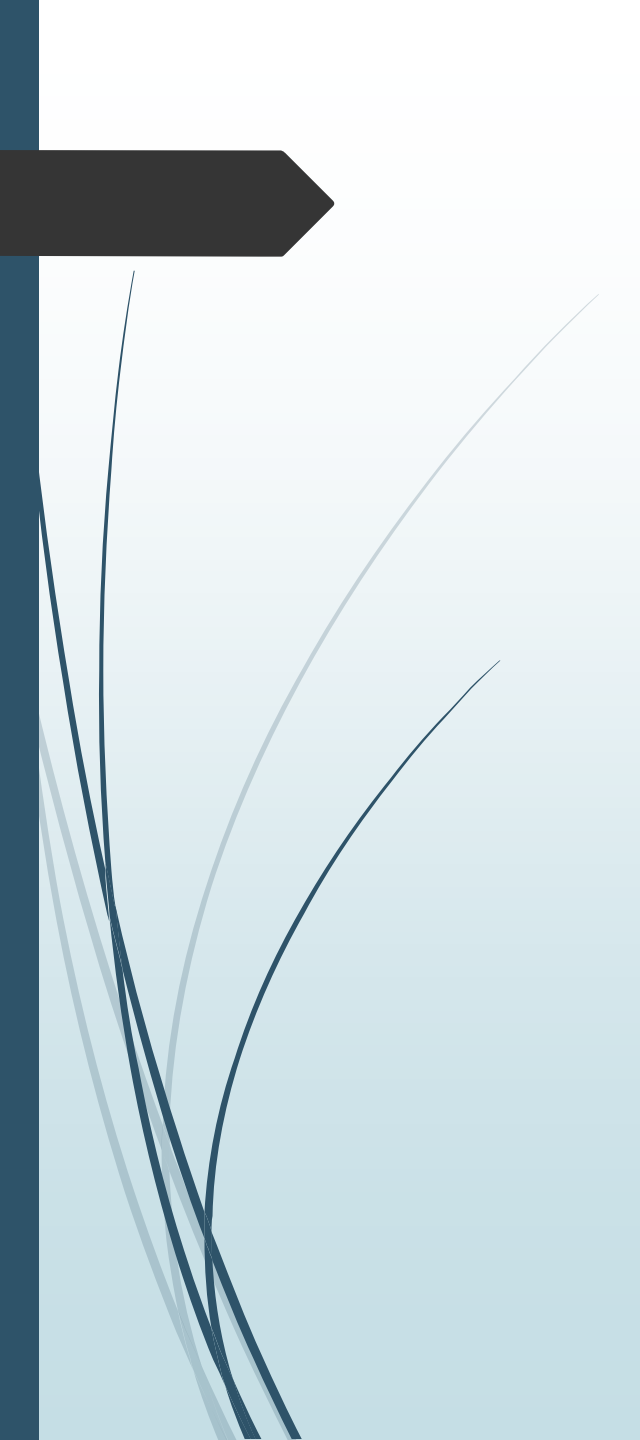


به نام خداوند بخشنده و مهربان



A dark grey arrow points to the right from the left edge of the slide. Below it, several thin, curved lines in shades of blue and grey sweep across the left side of the page.

# جلسه مشورتی برگزارى پویش سرطان برست ۱۴۰۳



**ماه اکتبر (۹ مهر تا ۹ آبان ماه)**  
**ماه اطلاع رسانی سرطان پستان**

## هدف کلی

کاهش بروز و مرگ و میر ناشی از سرطان پستان و بهبود کیفیت زندگی بیماران مبتلا به سرطان پستان

