

# بولتن روزانه

روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی و  
خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

گزیده اخبار خبرگزاریها، روزنامه ها، سایت های اطلاع رسانی و دولت



بهداشتی  
شهید بهشتی  
روابط عمومی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی



## عناوین اخبار

### خبرگزاری های داخلی

تسنیم: بی توجهی به بخش خصوصی، بی توجهی به اصل ۴۴ است / سپردن کارها به مردم بازار رقابتی ایجاد می کند

واحد مرکزی خبر: معرفی دستگاه های برتر استان تهران

### سایت خبری و اطلاع رسانی

نور نیوز: پارازیت، گردوخاک و غذاهای آلوده سرطان می آورند؟ نایب رییس انجمن سرطان پاسخ می دهد



## پارازیت، گردو خاک و غذاهای آلوده سرطان می آورند؟ نایب رییس انجمن سرطان پاسخ می

دهد

نایب رییس انجمن سرطان ایران می گوید: روزبه روز به تعداد بیماران سرطانی ما اضافه خواهد شد اما هنرمان باید این باشد که منحنی مربوط به مرگ و میر را پایین بیاوریم.

سرطان، واژه ای که بیشتر ما حتی نمی خواهیم به آن فکر کنیم، کاری به خوشایند یا ناخوشایند بودنش برای ما ندارد، در بدن افراد برای خودش جا باز می کند و تبدیل به مهمانی می شود که اگر از آن غفلت کنیم، دردسرساز می شود. اما چطور می شود کاری کرد که این بیماری غافلگیرمان نکند؟ چطور می شود آن را مهار کرد و با آن کنار آمد؟ کدام نوع سرطان ها بیشتر در کمین افراد جامعه ما هستند؟ کدام انواع آن بیشتر مردان را درگیر می کنند و کدام بیشتر زنان را؟ شرایط درمان این بیماری در کشورمان چگونه است؟ هشدارهایی که درباره مواد سرطان زا داده می شود تا چه حد جدی هستند و تعدادی از سوالات زیادی که در این رابطه وجود دارد را از عبدالله فضلعلی زاده، نایب رییس انجمن سرطان ایران و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی پرسیدیم.

مشروح این گفت و گو را می خوانید؛

موج ابتلا به سرطان در ایران، افزایش نگران کننده بیماران سرطانی در کشور، اپیدمی شدن سرطان در ایران و جمله هایی از این قبیل، بسیاری از مردم را نگران کرده است. شما به عنوان نایب رییس انجمن سرطان ایران و متخصصی که سال هاست در این زمینه فعالیت دارید بگویید چقدر باید نگران ابتلا به این بیماری باشیم؟ باید این را بگوییم که سرطان در تمام جوامع بشری رو به رشد است و مختص ایران نیست. دلایل زیادی هم برای افزایش این بیماری وجود دارد از جمله افزایش جمعیت، استفاده از تکنولوژی های مدرن، رژیم های غذایی و بسیاری از موارد دیگر. در ایران هم در ثبت سرطان موفق بوده ایم و در حال ثبت این آمار هستیم و بر اساس این آمار ثبت شده اختلاف زیادی با کشورهای دیگر دنیا از نظر میزان ابتلا نداریم و طوری نیست که بگوییم در ایران وضعیت خیلی نگران کننده تر از کشورهای دیگر است، تنها موردی که باید به آن اشاره کنم در مورد سرطان سینه در زنان و سن ابتلای آنهاست که در زن های ایرانی این سن پایین تر است. در بقیه سرطان ها در یک جایگاه مساوی

چرا سن ابتلای سرطان سینه در زنان ایرانی پایین تر است؟

این مورد برای خود ما هم علامت سوال است و دقیقا نمی دانیم چرا اینطور است اما در حال جستجوی علت آن هستیم. باید ببینیم این اتفاق چرا در حال رخ دادن است؛ به دلیل چاقی زنان ایرانی و کم تحرکی آنهاست یا رژیم غذایی، استرس هایی که دارند، مصرف هورمون در سنین جوانی، بارداری های متعدد یا فاکتورهای دیگری که باید در نظر گرفته و بررسی شوند.

