

مركز أبوظبي
للصحة العامة
ABU DHABI PUBLIC
HEALTH CENTRE



التوعية بسرطان الرئة برنامج الوقاية من السرطان

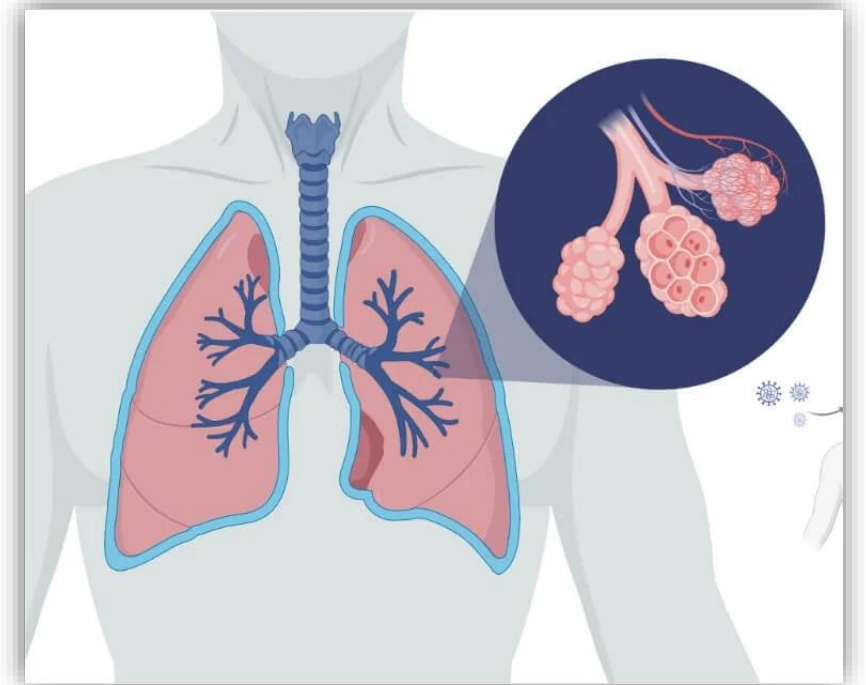
عناصير العرض

- أعراض الإصابة بسرطان الرئة
- الوقاية من سرطان الرئة
- الفوائد الصحية بعد الإقلاع عن التدخين
- الفحص المبكر لسرطان الرئة في إمارة أبوظبي
- برنامج الفحص الدوري الشامل (افحص)

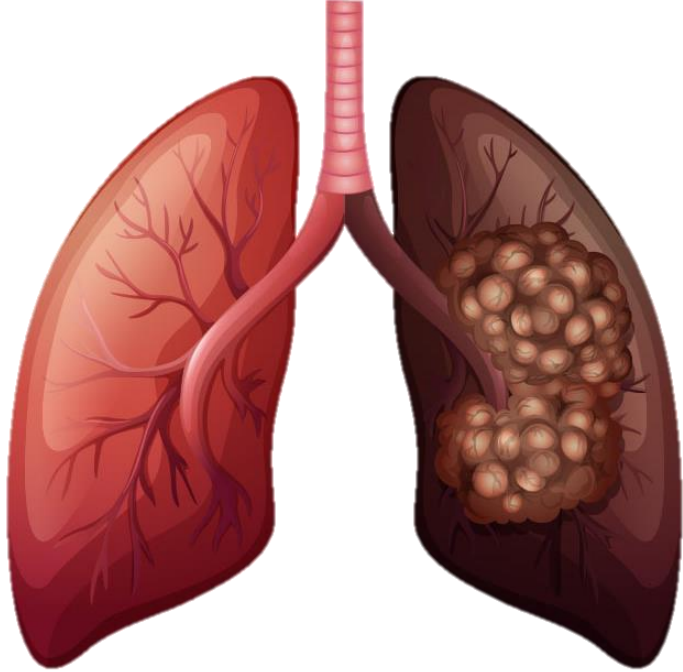
- تركيب ووظيفة الرئة
- عن سرطان الرئة
- حقائق وإحصائيات عن سرطان الرئة
- عوامل الخطورة للإصابة بسرطان الرئة
- استخدام التبغ وعلاقته بسرطان الرئة