# اهداف اصلی

- افزایش آگاهی عمومی در زمینه راه های پیشگیری و علایم هشدار دهنده سرطان پستان
- معرفی برنامه های وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی و دانشگاه های علوم پزشکی در زمینه ارائه خدمات تشخیص زودهنگام در سطح شبکه بهداشتی
- معرفی شبکه ملی مراقبت سرطان (INCCN) و مراکز تشخیص زودهنگام سرطان و بیماری های غیرواگیر به عنوان مراکز ارائه خدمات سطح دو و نظام مراقبت و ارجاع افراد دارای علایم مشکوک سرطان پستان و بیماران مبتلا
- اصلاح باورهای نادرست مردم در خصوص سرطان پستان از جمله درمان ناپذیر بودن آن
- جلب مشارکت سیاستگذاران و مجریان سلامت (درون و برون بخشی)

# اهداف اختصاصی ( فردی )

☞ افزایش آگاهی مردم در مورد سرطان پستان و راه‌های تشخیص به‌موقع و زودهنگام این بیماری و پیشگیری از آن

☞ افزایش آگاهی از راه‌حل‌های موجود، ایده‌ها و شیوه‌ها پیشگیری و کنترل سرطان

☞ افزایش آگاهی مردم در خصوص برنامه ملی تشخیص زودهنگام و غربالگری سرطان پستان و نحوه دریافت خدمت در سطح شبکه بهداشتی

☞ تغییر نگرش مردم در مورد بیماری سرطان پستان

☞ جلب مشارکت مردم در خصوص قابل‌پیشگیری بودن سرطان و شیوه‌های آن

☞ اصلاح باورهای نادرست مردم در خصوص سرطان پستان از جمله درمان‌ناپذیر بودن آن

☞ ارتقای خودکارآمدی مردم در خصوص انجام رفتارهای پیشگیری‌کننده از سرطان پستان

☞ افزایش آگاهی افراد از عوامل خطر، مشکلات بهداشتی، عوامل مستعد کننده فردی در ابتلا به سرطان

☞ افزایش سواد بهداشتی افراد در جستجوی منبع اطلاعاتی مرتبط با سرطان پستان

• افزایش انگیزه عموم مردم جهت پیشگیری و کنترل سرطان پستان

## اهداف اختصاصی ( در سطح شبکه )

- ❖ افزایش تعداد و نوع فعالیت های مرتبط با برنامه پیشگیری از سرطان پستان در شبکه های اجتماعی (نیکوکاران، خیرین سلامت)
- ❖ افزایش حمایت اجتماعی برای ایجاد تغییرات مثبت در مورد سرطان پستان به وسیله اعضای شبکه سیاستگذاران و مجریان سلامت (درون و برون بخشی) در پیشگیری و کنترل سرطان پستان
- ❖ افزایش نگرش مطلوب نسبت به برنامه پیشگیری از سرطان پستان توسط گروه های مرجع جامعه (اساتید دانشگاه، پزشکان، معلمان و مربیان، خیرین، روحانیون، تجار سرشناس، ورزشکاران، هنرمندان ...)
- ❖ - افزایش هنجارهای مطلوب اجتماعی برای تغییرات مثبت در حوزه پیشگیری و کنترل سرطان پستان
- ❖ افزایش آگاهی و مهارت کارکنان مراکز بهداشتی در خصوص ارائه خدمت "تشخیص زودهنگام و غربالگری سرطان پستان"

# اهداف اختصاصی (سطح سازمانی)

☞ معرفی شبکه ملی مراقبت سرطان (INCCN) و مراکز تشخیصی تشخیص زودهنگام سرطان و بیماری های غیرواگیر به عنوان مراکز ارائه خدمات سطح دو و نظام مراقبت و ارجاع افراد دارای علائم مشکوک سرطان پستان و بیماران مبتلا

☞ جلب مشارکت سیاستگذاران و مجریان سلامت (درون و برون بخشی) در پیشگیری و کنترل سرطان پستان

☞ افزایش اهمیت پیشگیری و کنترل سرطان پستان و ضرورت برای تغییر در سازمان های اثرگذار

☞ بازنگری در چشم انداز و رسالت سازمانی سازمان های اثرگذار در راستای نیل به هدف کلی پویش و ایجاد یک دستور کار در پیشگیری و کنترل سرطان پستان

