



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اراک  
معاونت بهداشت



انجمن حمایت از بیماران مبتلا به سرطان  
استان مرکزی (تبسم)



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی  
دقتربانه‌های غیرواکسین/ اداره سرطان  
دقتربانه‌های مراقبتی سلامت

سرطان قابل پیشگیری و درمان است؛ با خودمراقبتی و امید

# پیشگیری از سرطان؛ عفونت‌ها



**انجمن حمایت از بیماران مبتلا به سرطان استان مرکزی (تبسم)**

آدرس: اراک، انتهای خ شهید رجایی (ملک)، بلوار شهید قدوسی،  
کوچه مشتاقی، پلاک ۳۵۶۸      تلفن: ۰۸۶-۳۴۱۲۰۶۱-۲

## پیشگیری از سرطان؛ عفونت‌ها

شاید بیراه نباشد اگر بگوییم: «عفونت‌ها قابل پیشگیری‌ترین دلایل ایجاد سرطان در دنیا هستند» چرا که در کشورهای در حال توسعه علت ایجاد یک چهارم سرطان‌ها و همچنین علت یک چهارم مرگ‌های ناشی از سرطان‌ها هستند. بنابراین واضح است که با پیشگیری یا درمان بعضی از عفونت‌ها می‌توان از ابتلا به بعضی از سرطان‌ها جلوگیری کرد.

دو میلیون مورد از سرطان‌ها در سطح جهان ناشی از عفونت‌ها هستند که اغلب هم در کشورهای در حال توسعه رخ می‌دهند (سه برابر بیشتر) و نکته جالب تر اینکه در بیش از نیمی از موارد، افراد کمتر از ۵۰ سال را مبتلا می‌کنند.

### شایع‌ترین عوامل عفونی ایجادکننده سرطان کدامند؟

چهار نوع عامل عفونی اصلی که علت بسیاری از این سرطان‌ها شناخته شده‌اند، عبارتند از:

- ویروس پاپیلوم انسانی (HPV)
- باکتری هلیکوباکتر پیلوری (HP)
- ویروس هپاتیت B (HBV)
- ویروس هپاتیت C (HCV)

### شایع‌ترین سرطان‌های ناشی از عوامل عفونی

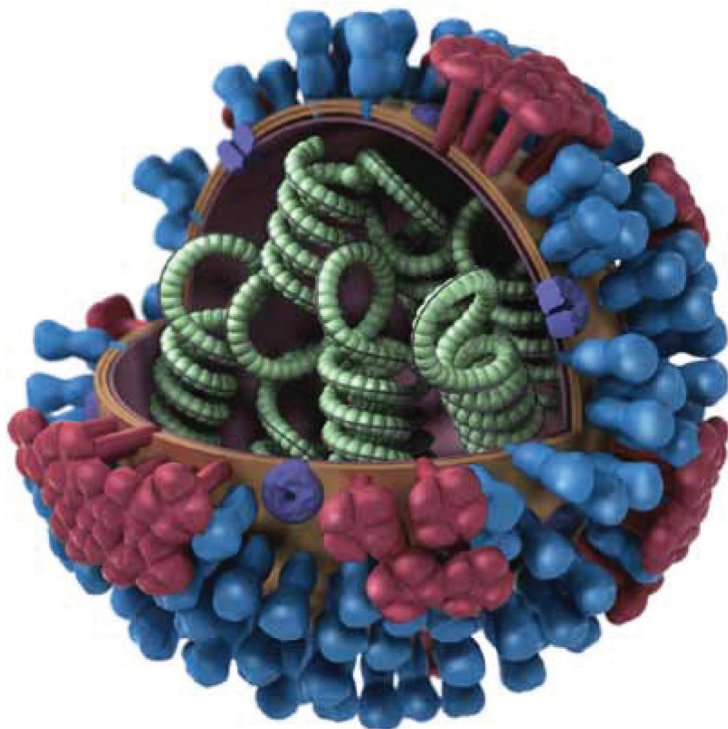
شایع‌ترین سرطان‌هایی که در اثر عوامل عفونی ایجاد می‌شوند، عبارتند از:

- سرطان دهانه رحم که به علت عفونت با پاپیلوما ویروس انسانی ایجاد می‌گردد.
- سرطان معده که مرتبط با عفونت هلیکوباکتر پیلوری است (باکتری خاصی که در pH اسیدی معده می‌تواند زندگی کند)
- سرطان کبد که مرتبط با هپاتیت B و C است.