تركيب ووظيفة الرئة

- ❑ الرئتان عبارة عن زوج من الأعضاء الإسفنجية المملوءة بالهواء وتقع على جانبي الصدر.
- ❑ تنقسم كل رئة الى أقسام تسمى الفصوص. الرئة اليمنى تقسم الى 3 فصوص، أما الرئة اليسرى فتحتوي على فصين وهي أصغر قليلاً لأن القلب يشغل مساحة أكبر على هذا الجانب.
- ❑ يتكون الجزء الداخلي من الرئتين من أنابيب صغيرة تسمى القصيبات الهوائية، وأكياس هوائية صغيرة تسمى الحويصلات الهوائية.
- ❑ الوظيفة الرئيسية للرئتين هي إدخال الأكسجين إلى الجسم وإطلاق ثاني أكسيد الكربون.



عن سرطان الرئة



- ❑ مرض تنمو فيه الخلايا الخبيثة (غير الطبيعية) بشكل متكرر خارج عن السيطرة ما يؤدي لتشكيل أوراماً في أنسجة الرئتين أو مجاري الهواء.
- ❑ يبدأ في الرئتين ولكن يمكن أن ينتشر إلى أعضاء أخرى في الجسم.
- ❑ تتدخل الأورام في وظائف الرئة ما يؤدي إلى مضاعفات صحية خطيرة.
- ❑ عادة ما يتم تشخيص المرض في مراحل متأخرة عندما تكون خيارات العلاج محدودة.
- ❑ يوجد نوعان رئيسيان من سرطان الرئة. سرطان الرئة غير صغير الخلايا (NSCLC) هو النوع الأكثر شيوعاً ، ينمو و يتطور ببطء. وسرطان الرئة صغير الخلايا (SCLC) الأقل شيوعاً ولكنه أكثر شراسة وغالباً ما ينمو بسرعة.

حقائق وإحصائيات عن سرطان الرئة - عالمياً 2022



صنف الأول عالمياً

يتسبب بأعلى معدل إصابات ووفيات

2.4 مليون

حالة جديدة في عام 2022

1.8 مليون

شخص توفي في عام 2022

السرطان الأكثر شيوعاً بين الرجال

السبب الثاني للسرطانات في النساء

حقائق و إحصائيات عن سرطان الرئة - إمارة أبوظبي



السبب الرئيسي لوفيات السرطان بين المواطنين. (2018)

في المرتبة الثانية كأكثر الأنواع المسببة لوفيات السرطان في مجتمع إمارة أبوظبي. (2018)

سادس أنواع السرطان الأكثر انتشاراً في إمارة أبوظبي حيث يشكل 3.9% من إجمالي حالات الإصابة بالسرطان. (2019)

معدلات الإصابة والوفاة بسرطان الرئة أعلى بين الرجال مقارنة بالنساء في إمارة أبوظبي. (2011-2019)

معظم الحالات يتم تشخيصها في المرحلة الرابعة (متأخرة)



عوامل الخطورة للإصابة بسرطان الرئة



التدخين
والتدخين السلبي



غاز الرادون



التاريخ العائلي



التلوث الهوائي



أمراض الرئة
السابقة



المناعة المنخفضة



مخاطر العمل

استخدام التبغ و علاقته بسرطان الرئة

- ❑ التدخين هو السبب الرئيسي لسرطان الرئة، فهو مسؤول عن 85% من جميع الحالات، و71% من جميع وفيات سرطان الرئة.
- ❑ التدخين يتسبب فيما يقرب من 9 من كل 10 حالات سرطان الرئة بين الرجال، وحوالي 8 من كل 10 حالات سرطان رئة بين النساء.

سرطان الرئة | عوامل استخدام التبغ:

عدد سنوات التدخين



العمر عند بدء
التدخين



الجنس



التعرض للتدخين السلبي،
يزيد خطر الإصابة بنسبة
20% - 30%



عمق
الاستنشاق



عدد السجائر
أنواع التبغ المدخن



استخدام التبغ و علاقته بسرطان الرئة

أنواع التبغ المستخدم في التدخين



الغليون



المدواخ



أوراق التبغ الملفوفة



السجائر



السيجار



السجائر الإلكترونية



السجائر القابلة لللف يدويا



الشيخة

استخدام التبغ و علاقته بسرطان الرئة

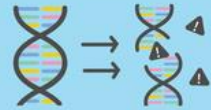
كيف يتسبب التدخين في الإصابة بالسرطان

1) Cigarette smoke contains over 5,000 different chemicals, at least 70 cause cancer.



