وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

دفتر آموزش و ارتقای سلامت
مرکز روابط عمومی و اطلاع رسانی / شورای فرهنگی
دفتر بیماری های غیرواگیر / اداره سرطان

سرطان قابل پیشگیری و درمان است ؛ با خودمراقبتی و امید

سرطان و باورهای نادرست

سرطان و باورهای نادرست

سرطان و باورهای نادرست

هر اندازه که موضوعی در نزد مردم ناشـــناخته باشد، تلقی جادویی و رمزآلود بودن آن بیشـــتر خواهد شد. ســـرطان یکی از این موضوعات اســـت. باورهای نادرست تنها یک تلقی نادرست نیستند که در ذهن انسان ها بمانند بلکه بر جهت گیری آنها در زندگی اثر می گذارند. در موضوع سلامت این جهت گیری های نادرست از آن جهت مهم می شوند که بر مهم ترین موضوع زندگی یعنی بودن یا نبودن تاثیرگذارند بنابراین لزوم تغییر این باورهای نادرست اساسی تر از هر باور نادرست دیگری است.
ســـرطان، ســـال ها به عنوان عامل اجتناب ناپذیر مرگ تلقی می شـــده بنابراین چندان عجیب نیســـت که باورهای نادرســـت درباره آن زیاد باشـــد. در این مجموعه مهمترین باورهای ناردست درباره سرطان بیان می شود.

۱. درمان قطعی ســـرطان کشف شده است، ولی شـــرکت های بزرگ داروسازی اجازه نمی دهند که این درمان به کار رود!

هـــر از گاهـــی چنیـــن مطالبی بخصـــوص در فضای مجازی انتشـــار می یابد. اطمینان داشته باشـــید که چنین چیزی صحت ندارد. بسیاری از پزشـــکان، صاحبان شـــرکت های دارویی و افراد مشهور و پرنفوذ دنیا بر اثر سرطان جان خود را از دست داده اند. اگر چنین درمانی وجود می داشت قطعاً اینگونه افراد از آن بهره می جستند.

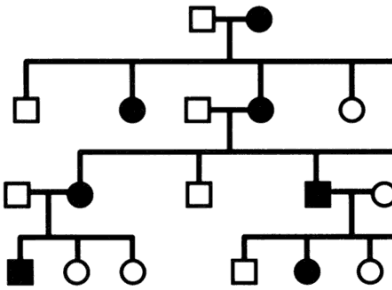
۲. آیا بیمار مبتلا به سرطان، سرنوشت غم انگیز محتومی دارد؟

بیماری ســـرطان، بیماری دشـــوار و پیچیده ای است چه از منظر فرد مبتلا و خانواده و چه از منظر پزشکان و بخش سلامت. اما با پیشرفت های صورت گرفته در دانش پزشکی امروزه دست کم نیمی از سرطان ها بهبود می یابند و بسیاری دیگر از موارد باقی مانده نیز طول عمری طولانی خواهند داشت. همین تغییر در دیدگاه باعث می شود یک بیمار مبتلا به سرطان از پیش باخته نباشد.
میزان بقای بیماران مبتلا به ســـرطان بیش از هر چیز به نوع ســـرطان و مرحله بیماری بستگی دارد.

۳. آیا سرطان یک بیماری مُسری است؟

به عنوان یک اصل کلی بیماری سرطان، بیماری قابل انتقالی نیست بنابراین لزومی ندارد از یک بیمار مبتلا به سرطان دوری کنیم. البته برخی از عوامل ایجادکننده سرطان از دسته عوامل عفونی هستند مانند نقشی که برخی عوامل عفونی در ایجاد سرطان های معده، گردن رحم و کبد دارند و به شیوه هایی می توانند انتقال یابند. ولی خود بیماری سرطان انتقال نمی یابد.

۴. آیا ارث می تواند علت ایجاد سرطان باشد؟



تنها تعداد اندکی از انواع سرطان می تواند ارثی باشد. شاید در برخی خانواده ها امکان بروز یک نوع سرطان بیش از معمول باشد اما چیزی که بیش از عوامل ارثی مهم است شیوه زندگی نامناسب مانند مصرف سیگار، عوامل تغذیه ای و محیطی است.