### راه‌کارهای ساده برای محافظت در برابر عوامل عفونی

اما چه کنیم که به این عفونت‌ها دچار نشویم یا به موقع آنها را درمان کنیم. توصیه‌های کلی عبارتند از:

- توجه به اصول بهداشت فردی و عمومی
- انجام واکسیناسیون به موقع
- رعایت اصول ایمنی تزریق
- مصرف درست و به جای آنتی‌بیوتیک‌های تجویز شده توسط پزشک



## ویروس‌ها و نقش آنها در ایجاد سرطان

از آنجا که در میان عوامل عفونی، نقش ویروس‌ها مهم‌تر است، بهتر است با عملکرد آنها آشنا شویم. ویروس‌هایی که نقش آنها در ایجاد سرطان شناخته شده است، اغلب منجر به عفونت‌های پایدار و طولانی مدت در انسان می‌شوند. افراد از نظر حساسیت ژنتیکی و پاسخ ایمنی به ویروس‌ها با یکدیگر فرق دارند و این امر باعث تفاوت در مقدار تکثیر ویروس و گرایش بافتی در فرد میزبان می‌شود.

در واقع ویروس‌ها برای ایجاد عفونت‌های پایدار، باید از دید سیستم ایمنی میزبان که عفونت را حذف می‌کند، پنهان بمانند. اگر میزبان دچار اختلال سیستم ایمنی باشد، علاوه بر فراهم آمدن فرصت برای تکثیر ویروس‌ها و ایجاد عفونت پایدار، سلول‌های سرطانی نیز ممکن است تکثیر یافته و از کنترل دستگاه ایمنی میزبان خارج شوند.

اکثر ویروس‌های ایجادکننده تومور معمولاً به بافت خاصی گرایش دارند که احتمالاً به علت وجود گیرنده‌های ویروسی در سطح برخی از سلول‌ها و یا فاکتورهای داخل

سلولی برای بیان ژن های ویروسی است. به عنوان مثال، ویروس هپاتیت B و C در کبد و هریس ویروس با سرطان بینی و سرطان گلو در ارتباط هستند. البته همه عفونت های ویروسی منجر به سرطان نمی شوند. مثلا آدنو ویروس ها گروه بزرگی از ویروس ها هستند که به مقدار فراوان در طبیعت پراکنده هستند و معمولا انسان را آلوده کرده و موجب بیماری های حاد خفیف در مجاری تنفسی و گوارشی می شوند اما به عنوان عامل مولد سرطان در انسان شناخته نشده اند.

شناخت عوامل عفونی و توجه به نکات بهداشتی، یکی از بهترین روش های پیشگیری از سرطان است. حال بیابید نگاهی به روش های اختصاصی پیشگیری و درمان این عفونت ها داشته باشیم:

ویروس پاپیلوم انسانی



## ویروس پاپیلوم انسانی (HPV)

ویروس HPV رایج ترین عفونتی است که از طریق آمیزش جنسی انتقال می یابد. در نقاط مختلف دنیا، میزان آلودگی به انواع شایع این ویروس در افراد سالم، از ۵ تا ۴۰ درصد متفاوت است. این عفونت، در بسیاری از زنانی که دچار آن هستند در نهایت برطرف می شود اما در برخی از آنها عفونت به صورت دائمی (طولانی مدت) در می آید که این عفونت دائمی یکی از عوامل خطر ایجاد سرطان گردن رحم است.

### واکسن HPV چیست؟

از آنجا که عفونت دائمی HPV برای آغاز فرایند سرطان گردن رحم لازم است، این واکسیناسیون پس از آن که شخصی از طریق آمیزش جنسی در معرض این ویروس قرار گرفت، از ایجاد عفونت دائمی جلوگیری می کند. این واکسن به پیشگیری از اکثر موارد سرطان گردن رحم و ضایعات پیش سرطانی در گردن رحم و همچنین بروز ۹۰ درصد از موارد زگیل های تناسلی کمک می کند. در حال حاضر بیش از ۴۰ کشور دنیا برنامه ملی واکسیناسیون HPV را دارند و اغلب این برنامه را برای دختران در سنین ۹ تا ۲۶ سالگی در سه نوبت و در طی ۶ ماه انجام می دهند.