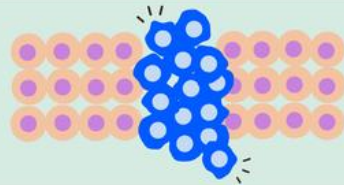
2) When smoking, harmful chemicals enter our lungs and affect the entire body.

3) These chemicals damage our DNA, including parts that protect against cancer.



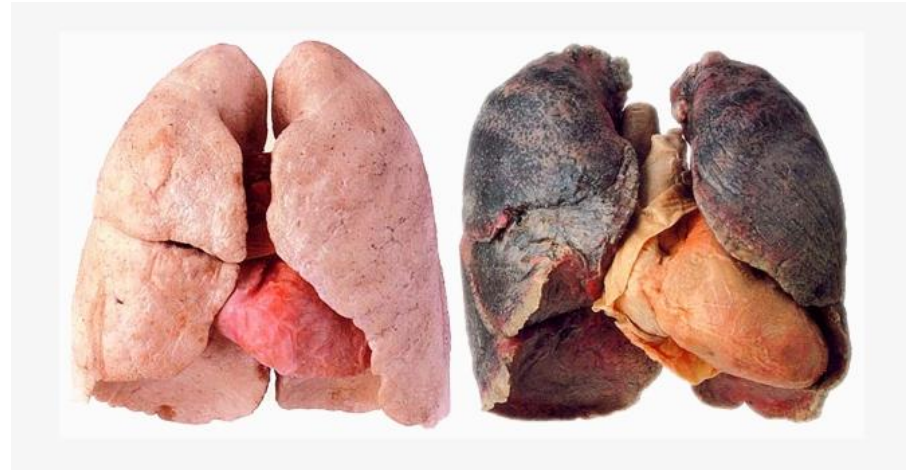
4) Some chemicals make it harder for cells to repair DNA damage.

5) DNA damage in our cells can build up and lead to cancer.



رئة سليمة

رئة مدخن



أعراض الإصابة بسرطان الرئة



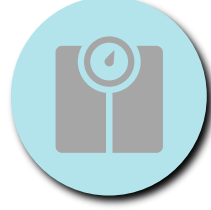
ضيق في التنفس /
صوت صفير أو أزيز



ألم في الصدر



تغير في الصوت



فقدان وزن
غير مبرر



ظهور مشاكل
متكررة في الرئة



تغير في لون
أو كمية البلغم



السعال المصحوب
ببلغم أو دم



السعال
المستمر

1 تستغرق الأعراض سنوات حتى تتطور ولا تظهر إلا عندما يكون المرض في مراحل متقدمة.

2 الأعراض المبكرة عادة ما تكون خفيفة / أو تشبه مشاكل الجهاز التنفسي الشائعة ما يتسبب بتأخر تشخيص سرطان الرئة.

3 تختلف الأعراض من شخص لآخر

4 قد تكون معظم الأعراض ناجمة عن أسباب أخرى غير السرطان. ومع ذلك، من المهم الاتصال بالطبيب على الفور إذا لاحظت أيًا منها.

الوقاية من سرطان الرئة

طرق لتقليل خطر الإصابة

فحوصات الكشف المبكر

يمكن علاج سرطان الرئة بسهولة عند اكتشافه مبكراً. احرص على الالتزام بمواعيد الفحص السنوية حسب توصيات الطبيب.



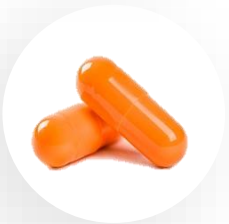
اتبع نمط حياة صحي

اتبع نظام غذائي صحي وحافظ على ممارسة النشاط البدني بانتظام. تشير الدراسات إلى أن اتباع نمط حياة صحي قد يساعد في تقليل خطر الإصابة بسرطان الرئة.