۵. آیا سرطان می تواند به وسیله ضربه یا تصادف ایجاد شود؟

گاهی اوقات یک ضربه سبب می شود توجه ما به توده یا نقطه ای از بدن جلب شود اما به این معنی نیست که آن ضربه این بیماری را ایجاد کرده است.

۶. آیا عمل جراحی باعث پخش شدن سرطان در بدن می شود؟

نمونه برداری اساسی ترین راه تشخیص بیماری و جراحی یکی از مهم ترین روش های درمان بیماری سرطان است و سبب انتشار بیماری نمی شود. گاهی که نمونه برداری احتمال آلوده شدن نواحی نزدیک تومور را زیاد می کند پزشکان تمهیداتی را به خرج می دهند که از پخش شدن بیماری جلوگیری کنند.

۷. آیا اطلاع داشتن از بیماری سبب بدتر شدن بیماری می شود؟

اصل مهمی که درباره اطلاع داشتن از بیماری اهمیت دارد این است که میزان نیاز بیماران به دانستن متفاوت است. بنابراین باید با هر بیمار بر اساس نیازها و خواسته هایش برخورد کرد. باید دانسته های قبلی بیمار را سنجید و هر اندازه که علاقه مند بود به او اطلاعات را منتقل کرد. در ایران نیز مانند دیگر نقاط جهان، بیش از دو سوم بیماران مبتلا به سرطان دوست دارند تشخیص خود را بدانند و درباره شیوه های درمانی خود مطلع گردند. دیده شده است که بیمارانی که از سرطان خود آگاهند، با بیماری خود بهتر کنار می آیند، درمان ها را بهتر پیگیری می کنند و به جز در دوره کوتاه پس از تشخیص بیماری، وضعیت روانی بهتری دارند.

۸. آیا با انجام رادیوتراپی و شیمی درمانی برای یک بیمار، ضرری متوجه اطرافیان می شود؟

شیمی درمانی و رادیوتراپی یکی از شیوه های درمان بیماری است و بیماری که با این روش ها درمان می شود ضرری را متوجه اطرافیان نمی کند و از قضا اگر اطرافیان فرد مبتلا به سرطان، دچار بیماری حاد عفونی باشند می توانند در دوره ای که بیمار مبتلا به سرطان در حال شیمی درمانی است او را در معرض خطر بیماری عفونی قرار دهند و باید از او دوری کنند.

۹. آیا استفاده از دئودورانت و ضدعرق صابونی، مایع و یا اسپری سبب ابتلا به سرطان می شود؟

برخی معتقدند که این مواد آرایشی بهداشتی به دلیل اینکه حاوی مواد سمی نظیر آلومینیوم هستند و این مواد از پوست جذب می شوند، می توانند سبب بروز سرطان شوند. ولی تا کنون هیچ مطالعه و تحقیقی این مسأله را نشان نداده است و مجموعه اطلاعات حال حاضر بیان کنندهٔ این مطلب است که مصرف این مواد ارتباطی به بروز سرطان ندارد.

۱۰. آیا استفاده از ظروف و بسته بندی های پلاستیکی در مایکروفر سبب بروز سرطان می شود؟

حقیقت این است که استفاده از ظروف پلاستیکی که برای استفاده در مایکروفر طراحی و ساخته شده اند خطری ندارد. ولی استفاده از ظروف پلاستیکی معمولی (که برای استفاده در مایکروفر ساخته نشده اند) برای گرم کردن غذا در مایکروفر سبب آب شدن پلاستیک و نشت یکسری مواد شیمیایی در غذا می شود که ممکن است سرطانزا باشند. برای پخت و پز در مایکروفر حتماً باید از ظروف مخصوص این کار استفاده کنید.