### این واکسن تا چه اندازه مؤثر است؟

این واکسن در پیشگیری از ضایعات پیش سرطانی گردن رحم بسیار مؤثر است البته با این فرض که افراد پیش از واکسیناسیون دچار عفونت دائمی HPV نباشند. ارتباط بسیار قوی و شناخته شده‌ای بین عفونت دائمی HPV، تشکیل ضایعات پیش سرطانی گردن رحم و سرطان گردن رحم وجود دارد.

### آیا این واکسن فوراً عمل می‌کند؟ تا چه مدت تأثیر آن باقی می‌ماند؟

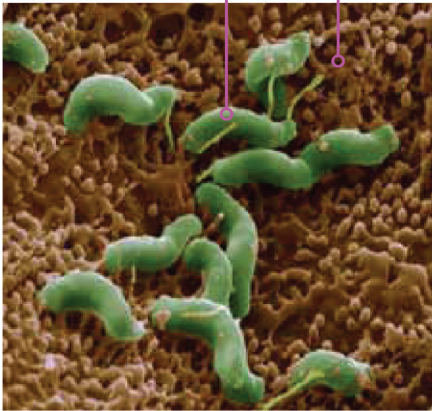
این واکسن در پیشگیری عفونت دائمی HPV بسیار مؤثر است، به شرط آن که شخص از قبل دچار عفونت با این ویروس نشده باشد. توجه به این نکته اهمیت دارد که این واکسن عفونت HPV که پیش از واکسیناسیون وجود داشته باشد را برطرف نمی‌سازد. با انجام واکسیناسیون، ایمنی در برابر ایجاد عفونت، دست کم ۳ تا ۵ سال و شاید برای مدت بسیار طولانی تری باقی بماند.

□ در کنار استفاده از واکسن HPV، دوری از رفتارهای پر خطر جنسی می‌تواند از ابتلا به سرطان دهانه رحم ناشی از ابتلا به پاپیلوما ویروس جلوگیری کند.

## باکتری هلیکوباکتر پیلوری (HP)

باکتری هلیکوباکتر پیلوری

یافت معده



باکتری هلیکوباکتر پیلوری علت اولیه زخم معده و التهاب معده است. باکتری هلیکوباکتر پیلوری می‌تواند در ابتلا به سرطان معده نقش داشته باشد. درمان عفونت معده ناشی از باکتری هلیکوباکتر پیلوری می‌تواند از بروز نوع خاصی از سرطان معده جلوگیری کند. البته بسیاری از عفونت‌ها علامتی دارند و نه به سرطان ختم می‌شوند.

میزان عفونت به این باکتری در افراد سالم و در نقاط مختلف ایران بیش از ۷۰ درصد است و حتی کودکان با سن کم نیز به این باکتری آلوده هستند که شاید توجه کننده بروز بالای سرطان معده در ایران باشد.



برای پیشگیری از ابتلا به این باکتری باید بدانیم که این باکتری چگونه منتقل می شود. این باکتری، در بین انسان‌ها از طریق دهانی - دهانی یا دهانی - مدفوعی منتقل می شود. این میکروب در بزاق و مدفوع وجود دارد و به ویژه ممکن است از راه غذا یا آب آلوده منتقل شود. کودکانی که در کشورهای توسعه نیافته زندگی می کنند معمولاً به دنبال استفاده از آب چشمه‌ها، رودخانه‌ها و یا مصرف سبزیجات و مواد غذایی آلوده مبتلا می شوند.

