

تعریف :

توده پستان دارای علائم و نشانه هایی مثل تغییر یا افزایش ضخامت بخشی از بافت پستان به نحوی که آن را نسبت به بافت اطراف متفاوت سازد، وجود يك یا چند توده در پستان که ممکن است دردناک باشد یا نباشد، تورفتگی پوست پستان ترشح سبز یا کاهی رنگ از نوک پستان و... می باشد.

اغلب توده های پستان سرطانی نیستند، اما بعضی از آنها سرطانی هستند؛ بنابراین مهم است که توده های پستان تحت ارزیابی دقیق قرار گیرند.

علل و عوامل موثر:

- فیبروآدنوما: توده سفت متحرک و بدون درد
- کیست پستان: توده نرم یا نسبتاً سفت حاوی مایع در زنان ۳۰ تا ۵۰ سال شایع تر است.
- ابرسه یا عفونت پستان: همراه با درد قرمزی و تورم شایع در مادران شیرده
- لیپوم یا چربی: توده نرم و متحرک ناشی از تجمع چربی است
- علل بدخیم: سفت و غیر متحرک بدون درد با

علائم و نشانه ها:

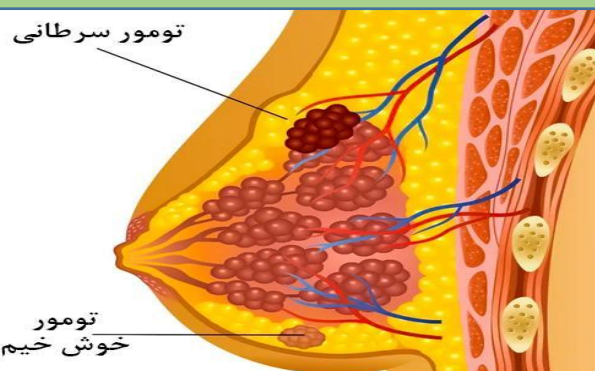
- توده نرم یا سفت متحرک زیر پوست
- درد یا حساسیت خفیف به ویژه قبل از قاعدگی
- تغییر اندازه پستان
- وجود ترشحات شفاف یا شیری رنگ از نوک پستان
- توده های متعدد یا دو طرفه
- توده سفت بدون درد
- تغییر شکل یا فرو رفتگی پوست پستان
- ترشحات خونی یا تیره رنگ از نوک پستان
- بزرگ شدن غدد زیر بغل یا بالای ترقوه
- تفاوت واضح اندازه یا فرم دو پستان:

تست های تشخیصی

- معاینه ی بالینی
- سونوگرافی پستان

مراقبت:

- پس از تشخیص پستانها باید هر ماهه درست قبل یا به هنگام شروع عادت ماهانه توسط خودتان از نظر به وجود آمدن توده های جدیدتر یا تغییر در توده های قبلی بررسی شوند. در صورت بروز هر گونه تغییر به پزشک باید اطلاع داده شوند.
- با مشورت پزشک سالانه حداقل یک بار برای معاینه پستان یا سایر بررسیها به پزشک خود مراجعه نمایید. اگر سابقه سرطان در خانواده شما وجود دارد امکان دارد نیاز به انجام معاینات به فواصل کمتر داشته باشید.
- معمولاً تا ۷ روز هر روز یک پانسمان خشک روی ناحیه برش قرار داده میشود. بعد از بهبودی کامل ۶-۴ هفته میتوان برای افزایش نرمی و حالت ارتجاعی پوست از لوسیون یا کرم استفاده کرد.
- از گرفتن فشار خون تزریق و گرفتن خون از دست عمل شده خودداری نمایید
- ورم یا ترشح عمل جراحی را کنترل نموده و به سرعت گزارش کنید.
- زیر بازو بالشی بگذارید که آرنج از شانه بالاتر باشد.
- بیمارانی که تورم مداوم دارند به هنگام فعالیت از آستینهای الاستیکی که مچ تا شانه را میپوشاند استفاده نمایند.
- طبق دستور پزشک یک باند الاستیکی یا کیسه یخ را در محل جراحی قرار دهید.





مرکز آموزشی و درمانی سینا

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی سینا

توده پستان

گردآوری: نسترن کلانتر

کارشناس پرستاری

منبع: کتابچه آموزش به بیمار

تألیف: ماری ام. کانابیو و ترجمه دکتر
نصیریانی

Brunner and suddarth2022

تاریخ تدوین: آذر 1404

زمان مراجعه بعدی:

جهت کشیدن بخیه ها ۷-۱۰ روز بعد از عمل
مراجعه کنید.

جهت دریافت نتیجه پاتولوژی ۱۰ روز بعد به
بیمارستان مراجعه و نتیجه را به رویت پزشک
معالج برسانید.
علائم هشدار

در صورت مشاهده هر گونه از موارد زیر سریعاً
به پزشک یا اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید:

هر گونه ترشح خونریزی تغییر رنگ یا تورم
محل عمل جراحی

متوجه تغییراتی در توده شده اید یا توده های جدید
ظاهر شده است

ترشح از نوک پستان وجود داشته باشد

تنگی نفس

درد و تورم ساق پا

داروها:

- مسکن و ضد التهاب ها
- دارو های تنظیم کننده هورمون
- آنتی بیوتیک ها
- شیمی درمانی

فعالیت:

- محدودیتی در انجام هر گونه فعالیتی وجود ندارد. اما باید از فعالیت های سنگین که ممکن است باعث وارد آمدن آسیب به پستانها شوند خودداری گردد.
- در صورت انجام جراحی جهت کاهش حس کشیدگی و سوزش در ناحیه زیر بغل و بازو ورزش های دست و بازو را انجام دهید و از بلند کردن اشیاء سنگین مانند بسته و کیف دستی سنگین خودداری نمایید.
- در مورد انجام ورزش در منزل از پرستار خود سوال کنید.