پس شما می گوئید به جز سرطان سینه که سن ابتلای آن در زنان ایرانی پایین تر از سایر کشورهاست، در بقیه سرطان ها مانند سایر کشورها هستیم و جای نگرانی زیادی نیست.

بینید، این درست است که از نظر آمار سرطان مانند کشورهای دیگر هستیم اما نگرانی که وجود دارد درباره سن جوان جمعیت ماست. یکی از علل عمده ایجاد سرطان، پیشرفت سن است. هرچه سن بیشتر شود، شانس ابتلا به سرطان هم افزایش پیدا می کند چون جهش های سلولی بیشتر می شود و افزایش سن می تواند یکی از علل افزایش سرطان باشد. هرم سنی جمعیت ایران را که در نظر بگیریم، در وسط هرم گروه جوانی داریم که به قسمت های بالای هرم می رسند و این خطر برایشان بیشتر خواهد شد.

چرا با افزایش سن، احتمال ابتلا به سرطان بیشتر می شود؟

سلول های طبیعی بدن انسان رشد منظمی دارند و در طول زندگی این رشد و تکثیر ادامه پیدا می کند، سلول های پیر از بین می روند و سلول های جوان جایگزین آنها می شوند. این چرخه همیشه ادامه دارد اما در مواقعی عواملی در مسیر تکثیر و تقسیم سلول ها قرار می گیرند و به آنها آسیب می رسانند که در اصطلاح به آنها عوامل سرطان زا می گوئیم. بیشترین تاثیر این عوامل در ژن ها و دی ان ای سلول خواهد بود. گاهی با تغییر در ترکیب دی ان ای و نحوه تکثیر آن، دیگر از یک روند طبیعی خارج شده و سلول های نامتعادل و غیرطبیعی است تولید می کند و وقتی عامل سرطان زا هنوز فعال است و مهار نشده، این سلول های معیوب به روند تکثیر معیوب خود ادامه می دهند و در نهایت توده ای به وجود می آورند که به آن تومور یا سرطان می گوئیم. هیچکدام از دستگاه های بدن مصون از ایجاد سرطان نیستند و همه سلول ها در مسیر این عوامل سرطان زا قرار می گیرند. خوشبختانه ما در مقابل عوامل سرطان زایی که به تعداد فوق العاده زیاد در محیط زندگی مان داریم، از ژنتیک گرفته تا عوامل محیطی، یکسری امکانات جلوگیری کننده از روند نابسامان این سلول ها را داریم و بسیاری از این سلول ها در همان مراحل اولیه از بین رفته و به تکثیر نامناسبشان ادامه نمی دهند، به این کار خودکشی سلولی می گویند که یکی از پدیده های شگرف در بدن انسان است و اگر نبود سرانجام همه ما مرگ با ابتلا به سرطان بود. اما وقتی این توده بدخیم ایجاد شد، از راه های مختلف شروع به پخش شدن در بدن و رشد

می‌کند. البته این انتشارها در صورتی پیش می‌آید که بیماری دیر تشخیص داده شود برای همین هم است که تاکید زیادی روی پیشگیری، غربالگری و تشخیص زودرس داریم و تاکید می‌کنیم باید به مردم آگاهی داده شود که از سرطان نترسند و در صورتی که علائمی را در بدنشان مشاهده کردند به جای فراموش کردن و غافل شدن از آن، به پزشک مراجعه کنند.

چرا حتی با این که تاکید می‌شود بسیاری از سرطان‌ها قابل درمانند اما هنوز این اسم برای مردم ترسناک و وحشت‌آفرین است؟

متأسفانه باور و برداشت مردم از سرطان همیشه مساوی با مرگ است در حالی که این تصور اشتباهی است. مردم باید بدانند ترس از بیماری دردی را دوا نمی‌کند. ترس از سرطان مانند ترس از اتاق تاریک است که وقتی افراد نترسند، داخل اتاق شوند و چراغ را روشن کنند می‌بینند که اتفاق وحشتناکی قرار نبوده بیفتد، درباره سرطان هم وقتی افراد شناخت داشته باشند و از همان ابتدا که متوجه علائمی شدند برای درمان مراجعه کنند می‌بینند که در بیشتر موارد این بیماری قابل درمان است و اتفاق وحشتناکی نیست.

