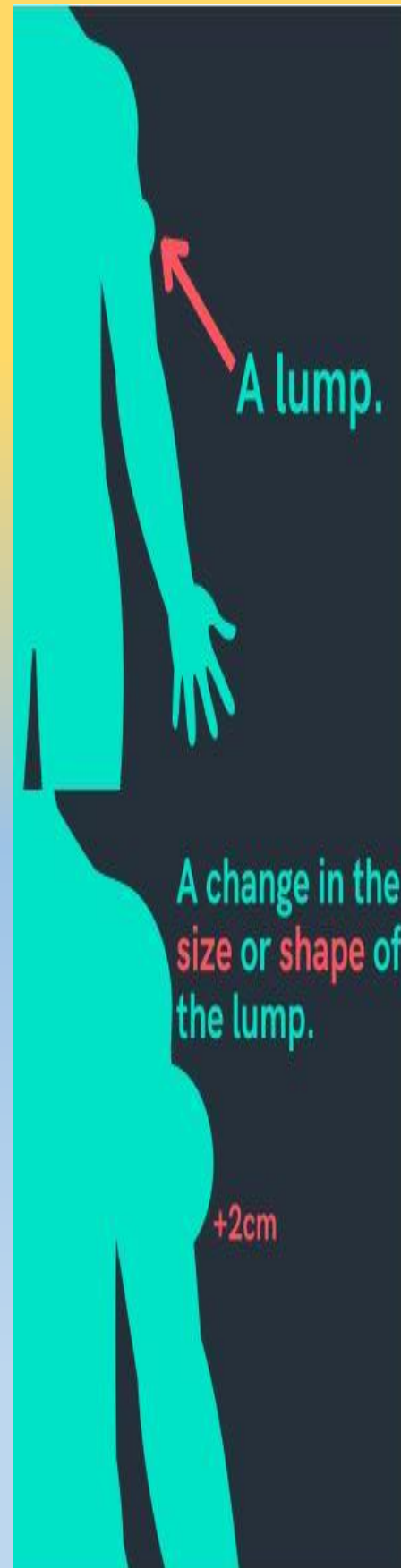
- ✓ افزایش اندازه توده (بزرگتر شدن محسوس)
- ✓ تغییر شکل توده (نامنظم شدن حاشیه‌ها)
- ✓ تغییر رنگ پوست روی توده (قرمز شدن یا تیره شدن)

از نظر لمسی:

- ✓ سفت شدن توده
- ✓ دردناک شدن توده (به خصوص درد مداوم)
- ✓ حساسیت به لمس
- ✓ توده‌ای که در عمق بافت باشد.

سایر تغییرات مهم:

- ✓ توده‌ای که قبلاً نرم بوده و حالا سفت شده است.
- ✓ توده‌ای که قبلاً حرکت می‌کرده و حالا ثابت شده است.
- ✓ توده‌ای که همراه با تب یا کاهش وزن بی دلیل باشد.



برای تهیه این مطلب از محتوای آموزشی موجود در وبسایت انجمن‌های علمی معتبر و فعال در زمینه سرطان و سارکوما استفاده شده است.

- i. <https://sarcoma.org.uk/>
- ii. <https://curesarcoma.org/>
- iii. <https://www.sarcoma-patients.org/>
- iv. <https://www.nhs.uk/conditions/soft-tissue-sarcoma/>
- v. <https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/sarcoma>
- vi. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/sarcoma>