☞ افزایش کمیت و کیفیت اطلاعات مربوط به پیشگیری و کنترل سرطان پستان و تغییر سیاست های مورد نیاز

☞ ارتقاء اعتماد به نفس سازمانی و اتخاذ صلاحیت و شایستگی در ایجاد تغییرات در پیشگیری و کنترل سرطان پستان

☞ افزایش اطلاعات پایه سازمانی مورد نیاز برای تغییر (نه تنها مقدار و کیفیت اطلاعات در حوزه سرطان بلکه دیدگاه و سطح ارتقا هم در نظر گرفته شود)



# اهداف اختصاصی (سطح اجتماعی)

☞ افزایش فعالیتها در راستای ایجاد تغییرات اجتماعی مانند همکاری میان گروههای اجتماعی در حوزه سرطان

• ارتقاء ارزشها و هنجارهای اجتماعی و نگرشها و عقایدی که تغییر سیاستها در حوزه سرطان را مورد حمایت قرار می دهد

## • گروه های هدف اصلی

- عموم مردم
- بیماران و خانواده ها
- سیاستگذاران و مجریان خارج حوزه سلامت
- سیاستگذاران و مجریان حوزه سلامت

## • ذینفعان و شرکای برنامه پویش

- وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
- معاونت زنان ریاست جمهوری
- دانشگاه های علوم پزشکی
- سازمان صدا و سیما
- وزارت آموزش و پرورش، علوم، تحقیقات و فن آوری، فرهنگ و ارشاد اسلامی، ورزش و جوانان
- و ...
- شهرداری ها
- سازمان نظام پزشکی
- انجمن های علمی
- سازمان های مردم نهاد و خیریه
- افراد حقیقی (هنرمندان، ورزشکاران، خبرگان...)
- ...

## • شعار پویش

- شما می توانید نجات یافته از سرطان پستان باشید
- "با آگاهی و خودمراقبتی"

## پیام های پوش

### الف- مردم به طور عام

- سرطان قابل پیشگیری است.
- سهم شما از علل قابل پیشگیری سرطان، بیش از پنجاه درصد است.
- روش های خودمراقبتی برای پیشگیری اولیه از سرطان را بشناسید.
- علایم هشداردهنده سرطان را بشناسید. هر چه سرطان زودتر تشخیص داده شود، درمان پذیر تر است.
- عوامل خطر غیر قابل اصلاح را بشناسیم (سابقه خانوادگی و فردی سرطان پستان، قاعدگی کمتر از ۱۲ سال، یائسگی بالاتر از ۵۵ سال، ژنتیک...)
- عوامل خطر قابل اصلاح را بشناسیم (الکل، چاقی، مصرف چربی های اشباع شده، هورمون درمانی،...)
- مراجعه مدون به مراکز جامع سلامت و پایگاه های بهداشت جهت معاینه توسط ماما یا پزشک
- غربالگری و تشخیص زودهنگام سرطان پستان ضامن پیشگیری مرگ زنان و مادران به علت سرطان پستان

- زندگی روانی، معنوی و اجتماعی سالم، یعنی ابتلای کمتر به سرطان؛ خود و دیگران را دوست بدارید.
- شما برای تامین، حفظ و ارتقای سلامت خود، خانواده و اطرافیان مسولیت فردی، خانوادگی و اجتماعی دارید.
- سرطان بیماری سنین بالاست، اما گاهی زمینه ارثی، شروع سرطان را جلو می اندازد.
- سن سرطان در ایران پایین تر نیست، جمعیت جوان ما بیشتر است.
- سرطان قابل پیشگیری است اگر شیوه زندگی خود را اصلاح کنیم.
- سرطان مساوی مرگ نیست.
- سرطان درمان پذیرتر است اگر علایم هشداردهنده آن را بشناسیم
- درباره سرطان گفتگو کنید، سرطان قابل پیشگیری و درمان است.
- با هم، ما قوی تر از سرطان هستیم
- آگاهی امروز، درمان فردا
- اگر زود تشخیص داده شود، سرطان هم یک بیماری مثل سایر بیماری ها است.