به دو عامل ژنتیک و عوامل محیطی اشاره کردید. نقش کدامیک در ابتلا به سرطان پررنگ‌تر است؟ نقش ژنتیک در بیشتر سرطان‌ها شناخته شده است و می‌توان ریسک ابتلا را در یک خانواده که فردی از آنها دچار بوده شناسایی کرد و اقدامات پیشگیرانه انجام داد اما در عین حال تاثیر عوامل محیطی را هم نمی‌توان نادیده گرفت.

این درست است که از نظر آمار سرطان مانند کشورهای دیگر هستیم اما نگرانی‌ای که در این رابطه ممکن است به وجود بیاید درباره سن جوان جمعیت ماست. مساله اینجاست که هرچه سن بیشتر شود، شانس ابتلا به سرطان هم افزایش پیدا می‌کند. هرم سنی جمعیت ایران را که در نظر بگیریم، در وسط هرم گروه جوانی داریم که به قسمت‌های بالای هرم می‌رسند و خطر ابتلا برایشان بیشتر خواهد شد.

شیوع انواع سرطان در شهرهای گوناگون متفاوت است؟ گاهی شنیده می‌شود که یک نوع خاص از سرطان در بین اهالی یک شهر بیشتر از اهالی شهرهای دیگر است. در آماری که اداره ثبت سرطان‌های وزارت بهداشت و درمان ارائه کرده و یک آنالیز سالانه به ما درباره سرطان‌ها ارائه می‌دهد، در نمونه‌های ثبت شده نوع سرطان‌ها، جنس افراد، محل زندگی و نوع کار، سن آنها و سایر مسائل تحت نظر بوده و بررسی شده است. با توجه به این که بیشترین فاکتورهای خطر ساز برای ایجاد سرطان در کلانشهرهاست میزان ابتلا به انواع سرطان را در کلانشهرها بیشتر خواهیم دید اما بعضی از سرطان‌ها خاص نواحی مخصوصی از کشور هستند. بر اساس این گزارش‌ها مشاهده شده که سرطان معده بیشتر در استان اردبیل وجود دارد یا سرطان مری در دشت گرگان و گنبدکاووس؛ اما این که چه عواملی باعث این قضیه است موردی است که پژوهشگران ما در حال بررسی روی این موضوع هستند و امیدواریم علت شناخته شود که بتوانیم پیشگیری

اخیرا هشدار داده شده که ریزگردها می توانند موجب روند افزایش سرطان حنجره و ریه در بین مردم استان های درگیر با این پدیده شوند.

این که بگوییم خود ریزگردها و ذرات گرد و غبار به تنهایی عامل بروز سرطان هستند مبنای علمی صحیحی ندارد اما فراموش نکنیم که همان ریزگردها و سایر عوامل آلوده کننده که در محیط زندگی وجود دارند می توانند فرد را مستعد ابتلا به انواع بیماری ها از جمله سرطان کنند. خود ریزگردها به تنهایی نمی توانند موجب بروز سرطان شوند اما در این که زمینه را برای بروز این بیماری فراهم کنند شکی نیست. لازم نیست موردی گفته شود حتما سرطان زا است تا از آن دوری کنیم و به فکر چاره باشیم بلکه برای زندگی در محیطی بهتر و سالمتر حتما باید تلاش کنیم. ریزگردها اگر هم که سرطان ایجاد نکنند این مسلم است که آسم، بیماری های تنفسی مزمن و بیماری قلبی ایجاد می کنند پس لازم است برای رفع آنها اقدام شود.

هشدارهایی که درباره سرطان زا بودن پارازیت ها داده می شود چقدر جدی هستند؟  
درمورد پارازیت هم هیچگونه مبنای علمی نداریم که بگوییم می تواند سرطان ایجاد کند.  
تحقیقی صورت نگرفته یا تحقیق شده و مشخص شده سرطان زا نیستند؟

تحقیقاتی انجام شده و گزارش های پراکنده ای وجود دارد اما وقتی مواردی را به عنوان علل سرطان زا بیان می کنیم که شواهد علمی قوی داشته باشیم. در این شکی نیست که این پارازیت ها یا موبایل ها یا سایر امواج ممکن است سرطان ایجاد کنند ولی مساله اینجاست که اینها در حد فرض و گمان است و کثرت جمعیت مورد مطالعه و نتایج حاصل از آن در حدی نیست که مراکز علمی را مجاب کند که آنها را به عنوان پدیده هایی با مبنای علمی به عنوان عامل سرطان زا معرفی کنند. با این حال تاکید می کنم که در خطرزا بودن آنها شکی نیست و هرچه از عواملی که خطرزا هستند دورتر باشیم سلامت خودمان را بیشتر تامین کرده ایم.