كن حذراً من بعض المكملات الغذائية

لا ينصح بتناول بيتا كاروتين وفيتامين هـ للوقاية من سرطان الرئة. تجنب تناول جرعات كبيرة من المكملات الغذائية على هيئة أقراص. الأطعمة الطبيعية هي أفضل مصدر للحصول على العناصر الغذائية. تبين أن البيتا كاروتين يزيد من خطر الإصابة بسرطان الرئة لدى المدخنين، ولم يثبت أن فيتامين هـ يمكن يقلل من خطر الإصابة.



تجنب استخدام التبغ

ينخفض خطر الإصابة بسرطان الرئة إلى 60% بعد 10 سنوات من الإقلاع عن التدخين.



تجنب التدخين السلبي

اختر زيارة الأماكن الخالية من التدخين وتجنب التعرض للدخان حتى في المناطق المفتوحة. شجع المدخنين من حولك على استخدام المناطق المخصصة للتدخين.



التقليل من التعرض للمخاطر في أماكن العمل

احرص على اتباع إرشادات الصحة والسلامة المهنية في مكان العمل للحد من التعرض للمواد المسببة للسرطان مثل: المواد الكيميائية، والأسبستوس، ... الخ.



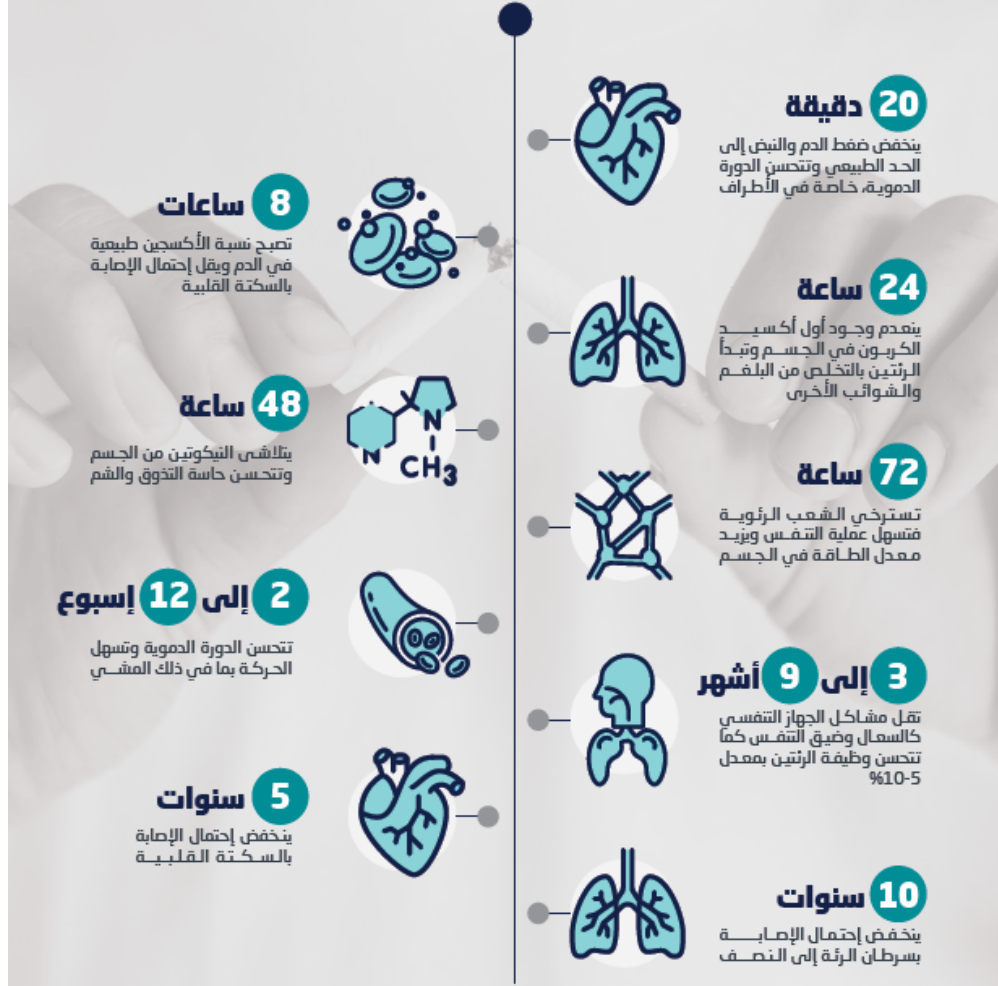
الحد من التعرض لغاز الرادون

استشر السلطات المحلية في منطقتك بشأن مستويات الرادون في المنزل/المبنى الذي تتواجد فيه واتخذ الإجراءات اللازمة إذا لزم الأمر.



الفوائد الصحية للإقلاع عن التدخين

فوائد الإقلاع عن التدخين



عيادات الإقلاع عن التدخين في إمارة أبوظبي

تغطية تكاليف العلاج:

لحاملي بطاقة ثقة:

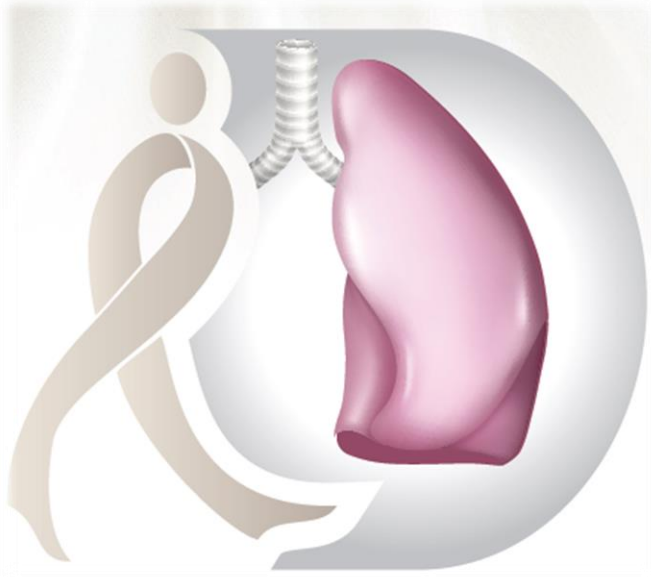
تقوم ضمان بتغطية تكاليف العلاج والاستشارات والأدوية.

لغير حاملي بطاقة ثقة:

جميع تكاليف العلاج والاستشارات والأدوية لا يتم تغطيتها عن طريق شركات الضمان.

رقم	اسم المركز الصحي	المنطقة	رقم الهاتف
1	مركز البطين الصحي لخدمات العلاجية الخارجية	أبوظبي	80050
2	مركز الفؤاد الطبي	أبوظبي	025599444
3	مركز المشرف التخصصي للأطفال	أبوظبي	80050
4	مركز المقطع الصحي	أبوظبي	80050
5	مركز بني ياس الصحي لخدمات العلاجية الخارجية	أبوظبي	80050
6	مركز مدينة خليفة الصحي لخدمات العلاجية الخارجية	أبوظبي	80050
7	مركز مدينة محمد بن زايد الصحي	أبوظبي	80050
8	مركز هيلث بلس للسكري والغدد الصماء ذ.م.م	أبوظبي	600503035
9	مستشفى برجيل أبوظبي	أبوظبي	80055
10	ميديكلينيك مستشفى النور - عيادة الإقلاع عن التدخين	أبوظبي	8002000
11	مركز الظفرة لطب الأسرة	الظفرة	028700000
12	عيادة توام للإقلاع عن التدخين- مستشفى توام	العين	80050
13	مركز الجاهلي الصحي	العين	80050
14	مركز الفوع الصحي	العين	80050
15	مركز المويجعي الصحي لخدمات العلاجية الخارجية	العين	80050
16	مركز سويحان الصحي	العين	80050
17	مركز عود التوبة للتشخيص والفحص الشامل والخدمات العلاجية الخارجية	العين	80050

فحص الكشف المبكر عن سرطان الرئة - إمارة أبوظبي



سرطان الرئة

نوع وتكرار الفحص

جرعة مخفضة من
الأشعة المقطعية

مرة واحدة سنوياً

الفئة المستهدفة

الرجال والسيدات
بين 55-75 عاماً

1. تاريخ التدخين:
30 علبة/سنوياً
2. مدخن حالياً أو
أقلعوا عن التدخين
خلال 15 عام
3. بحالة صحية جيدة /
لا يعاني أعراض سرطان
الرئة