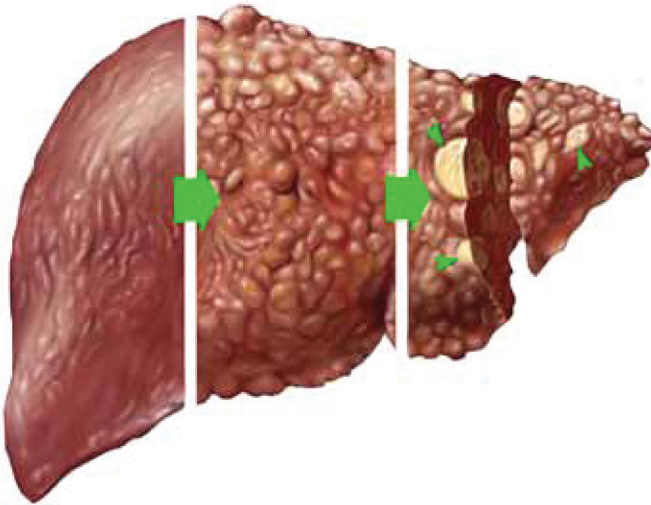
ابتلا به عفونت با شرایط اجتماعی اقتصادی نیز مرتبط است. زندگی در مکان‌های پر جمعیت و تماس نزدیک بین افراد باعث انتقال عفونت به ویژه در کودکان می شود. استفراغ، بزاق و مدفوع منابع بالقوه برای انتقال مستقیم به ویژه در خانه‌های پر جمعیت هستند. سایر روش‌های انتقال، شامل استفاده مشترک از وسایل شخصی است. در برخی کشورها بهبود وضعیت اقتصادی اجتماعی با کاهش پیشرونده در میزان عفونت هلیکوباکتری پیلوری همراه بوده است.

عکس‌ها ترتیبی بوده و مربوط به کشورهای آفریقا و هندوستان است.



کبد یکی از بزرگ‌ترین اندام‌های بدن است. کبد در سمت راست بالای شکم، پشت دنده‌ها قرار گرفته است. کبد وظایف مهمی برعهده دارد که از جمله آنها می‌توان به این موارد اشاره کرد:

- تصفیه مواد مضر از خون که این مواد از طریق مدفوع و ادرار از بدن خارج می‌شوند.
- تولید صفرا برای کمک به گوارش چربی‌های غذا
- ذخیره گلیکوژن (قند)، ماده‌ای که بدن از آن برای ایجاد انرژی استفاده می‌کند.



تشخیص و درمان زودهنگام سرطان کبد باعث کاهش احتمال مرگ ناشی از این نوع سرطان می‌شود. هپاتیت نوعی بیماری است که منجر به التهاب (تورم) کبد می‌شود. آسیب طولانی‌مدت به بافت کبد احتمال ابتلا به سرطان کبد را افزایش می‌دهد. هپاتیت را به‌طور معمول گروهی از ویروس‌ها به نام ویروس‌های هپاتیت ایجاد می‌کنند.

ویروس‌های هپاتیت B و C از علل عمده سرطان کبد در دنیا هستند. این ویروس‌ها از طریق تزریق خون، داروهای تزریقی و فعالیت جنسی منتقل می‌شوند. واکسیناسیون بر علیه هپاتیت B می‌تواند از ابتلا به سرطان کبد جلوگیری کند.

هیپاتیت B در اثر تماس با خون، مایع منی یا مایعات دیگر بدن فرد مبتلا به ویروس هیپاتیت B به وجود می‌آید. این عفونت بسیار وخیم است و به کبد آسیب وارد می‌کند و این آسیب گاه منجر به سرطان می‌شود. هیپاتیت C نیز به کبد صدمه وارد می‌کند و منجر به سرطان می‌شود. در بیشتر افراد مبتلا به هیپاتیت C سیروز کبد به وجود می‌آید.

بانک‌های خون، همهٔ خون‌های اهدایی را از نظر ابتلا به هیپاتیت B و C آزمایش می‌کنند که این امر، به طور قابل ملاحظه‌ای خطر ابتلای فرد به این ویروس، از طریق تزریق خون را کاهش می‌دهد. علاوه بر توجه به عدم آلودگی محصولات خونی به این ویروس‌ها، مهمترین شیوه‌ها برای پیشگیری از عفونت با ویروس‌های هیپاتیت B و C، رعایت بهداشت فردی در تماس‌های جنسی و عدم استفاده از سرنگ‌های آلوده است.

### آفلاتوکسین



آفلاتوکسین سم ناشی از قارچی است که روی مواد غذایی نظیر حبوبات، آجیل و نان که به درستی نگهداری نشده‌اند، رشد می‌کند. افراد ممکن است از طریق مصرف گوشت قرمز یا محصولات لبنی حاصل از حیواناتی که غذای آلوده مصرف کرده‌اند، در معرض آفلاتوکسین قرار بگیرند. خطر ابتلا به سرطان کبد به دلیل مصرف غذاهای آلوده به آفلاتوکسین افزایش می‌یابد.