

ما هو السرطان ؟

السرطان ه مجموعة من الأمراض المختلفة تحدث بسبب وجود خلايا غير طبيعية تنقسم بدون تحكم وقادرة للانتشار الي بقية أعضاء الجسم

الفرق بين الورم الحميد والورم السرطاني

الورم الحميد	الورم السرطاني
عاده يكون كتله واحده محدده	عاده يكون كتله متفرع وغير محدده
الشكل الخارجي للورم يكون دائري او بيضاوي	الشكل الخارجي غير منتظم ومتفاوت
لا توجد عوارض جانبية له	يصاحبه عوارض جانبية
بطيء النمو	سريع النمو
غالبا يحاط بغشاء خارج الورم	غير محاط بغشاء خارج الورم
ليس لديه القدره علي الانتشار	لديه القدره علي الانتشار
غالبا لا يحدث ارتجاع للورم بعد استصاله	قد يحدث ارتجاع للورم بعد استصاله
غالبا لا يسبب الوفاه	يسبب الوفاه

الأعراض الشائعة للسرطان وقد تستدعي مراجعة طبيبك

- ظهور تكتل أو تورم في أي مكان في الجسم.
- تغيرات في الهضم إمساك أو إسهال مستمر وتغير في الوزن غير مفسر وشديد
- صعوبة في البلع أو الهضم.
- نزيف غير عادي أو اختلاف بالدورة الشهرية عند المرأة من دون سبب.
- تغير ملحوظ في الشامات أو الزوائد اللحمية.
- سعال مزعج ومستمر أو تغير بالصوت.
- جرح أو تقرح دائم لا يلتئم

نصائح لتقليل معدل الإصابة بالسرطان:

- الإقلاع عن التدخين.
- تجنّب السمنة والمحافظة على الوزن الطبيعي .
- تجنّب التعرض لأشعة الشمس الضاره لفترات طويلة.
- تناول الفواكه والخضروات والغذاء الصحي الغني بالألياف.
- ممارسة الرياضة بانتظام.
- استشارة الطبيب عند حدوث أي تغيرات غير طبيعية في الجسم