مراكز الفحص للكشف المبكر عن سرطان الرئة - إمارة أبوظبي

12 مركزاً مخصصاً للكشف المبكر عن سرطان الرئة

كليفلاند كلينك أبوظبي
Cleveland Clinic Abu Dhabi

الخدمات العلاجية الخارجية
Ambulatory Healthcare Services

صحة
SEHA

برجيل القابضة
burjeel holdings

برجيل
burjeel

مستشفى الظنة
AL DHANNAH HOSPITAL

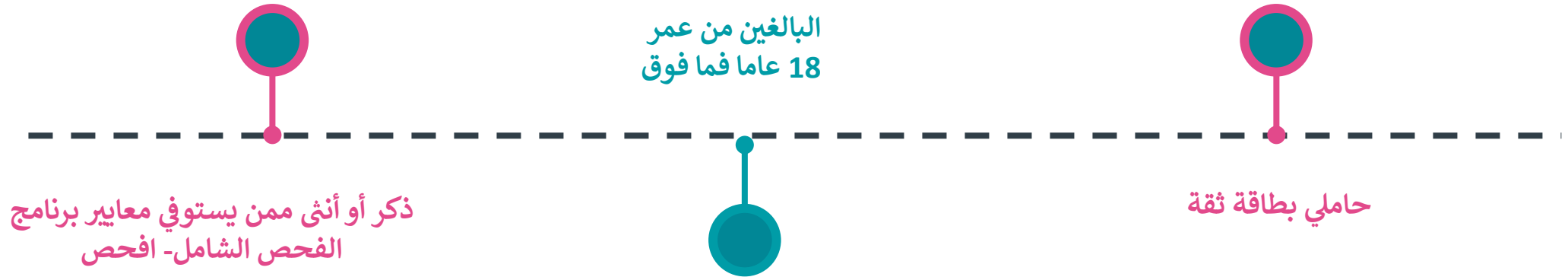
بإدارة مدينة برجيل الطبية
Managed by Burjeel Medical City

المنطقة	رقم الهاتف	اسم المركز	
أبوظبي	800 82223	مستشفى كليفلاند كلينك أبوظبي	1
أبوظبي	800 55	المدينة الطبية برجيل	2
أبوظبي	800 55	مركز برجيل لجراحة اليوم الواح	3
أبوظبي	800 55	مستشفى برجيل	4
أبوظبي	800 55	مستشفى برجيل رويال	5
أبوظبي	800 50	مركز الزعفرانة للتشخيص والفحص الشامل	6
أبوظبي	800 50	مركز الباهية الصحي	7
أبوظبي	800 55	مستشفى ميدبور 24x7	8
العين	800 55	مستشفى برجيل رويال عشارج	9
العين	800 50	مركز نعمة الصحي	10
العين	800 50	مركز عود التوبة الصحي	11
الرويس - الظفرة	800 7267	مستشفى الظنة	12

برنامج الفحص الدوري الشامل افحص



برنامج فحص صحي متكامل يساهم في تقليل عبء الأمراض المزمنة ذات الأولوية القصوى مثل أمراض القلب والأوعية الدموية والسرطانات الأكثر شيوعاً في إمارة أبوظبي.





برنامج الفحص الدوري الشامل افحص

بدء تطبيق البرنامج بتاريخ 14 يناير 2021



الأهداف

- الكشف المبكر عن الأمراض المزمنة المختلفة في مجتمع صحي، ولا تظهر عليه أية أعراض.
- تقليل عبء الأمراض المزمنة ذات الأولوية القصوى مثل أمراض القلب والأوعية الدموية والسرطان.

إطار عمل البرنامج

- تقييم متكامل للمخاطر الصحية من خلال استبيان عام يتعلق بالصحة بالإضافة إلى الفحص السريري الشامل.
- سلسلة من الاختبارات الخاصة بالعمر والجنس بناءً على أفضل الممارسات العالمية والأدلة السريرية.