درباره سرطان زا بودن مواد غذایی آلوده هم بارها هشدار داده شده و حتی در شورای شهر هم مطرح شد که با مصرف آنها میزان سرطان در سال های آینده افزایش می یابد. آب، خاک و مواد غذایی آلوده چقدر می توانند سرطان زا باشند؟

درمورد مواد غذایی آلوده باید بگوییم زمانی بود که کودهای شیمیایی خاصی برای رشد سریع استفاده می شد و سرطان زا بودن آن کودها که جذب جسم میوه ها و سبزیجات می شد محرز بود، در آن زمان به قدری راجع به این موضوع صحبت کردیم که همه مسئولان قبول کردند که این کودهای شیمیایی باید عوض شود و خوشبختانه جایگزین شدند. از این جهت مقداری خیالمان راحت شده است اما تنها این مساله نیست، سلامت آبی که به این سبزیجات و درختان داده می شود با توجه به این که تمام فاضلاب های کارخانه ای و سایر موارد در آب های جاری وارد شده و به این محصولات می

رسند، باید جدی گرفته شود. سرب، نیکل و انواع فلزات سنگین به عنوان مواد سرطان زا شناخته شده اند. باید کاری کنند آبی که برای این محصولات به کار می رود عاری از این مواد باشد چرا که اگر فلزات سنگین را در خود داشته باشد بسیار خطرناک است. این مساله از آنجا اهمیت بیشتری پیدا می کند که ما در مساله پیشگیری از بیماری ها و سرطان، تاکید زیادی داریم که از سبزیجات و میوه ها استفاده شود اما این در شرایطی است که خود این میوه ها و سبزیجات سالم باشد و نه حاوی مواد سرطان زا. به همین دلیل این مورد باید بسیار جدی گرفته شود. قصد من ایجاد نگرانی نیست بلکه هشدار می باشد به مسئولان است که چنین مواردی را جدی بگیرند.

رده بندی وجود دارد که بدانیم شایعترین موارد سرطان در کشور ما کدامند؟

با توجه به اعداد و ارقامی که از اداره ثبت سرطان ارائه شده، چند سرطان در کشور ما بیشتر از انواع دیگر سرطان ها شیوع دارد. سرطان پوست در ردیف اول قرار دارد که نه تنها در ایران بلکه در تمام دنیا در رده اول قرار دارد، البته این سرطان از نوع کم خطرترین سرطان ها هم است چراکه پوست در معرض دید افراد است و به زودی متوجه این بیماری می شوند و درمان آن نزدیک صددرصد است. مورد دیگر سرطان سینه زنان است، سومین مورد سرطان ریه است که بیشتر در مردان وجود دارد آن هم به دلیل شغل آنها که در معادن و محیط های آلوده و صنایع بیشتر مشغول به کارند. سرطان معده هم مورد بعدی است که در کشور شیوع دارد و بعد از آن سرطان روده، سرطان سیستم عصبی، سرطان سیستم لنفاوی، سرطان پروستات و سرطان مثانه جزو سرطان های شایع کشور ما هستند که تقریبا در تمام این موارد آمار مبتلایان ما نزدیک به آمار جهانی است.

شایعترین سرطان ها به تفکیک جنس و در بین زنان و مردان هم مشخص شده اند؟

شایعترین سرطان ها در زنان سرطان سینه، سرطان دستگاه های گوارشی و سرطان های مربوط به دستگاه تناسلی زنان هستند و در مردان به ترتیب سرطان ریه، سرطان دستگاه های گوارشی و سرطان پروستات شناسایی شده اند.