۱۱.آیا بیماران دچار سرطان باید از مصرف شکر خودداری کنند؟

سلول های سرطانی مانند سایر سلول های بدن انرژی مورد نیاز خود را از قند داخل خون تأمین می کنند، لذا برخی تصور می کنند مصرف شکر ممکن است سبب رشد سریع تر سرطان شود. این موضوع صحیح نیست. مصرف شکر سبب رشد سریع تر سرطان نمی شود. از طرف دیگر، عدم استفاده از شکر نیز سبب کاهش سرعت رشد سلول های سرطانی نخواهد شد.

۱۲.آیا مردمان خوب و درست کار سرطان نمی گیرند؟

بسیاری از بیماران مبتلا به سرطان تصور می کنند سرطان عقوبت گناهی است که در گذشته مرتکب شده اند. این موضوع صحیح نیست. اگر اینطور باشد، چرا کودکان کم سن مبتلا به سرطان می شوند. انسان های درست کار نیز همانند انسان های گناه کار ممکن است به سرطان مبتلا شوند. سرطان مانند تمام بیماری های مزمن فقط یک بیماری است و فرد بیمار در ابتلای به آن تقصیری ندارد. ممکن است عادت ها و شیوه زندگی ما از جمله تنش ها و اضطراب ها و رقابت های ناسالم به این دلیل که سیستم دفاعی بدن ما را ضعیف می کنند، در ابتلا به سرطان نقش داشته باشد اما در نهایت سرطان فقط یک بیماری است نه یک عقوبت.

۱۳.آیا سرطان همیشه با درد همراه است؟

درد جزیی از بیماری سـرطان نیسـت. درد سـرطان و درمان آن خود سر منشاء تصورات نادرست بسیاری است که اکنون برخی از آنها را بر می شماریم:

- درد جزیی از سـرطان نیست و در بیشتر موارد می توان درد سرطان را با درمان درست بهبود بخشـید. وقتی درد سـرطان درمان نشود ممکن اسـت دچار اضطراب، افسردگی و بی خوابی شـوید ولی با درمان درد، کیفیت زندگی بالاتری دارید، از زندگی لذت می برید و می توانید درمان های معمول را بهتر تحمل کنید.
- مصرف مواد اپیوییدی (مشـتقات تریاک) پزشـکی، اعتیاد آور نیست به شرطی که با تجویز پزشک باشد و برای درمان درد به کار رود. برخی بیماران برای بهبود درد نیاز به دوز بیشتری از مواد اپیوییدی دارند و این به معنای وابستگی نیست.
- از درد نترسید، چرا که ترس از درد، درد را افزایش می دهد. درباره درد حرف بزنید، پنهان نکنید یا تحمل نکنید. برخی درد را تحمل می کنند به این دلیل که:

- ✓ تحمـل درد را بر اسـاس فرهنگ یـا اعتقادات خود فضیلت می شمارند
- ✓ گمان می کنند درد جزیی از بیماری است و اگر مهم بود پزشک خودش از آنها سوال می کرد
- ✓ گمـان می کنند در مورد نحـوه درمان درد حق انتخاب یا اظهار نظر ندارند
- ✓ می گوینـد نمی خواهیم داروهای شـیمیایی مصرف کنیم یا نمی خواهیم به بدن خود آسـیب بزنیم
- ✓ گمان می کنند که به داروهای ضد درد وابسته می شوند
- ✓ گمان می کنند اگـر بگویند درد دارند یا داروی ضـد درد بگیرند یعنی پذیرفتـن اینکه به روزهای آخر زندگی خود نزدیک شده اند
- ✓ گمـان می کنند اگر حالا که آنقـدر درد ندارند، دارو بخورند، بعدها که واقعاً درد شـدیدی داشتند داروها موثر نخواهد بود.

و کلام پایانی اینکه:

برای اینکه مغلوب حریف خود نشوید باید اول خود و سپس او را درست بشناسید. آگاهی خود را درباره سرطان افزایش دهید و باورهای غلط خود را تغییر دهید تا پیروز شوید و در این راه به دیگران نیز یاری رسانید تا بیشتر بدانند. برای دستیابی به رستگاری، دانستن حق همه ماست و رهایی از باورهای نادرست وظیفه ای همگانی.