## ■ نمونه ای از باورهای نادرست:

■ سرطان مساوی با مرگ است و درمان قطعی ندارد.

■ مادرم سرطان پستان داشت و درمان شد ولی فوت کرد. پس درمان برای من هم بی فایده است.

■ سرطان پستان با درد شروع میشود پس چون درد ندارم سرطان پستان ندارم.

■ بیوپسی و نمونه برداری از توده، باعث پخش شدن سرطان پستان می شود.

■ انواع درمانهای سرطان باعث ریزش مو می شود

■ سرطان با طب سنتی درمان می شود

■ در بارداری و شیر دهی به سرطان مبتلا نمی شوم.

■ درمان سرطان مساوی است با خانه نشینی و عدم انجام فعالیتهای اجتماعی

## ✚ باورهای نادرست را کنار بگذارید و به دیگران امید بدهید با محوریت:

- ✓ مراکز فعال سرطان در شهرستانها و اثربخشی درمان‌های آنها
- ✓ اثربخش بودن بیشتر درمان در مراحل اولیه
- ✓ علائم اختصاصی و غیر اختصاصی سرطان پستان
- ✓ ریسک فاکتورهای احتمالی و غیر احتمالی ابتلا به سرطان پستان
- ✓ بیخطر بودن بیوپسی در سرطان پستان
- ✓ پیگیری هر نوع توده در پستان با یا بدون درد



## ب- نوجوانان و جوانان

- پرهیز از مصرف زیاد داروهای جلوگیری از بارداری بدون تجویز پزشک
- آشنایی با بافت پستان خود فرد و دانستن تغییرات هشداردهنده
- کاهش مصرف قلیان و دخانیات
- مصرف غذاهای سالم پرانرژی و کاهش مصرف فست فودها
- بد نیست گاهی به مادرتان استراحت بدهید، چرا شما یک غذای سالم برای همه درست نمی کنید؟
- در برنامه روزانه زندگی خود حتی چند دقیقه هم شده ورزش کنید.
- چقدر خوب است گاهی شما برنامه ورزشی دسته جمعی برای خانواده بچینید.
- سرطان با سیگار با کلاسی ندارد.
- من نوجوانم، ورزش میکنم.
- من نوجوانم، سیگار نمی کشم.
- من جوانم قلیان نمیکشم.

## • ج- بیماران و خانواده ها

- سرطان مساوی مرگ نیست.
- سرطان بیماری مسری نیست.
- جراحی باعث پخش شدن سرطان نمی شود.
- اطلاع از تشخیص وضع بیمار را بد نمی کند، اگر بیمار شما دوست داشت بیشتر بداند، او را از این حق محروم نکنید.
- سرطان تقدیر نیست، دنبال مقصر نگردید.
- درد جزیی از سرطان نیست.
- با خودمراقبتی و امید می توان سرطان را نیز به زانو در آورد.
- شاید ابتلا به سرطان، آغازی دوباره باشد.
- ...

# فهرست مهمترین اقدامات پویش ( برنامه های حمایت طلبی و تبلیغی)

- الف - پایگاه اطلاع رسانی (<http://iec.behdasht.gov.ir>)
  - ✓ دسترسی و بهره برداری از پوسترها، بسته های آموزشی و تیزرها
  - ✓ اطلاع رسانی در خصوص عوامل خطر و علایم هشداردهنده سرطان پستان
  - ✓ امکان ارائه درخواست برای مشارکت بر اساس لیست اقدامات و یا پیشنهادهای شخصی و سازمانی
- مشارکت صدا و سیما
  - ✓ پخش تیزرهای تلویزیونی، رادیویی
  - ✓ پرداختن به اهداف پویش در برنامه های جاری
- مشارکت شهرداری ها
  - ✓ ارائه عناوین تبلیغاتی در بیلبوردها
  - ✓ برنامه های تبلیغی در فرهنگسراها، پارک ها، خانه های سلامت، میادین میوه و تره بار
- مشارکت هنرمندان؛ سینما، تئاتر و موسیقی
  - ✓ پخش تیزرهای پویش پیش از نمایش فیلم
- مشارکت ورزشکاران
  - ✓ اطلاع رسانی در مسابقات ورزشی
  - ✓ برگزاری مسابقه ورزشی نمادین به نفع بیماران
- فضای مجازی
  - ✓ اطلاع رسانی و انتشار متون آموزشی