حالا که این سرطان ها به عنوان شایعترین سرطان ها شناخته شده اند، اقدامی هم برای پیشگیری و تشخیص زودرس آنها انجام شده است؟

خوشبختانه در مورد سرطان های شایعی که در کشور هست، علل ایجاد کننده تا حدود زیادی شناخته شده است و می توان برنامه تشخیص زودرس و غربالگری را درمورد آنها پیاده کرد که اهمیت بسیار زیادی هم دارد؛ مثلا در مورد سرطان سینه، سرطان سینه ای که زودهنگام و به وسیله ماموگرافی تشخیص داده شود به اندازه ۹۰ درصد قابل درمان است یا سرطان پروستات در مردان هم همینطور است و می توان با غربالگری آن را تشخیص داد و اگر در مراحل اولیه تشخیص داده شود تاثیری بر زندگی فرد نخواهد داشت و قابل درمان است.

مردم چه کاری می توانند برای پیشگیری انجام دهند؟ مسئولان چه کاری باید انجام دهند؟

وظیفه هر دو گروه مشخص است و در عین حال همکاری هر دو گروه را می طلبد. مسئولان با دقت بر مواردی مانند تامین سلامت آب، خاک و مواد غذایی، تعطیلی کارخانجات آلاینده، کاهش آلودگی هوا و ریزگردها، ایجاد کلینیک های غربالگری و تشخیص زودرس و آموزش شیوه های سالم زندگی به مردم می توانند در کاهش این آمار نقش داشته باشند. مردم هم باید روش غذایی مناسبی را انتخاب کرده و سبزی و میوه جات را در رژیم غذایی شان بگنجانند، از خوردن گوشت های سودآوری شده، فرآوری شده و فست فودها اجتناب کنند، از دخانیات دوری کنند، ورزش روزانه داشته باشند و وزنشان را در اندازه مناسب نگه دارند. با این کارها مطمئن باشید مقداری به هدفمان در کاهش میزان ابتلا به سرطان نزدیکتر می شویم.

بیشترین گروهی که باید از لحاظ مراقبت و پیشگیری مورد توجه قرار بگیرند کدام گروهند؟ کودکان؟ سالمندان؟

سرطان در تمام سنین زندگی امکان بروز دارد؛ از اطفال تا افراد سالمند. هرچند ممکن است نوع سرطان در آنها تفاوت داشته باشد اما همه باید مراقبت های لازم را داشته باشند. بخشی از آن به ژنتیک مربوط است که می توان آن را زیر نظر داشت، تغییر نوع تغذیه موضوع مهم دیگری است که از خردسالی باید در نظر گرفته شود و افراد بزرگسال هم با زندگی در محیط سالم و انجام ورزش، رعایت کاهش وزن و توصیه هایی از این قبیل که انجام می شود می توانند خودشان برای خودشان ضمانتنامه ای صادر کنند که شانس ابتلا به سرطانشان کاهش پیدا کند. سرطان در کمین همه است پس باید همه گروه های سنی و همه افراد در همه جا مراقب آن باشند و پیشگیری کنند و مسئولان هم شرایط زندگی در محیط های سالم را برای مردم فراهم کنند.

باید به پدر و مادرها آموزش داد که مراقب تغذیه فرزندانشان باشند، آنها را با سوسیس و کالباس راهی مدرسه نکنند بلکه غذاهای ساده اما سالم یا میوه ها را در سبد غذایی خانواده قرار دهند. از مسئولان آموزش و پرورش هم باید خواسته شود که برنامه تغذیه در مدارس با شیر و میوه را جدی بگیرند چراکه به این ترتیب می توان بچه ها را با تغذیه های سالم آشنا کرد و نسل سالمی را پرورش داد

شما در انجمن سرطان ایران با مسئولان در تعامل هستید و نکاتی را که باید هشدار داد به آنها منتقل می کنید؟

بله در همایش سال گذشته ما از تمام نهادهایی که در تامین سلامت مردم نقش دارند دعوت کرده بودیم، شهرداری، سازمان محیط زیست، مسئولان نظام سلامت و خبرگان این رشته حضور داشتند و همه موافق بودند که این کارها باید عملی شود و توسط کمیته های متشکل از این افراد، خطرهایی که برای شهروندان وجود دارد کاهش پیدا کند.

از سال گذشته تا کنون پیگیری کرده اید که این موارد را رعایت کرده اند یا نه؟



با آنها ارتباط داریم اما نمی توانم بگویم از سال گذشته تا الان چه اتفاق های مثرثمری افتاده است چون بسیاری از این مسائل زمان بر است و بیشتر از یک سال و دو سال طول می کشد. در عین حال تصمیم داریم امسال هم همایش سالانه مان را با همان موضوعات داشته باشیم و پیگیری کنیم که حرف های سال گذشته به کجا رسید و کمیته ها چه کارهایی انجام دادند.

از لحاظ درمان سرطان، در کشورمان با مشکلی مواجه نیستیم؟

خوشبختانه چه در تشخیص و چه در درمان همسطح کشورهای اروپایی و امریکایی هستیم. گاهی شاید کمبودهایی در عرضه دارو یا امکانات تشخیصی باشد آن هم به دلیل تحریم ها و وابستگی هایی است که وجود دارد در غیر این صورت اگر آن داروها و امکانات به ما داده شود و تحریمی در کار نباشد در تشخیص و درمان بیماران به خوبی قدم برمی داریم. ضمن آن که امیدواریم در دولت جدید با بهبود روابط و برطرف شدن تحریم ها شرایط بهتر شود، همچنان که الان هم قیمت داروها کاهش پیدا کرده و دارو در حال عرضه شدن است.

وزارت بهداشت و سایر نهادهای مسئول چطور می توانند در کاهش آمار مبتلایان به سرطان موثر واقع شوند؟  
وزارت بهداشت باید سازوکار را برای گروه هایی که وظایفشان در این زمینه است فراهم کند تا بتوانند با ارائه برنامه و راهنمایی وزارتخانه در کاهش آمار مبتلایان موثر واقع شوند، به عنوان مثال این که از انجمن های علمی مرتبط به عنوان بازوان توانمند خودش برای آگاه سازی مردم کمک بگیرد. کار دیگری که وزارت بهداشت می تواند در کاهش آمار مبتلایان به سرطان انجام دهد این است که کلینیک های تشخیص زودرس و غربالگری را ایجاد کند چون یک پزشک یا انجمن از لحاظ مسائل اجرایی یا اقتصادی نمی تواند این کار را انجام دهد در حالی که مساله بسیار مهمی است که باید جدی گرفته شود. هرچه در پیشگیری و تشخیص زودرس هزینه کنیم، سرمایه گذاری است برای پرورش انسان های سالم در آینده. علاوه بر آن، باید به پدر و مادرها آموزش داد که مراقب تغذیه فرزندانشان باشند، آنها را با سوسیس و کالباس راهی مدرسه نکنند بلکه غذاهای ساده اما سالم یا میوه ها را در سبد غذایی خانواده قرار بدهند. از مسئولان آموزش و پرورش هم باید خواسته شود که برنامه تغذیه در مدارس با شیر و میوه را جدی بگیرند چراکه به این ترتیب می توان بچه ها را با تغذیه های سالم آشنا کرد. باید چنین طرح هایی را عمومیت بدهند تا بتوان نسل سالمی پرورش داد.

چشم اندازی که برای وضعیت سرطان در کشورمان دارید چیست؟

همانطور که اشاره کردم افزایش سرطان در تمام جوامع وجود دارد بنابراین روزه روز به تعداد بیماران سرطانی ما اضافه خواهد شد. شاید نتوانیم تعداد بیماران سرطانی را کاهش دهیم و منحنی ما رو به بالا خواهد رفت اما هنر ما باید این باشد که در کنار این افزایش، منحنی مربوط به مرگ و میر را پایین بیاوریم. این کار با تشخیص به موقع و درمان سریع و صحیح امکان پذیر است. حل کردن مشکل، اتاق فکر می خواهد و شاید

در یک روز و یک ماه و یک سال به نتیجه نرسیم بلکه به زمان بیشتری احتیاج داشته باشد. اگر چاره ای اندیشیده شود در سال های آینده بحران نداریم ولی اگر این موضوع جدی گرفته نشود، اوضاع نه تنها بحرانی می شود بلکه از آن هم فراتر می رود.

کد خبر: ۱۱۱۹۸۳۵۲