برنامج الفحص الدوري الشامل افحص

□ الحالات الصحية المزمنة التي يغطيها البرنامج:

صحة الفم والأسنان

السرطانات الأكثر شيوعاً

أمراض القلب والأوعية الدموية
وعوامل الخطورة

صحة العظام

الصحة النفسية

صحة كبار المواطنين
(الرؤية والسمع)

□ 5 من أفضل الشبكات الرائدة من مقدمي الرعاية الصحية في أبوظبي:



حزمة الفحوصات حسب الفئات العمرية



فئة كبار السن
75 – 65 سنة

- اختبار الرؤية
- تقييم السمع
- مسح ديكسا
- فحص الموجات الصوتية للأورطة
- البطني مرة واحدة في العمر
- تنظير القولون للذكور والإناث كل 10 سنوات أو فحص براز سنوياً
- تقييم المخاطر
- استبيان نمط الحياة
- الاستشارة المناسبة للعمر
- الطول
- الوزن
- ضغط الدم
- مؤشر كتلة الجسم
- محيط الخصر | نسبة الخصر الورك
- فحص بدني
- مخاطر القلب والأوعية الدموية
- الفحوصات المخبرية الدهون
- (الكوليسترول الكلي، الكرياتينين)
- الجلوكوز التراكمي
- تقييم الصحة النفسية PHQ9 سنوياً
- صحة الفم سنوياً

فحص سرطان الرئة: التصوير المقطعي المحوسب
منخفض الجرعة (المدخنون الشرهون/ المعرضون لخطر
كبير من سن 55 إلى 75 عامًا)



الفئة العمرية المتوسطة 2
64 – 40 سنة

- فحص الماموغرام للإناث (+40) كل سنتين
- تنظير القولون للذكور والإناث كل 10 سنوات أو فحص براز سنوياً
- تقييم المخاطر
- استبيان نمط الحياة
- الاستشارة المناسبة للعمر
- الطول
- الوزن
- ضغط الدم
- مؤشر كتلة الجسم
- محيط الخصر | نسبة الخصر الورك
- فحص بدني
- مخاطر القلب والأوعية الدموية
- الفحوصات المخبرية الدهون
- (الكوليسترول الكلي، الكرياتينين)
- الجلوكوز التراكمي
- تقييم الصحة النفسية PHQ9 سنوياً
- صحة الفم سنوياً



الفئة العمرية المتوسطة 1
39-25 سنة

- مسحة عنق الرحم للإناث كل 3-5 سنوات
- تقييم المخاطر
- استبيان نمط الحياة
- الاستشارة المناسبة للعمر
- الطول
- الوزن
- ضغط الدم
- مؤشر كتلة الجسم
- محيط الخصر | نسبة الخصر الورك
- فحص بدني
- مخاطر القلب والأوعية الدموية
- الفحوصات المخبرية الدهون
- (الكوليسترول الكلي، الكرياتينين)
- الجلوكوز التراكمي
- تقييم الصحة النفسية PHQ9 سنوياً
- صحة الفم سنوياً



فئة الشباب
24-18 سنة

- مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية كل 3 سنوات
- تقييم المخاطر
- استبيان نمط الحياة
- الاستشارة المناسبة للعمر
- الطول
- الوزن
- ضغط الدم
- مؤشر كتلة الجسم
- محيط الخصر | نسبة الخصر الورك
- فحص بدني
- مخاطر القلب والأوعية الدموية
- الفحوصات المخبرية الدهون
- (الكوليسترول الكلي، الكرياتينين)
- الجلوكوز التراكمي
- تقييم الصحة النفسية PHQ9 سنوياً
- صحة الفم سنوياً

1. World Health Organization, IARC, Globocan 2022.
2. National Cancer Institute (www.cancer.gov)
3. American Cancer Society
4. Abu Dhabi Department of Health (DOH). Open Data. Non-Communicable diseases 2022.
5. <https://www.webmd.com/lung/healthy-lungs-smokers-lungs>
6. Cancer research UK.
7. Center for Disease Control and Prevention (CDC).
8. <https://www.adphc.gov.ae/>



امسح رمز الاستجابة السريعة لزيارة منصات التواصل الاجتماعي الخاصة بنا
SCAN THE QR CODE TO VISIT OUR SOCIAL MEDIA PLATFORMS