# ب- برنامه های آموزشی مردمی

- مشارکت صدا و سیما در سطح ملی و استانی
- ✓ پخش فیلم های کوتاه آموزشی
- ✓ برگزاری مسابقه مبتنی بر برنامه های آموزشی
- ✓ مصاحبه با افراد صاحب نظر در خصوص سرطان پستان

- وزارت آموزش و پرورش و علوم، تحقیقات و فن آوری
- ✓ ارائه بسته های آموزشی برای محیط های آموزشی
- ✓ برگزاری مسابقه مبتنی بر بسته آموزشی

- نشریات
- ✓ تهیه و انتشار مقالات آموزشی و مصاحبه ها

- فضای مجازی
- ✓ انتشار و متون و فیلم های کوتاه آموزشی

## ج- برنامه های مرتبط با جلب مشارکت سیاستگذاران

- بروز رسانی اطلاعات نظام ارجاع و سطح بندی خدمات به دانشگاه ها در سال ۱۴۰۲
- اطلاع رسانی و آموزش ارائه دهندگان خدمت در سطح دانشگاه ها و انجمن های علمی تخصصی در خصوص ایجاد بستر الکترونیک ثبت نظامند خدمات در سطوح مختلف.
- ارائه بسته تعیین سهم و تکلیف دستگا ها در پیشگیری و کنترل سرطان پستان
- مشارکت صدا و سیما
- ✓ برگزاری مصاحبه ها به صورت مجازی با دیدگاه افزایش مطالبه گری (برنامه پایش یا مناظره)
- نشریات
- ✓ مصاحبه با مسوولان و سیاستگذاران

## ▪ درخواست برای اقدامات عملی سیاستگذاران حوزه سلامت

- ✓ تلاش در جهت پیشگیری و کنترل سرطان پستان از جمله با برگزاری دست کم یک جلسه تا زمان برگزاری پویش و سپس نشست های منظم با حضور ذینفعان خارج حوزه سلامت، اعضای هیات علمی و خبرگان مرتبط با موضوع
- ✓ تلاش روزافزون در جهت اجرای برنامه تشخیص زودهنگام و غربالگری سرطان پستان و عوامل خطر مرتبط با شیوه زندگی در سطح شبکه های بهداشتی درمانی
- ✓ تلاش برای توسعه مراکز تشخیصی تشخیص زودهنگام سرطان و بیماری های غیرواگیر به عنوان مراکز ارائه خدمات سطح دو و نظام مراقبت و ارجاع افراد دارای علائم مشکوک سرطان پستان و بیماران مبتلا
- ✓ تلاش برای ارائه خدمات با کیفیت و استاندارد
- ✓ تلاش برای حمایت مالی از بیماران به ویژه بیماران نیازمند
- ✓ تلاش برای ارائه مراقبت های حمایتی و تسکینی

# انتظارات:

- ۱- ارتقای شاخص غربالگری سرطان برست در دانشگاه
- ۲- اطلاع رسانی وسیع پویش (فراخوان گروه هدفاز طریق ادارات ، سازمانها، اصناف، صنایع...)
- ۳- در صورت امکان راه اندازی مرکز غربالگری برست در طی پویش
- ۴- مراقبین و بهورزان در بحث فراخوان و دعوت شرکت داشته باشند.

پیشنهادات: