

۴ تا ۱۰ بهمن ۱۴۰۴

هفته ملی مبارزه با سرطان

هیچ کس تنها نیست؛ با هم علیه سرطان از پیشگیری تا درمان و تسکین



۴ تا ۱۰ بهمن ۱۴۰۴

روز شمار هفته ملی مبارزه با سرطان

هیچ کس تنها نیست؛ با هم علیه سرطان از پیشگیری تا درمان و تسکین

شنبه ۰۴ بهمن

آگاهی نخستین گام در پیشگیری از سرطان

یکشنبه ۰۵ بهمن

خودمراقبتی تضمین سلامت فردا

دوشنبه ۰۶ بهمن

غربالگری و تشخیص زودهنگام سرطان، نجات بخش زندگی

سه شنبه ۰۷ بهمن

دسترسی عادلانه به درمان به موقع و موثر

چهارشنبه ۰۸ بهمن

در مسیر امید همراه با مراقبت‌های حمایتی و تسکینی
از بیماران و خانواده‌ها

پنجشنبه ۰۹ بهمن

بهره‌گیری از علم و نوآوری در راستای پیشگیری و درمان موثر سرطان

جمعه ۱۰ بهمن

مشارکت ملی در پیشگیری و کنترل سرطان

پیام های اصلی و فرعی پویش سرطان سال ۱۴۰۴

۱- باورهای نادرست درباره سرطان مانع پیشگیری و درمان به موقع آن می شود.

سرطان همیشه مساوی مرگ نیست؛ بسیاری از سرطان ها با غربالگری، تشخیص زودهنگام و درمان به موقع قابل کنترل یا درمان هستند.

۱. بیماری سرطان، بیماری قابل انتقالی نیست بنابراین لزومی ندارد از یک بیمار مبتلا به سرطان دوری کنیم.

۲. سرطان مساوی با مرگ نیست، امروزه دست کم نیمی از سرطان ها بهبود می یابند و بسیاری دیگر از مبتلایان نیز طول عمری طولانی خواهند داشت.

۳. درد، جزیی از علائم سرطان نیست. سرطان با درد شروع نمی شود پس «چون درد ندارم، سرطان ندارم» باور درستی نیست.

۴. سرطان فقط یک بیماری است نه عقوبت گناه.

۵. نمونه برداری، اساسی ترین راه تشخیص بیماری و جراحی، یکی از مهم ترین روش های درمان بیماری سرطان است و سبب انتشار بیماری نمی شود.

۲- سلامت روانی، معنوی و اجتماعی نقش مهمی در پیشگیری و کنترل سرطان دارد.

کاهش استرس، سلامت روان و داشتن حمایت اجتماعی، کیفیت زندگی بیماران و تاثیر درمان سرطان را بهبود می بخشد.

۱. خود را دوست بدارید و به جسم و روان خود احترام بگذارید.

۲. از تنش و اضطراب دوری کنید. اضطراب سیستم دفاعی بدن را ضعیف می کند.

۳. از رقابت های ناسالم و تنش آفرین پرهیز کنید.

۴. به طور میانگین هفت ساعت خواب در شب نیاز است. نداشتن خواب کافی، میل به خوردن شیرینی را بالا می برد و قدرت دفاعی بدن را پایین می آورد.

۵. زندگی سختی های زیادی دارد اما شاید باورهای امیدوارانه، یگانه راهی باشد که با آن می توان دشواری ها را پشت سر گذاشت.

۳- تغذیه سالم و حفظ وزن ایده‌آل خطر ابتلا به سرطان را کاهش می‌دهد.

حفظ وزن سالم و مصرف غذای متعادل شامل میوه، سبزی و غلات کامل، خطر ابتلا به بسیاری از سرطان‌ها را کاهش می‌دهد.

۱. تغذیه با میزان کالری بالا زمینه ساز سرطان است. بنابراین یکی از اقدامات اصلی پیشگیری از سرطان، کاهش مصرف مواد قندی و چربی‌های اشباع شده است.

۲. از روش‌های صحیح پخت غذا مانند بخارپز، آب‌پز و پخت ملایم در حرارت کم استفاده کنید.

۳. غذاهای نیم سوخته و سوخته (کباب، جوجه کباب، ته دیگ، سیب زمینی و پیاز داغ سوخته) مصرف نکنید.

۴. چاقی با افزایش التهاب و تغییرات هورمونی می‌تواند زمینه‌ساز سرطان‌هایی مانند سرطان پستان، روده و رحم شود.

۵. نوشیدنی‌های دارای شکر و مواد قندی مصرف نکنید و به جای آنها آب بنوشید.

۶. سوزاندن یا زغال شدگی گوشت باعث ایجاد مواد سرطان‌زا می‌شود.

۷. اگر روش کباب کردن را انتخاب کردید، نگذارید گوشت حرارت خیلی بالایی بگیرد و سوخته شود.

۸. به جای سرخ کردن غذا، از روش‌های سالم مانند آب‌پز و بخارپز کردن استفاده کنید.

۹. به جای خوراکی‌ها و تنقلات چرب، میوه و سبزی بخورید.

۴- فعالیت بدنی منظم خطر ابتلا به چندین نوع سرطان را کاهش می‌دهد.

فعالیت بدنی منظم (روزانه حداقل ۳۰ دقیقه) خطر سرطان‌هایی مانند روده بزرگ را کاهش داده و موجب بهبود سلامت عمومی فرد می‌شود.

۱. فعالیت بدنی روزانه باعث کنترل وزن، تنظیم هورمون‌ها و تقویت سیستم ایمنی بدن می‌شود؛ همه این عوامل در کاهش خطر سرطان نقش دارند.

۲. فعالیت بدنی منظم حتی بعد از سال‌ها غیرفعال بودن، می‌تواند خطر مرگ و میر را کاهش دهد.

۳. لازم نیست فعالیت بدنی شدید باشد؛ برای مثال، پیاده روی تند برای حداقل ۳۰ دقیقه در روز مزایای مهمی را برای سلامت به همراه دارد.

۴. با فعالیت‌های ورزشی سبک شروع کنید و عادت‌های کم تحرکی مانند نشستن و تماشای تلویزیون را محدود کنید.

۵. اگر دارای سابقه بیماری مانند مشکلات قلبی، فشارخون، پوکی استخوان، چاقی و .. هستید با مشورت و رعایت دستورات پزشک خود، ایمن ورزش کنید.

۶. فعالیت‌هایی مانند پیاده روی، دویدن نرم، نرمش و .. را انتخاب کنید که نیاز به وسایل و تجهیزات خاصی ندارند.

۷. حتی فعالیت بدنی کم بهتر از هیچ‌گونه فعالیتی است. هر روز که فعالیت بدنی بیشتری دارید، به کاهش خطر سرطان بیشتر کمک کرده‌اید.

۵- محافظت از پوست در برابر آفتاب از ابتلای به سرطان پوست پیشگیری می‌کند.

استفاده از کرم ضدآفتاب و پوشش مناسب، تماس با اشعه فرابنفش نور خورشید را کاهش داده و خطر سرطان پوست را کم می‌کند.

۱. قرار گرفتن طولانی مدت در معرض نور خورشید، خطر ابتلای به سرطان پوست را افزایش می‌دهد.
۲. محافظت از پوست، به‌ویژه در ساعت‌های اوج تابش خورشید (بین ۱۰ صبح تا ۴ بعدازظهر)، ضروری است.
۳. استفاده منظم از کرم ضدآفتاب، یک راه ساده و مؤثر برای پیشگیری است.
۴. پوشش مناسب (لباس آستین بلند و شلوار بلند)، کلاه، عینک آفتابی و ضدآفتاب نقش مهمی در کاهش آسیب‌های پوستی دارند.
۵. آفتاب‌سوختگی‌های مکرر، خطر ابتلای به سرطان پوست را در سال‌های بعد افزایش می‌دهد.
۶. کودکان و نوجوانان به محافظت بیشتری در برابر نور خورشید نیاز دارند.

۶- مصرف سیگار و دخانیات یکی از اصلی‌ترین عوامل قابل پیشگیری سرطان است.

مصرف دخانیات (سیگار، سیگار الکترونیک، پیپ و قلیان) مهم‌ترین عامل قابل پیشگیری سرطان است و ترک آن در هر سنی خطر سرطان را کاهش می‌دهد.

۱. دود مواد دخانی (سیگار، سیگار الکترونیک، پیپ و قلیان) فقط ریه را درگیر نمی‌کند بلکه باعث بسیاری از بیماری‌های دیگر مانند سرطان‌های دهان، گلو، مری و مثانه می‌شود.
۲. انواع مواد دخانی از جمله قلیان حاوی ۷۰۰۰ ماده شیمیایی؛ حداقل ۲۵۰ ماده سمی یا سرطان‌زا هستند.
۳. قلیان ۴۰۰ ماده سمی و سرطان‌زا دارد. تنباکوه‌های میوه‌ای علاوه بر این ۴۰۰ نوع سم، مواد مضرتری نیز دارند که از پوست میوه تخمیر شده با مواد افزودنی تهیه می‌شوند و می‌توانند باعث آلرژی (حساسیت) و آسم نیز شوند.
۴. هر وعده قلیان معادل ۵۰ تا ۱۰۰ نخ سیگار است.
۵. در مصرف قلیان، مکش ریوی است و باید ریه‌ها را پرکرد. در حالی که در کشیدن سیگار، مکش دهانی است و دود آن قورت داده می‌شود. بنابراین دود قلیان که مضرتر است با مکش ریوی عمیق‌تر، تا انتهای‌ترین منافذ ریه نفوذ می‌کند و همچنین قرار گرفتن در معرض دود مواد دخانی اطرافیان هم، خطر سرطان را بالا می‌برد.



۷- مصرف الکل و مواد مخدر خطر ابتلا به انواع سرطان را افزایش می‌دهد.

مصرف الکل با افزایش خطر سرطان‌هایی مانند پستان، کبد و دستگاه گوارش مرتبط است. مصرف تریاک می‌تواند احتمال ابتلا به سرطان‌های مثانه، حنجره، ریه، مری، پانکراس و معده را افزایش دهد

۱. مصرف الکل با افزایش خطر چندین نوع سرطان مرتبط است.
۲. استفاده از الکل می‌تواند به سرطان‌های کبد، دهان و دستگاه گوارش منجر شود.
۳. مصرف هم‌زمان الکل و مواد مخدر، خطر ابتلای به انواع سرطان‌ها را چند برابر می‌کند.
۴. ترک مصرف الکل و مواد مخدر، گامی مهم در پیشگیری از انواع سرطان‌ها است.
۵. بسیاری از اثرات سرطان‌زای الکل و مواد مخدر در ابتدای مصرف آنها قابل مشاهده نیستند.

۸- آلودگی هوا خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی، ریوی و سرطان را افزایش می‌دهد.

آلودگی هوا تهدیدی جدی برای سلامت انسان است.

۱. کودکان، سالمندان و بیماران بیشترین آسیب را از هوای آلوده می‌بینند.
۲. قرارگرفتن طولانی‌مدت در هوای آلوده، عمر انسان را کاهش می‌دهد.
۳. کاهش آلودگی هوا، کیفیت زندگی و سلامت عمومی جامعه را بهبود می‌بخشد.
۴. آلودگی هوا در سال ۲۰۲۱، حدود ۱۸،۶ درصد از کل مرگ و میرهای ناشی از سرطان ریه در سراسر جهان را سبب شده است. در ایران حدود ۱۷ درصد از مرگ‌ومیرهای سرطان ریه قابل‌اتصال به آلودگی هوا بوده‌اند
۵. تخمین زده می‌شود که آلودگی هوا سالانه در مرگ حدود ۸،۱ میلیون نفر نقش دارد. آلودگی هوا در کشور سالانه ۵۰ هزار مرگ و میر در پی دارد.
۶. آلودگی هوا تنها یک مشکل زیست‌محیطی نیست، بلکه یک بحران سلامت است.
۷. حفاظت از هوای پاک، سرمایه‌گذاری برای سلامت نسل‌های آینده است.

۹- برخی عفونت‌ها از دلایل قابل پیشگیری سرطان هستند.

قرارگرفتن در معرض برخی عفونت‌ها مانند هپاتیت، خطر ابتلای به سرطان را افزایش می‌دهد که با پیشگیری قابل کنترل است.

۱. از راه کارهای ساده برای محافظت در برابر عوامل عفونی می‌توان به توجه به اصول بهداشت فردی و عمومی، انجام واکسیناسیون به موقع، رعایت اصول ایمنی تزریق، پیروی از دستورات و داروهای تجویز شده توسط پزشک اشاره نمود.

۲. شایع‌ترین عوامل عفونی ایجادکننده سرطان و راه‌کارهای ساده برای محافظت در برابر عوامل عفونی را بشناسید.

۳. درمان عفونت معده ناشی از هلیکوباکتریلوری می‌تواند از بروز نوع خاصی از سرطان معده جلوگیری کند.

۴. دوری از رفتارهای پرخطر جنسی می‌تواند از ابتلا به سرطان دهانه رحم ناشی از پاپیلوماو ویروس جلوگیری کند.

۵. از رفتارهای پرخطر جنسی برای پیشگیری از انواع سرطان‌ها به ویژه سرطان‌های دهان و حلق، دهانه رحم و مقعد اجتناب کنید.

۱۰- داشتن سابقه خانوادگی سرطان خطر ابتلا به برخی سرطان‌ها را افزایش می‌دهد.

داشتن سابقه خانوادگی برخی سرطان‌ها خطر ابتلای به آنها را افزایش می‌دهد اما با آگاهی و غربالگری هدفمند می‌توان این خطر را مدیریت کرد.

۱. برخی سرطان‌ها زمینه ارثی دارند و در اعضای یک خانواده بیشتر دیده می‌شوند.

۲. داشتن سابقه سرطان در خانواده درجه یک و دو، می‌تواند احتمال ابتلای شما به سرطان را افزایش دهد.

۳. آگاهی از سابقه خانوادگی و صحبت با پزشک در مورد آن، به تشخیص زودهنگام سرطان کمک می‌کند.

۴. افراد با سابقه خانوادگی سرطان به غربالگری‌های زودتر و منظم‌تری نیاز دارند.

۵. عوامل ژنتیکی (ارثی) می‌توانند خطر ابتلا به برخی سرطان‌ها را افزایش دهند.

۶. سابقه خانوادگی سرطان، به معنای ابتلای قطعی نیست اما یک هشدار است.

۷. رعایت سبک زندگی سالم می‌تواند خطر سرطان را حتی در افراد با سابقه خانوادگی کاهش دهد.

۱۱- توجه به علایم هشدار می تواند ابتلای به سرطان ها را زودتر آشکار کند.

مراجعه سریع به پزشک در صورت مشاهده علایم هشدار سرطان، شانس تشخیص زودهنگام و درمان موفق سرطان را افزایش می دهد.

۱. هر تغییر غیرعادی در بدن، می تواند یک پیام هشدار سرطان باشد؛ آن را نادیده نگیرید.
۲. توجه به نشانه های اولیه بدن، نخستین گام در تشخیص زودهنگام سرطان است.
۳. دردها، توده ها یا تغییرات مداوم می توانند علامت هشدار سرطان باشند، نه اتفاقی ساده.
۴. تشخیص زودهنگام سرطان با توجه به این علایم کوچک آغاز می شود.
۵. بدن شما قبل از بیماری جدی، هشدار می دهد؛ به آن توجه کنید.
۶. بی توجهی به علایم هشدار اولیه، فرصت درمان آسان را از بین می برد.
۷. شناخت علایم هشداردهنده سرطان، شانس نجات جان تان را افزایش می دهد.

۱۲- شرکت منظم در برنامه های غربالگری سرطان جان انسان ها را نجات می دهد.

غربالگری منظم سرطان ها باعث تشخیص زودرس و کاهش مرگومیر ناشی از آنها می شود.

۱. تشخیص زودهنگام سرطان ها، شانس درمان موفق آنها را چندین برابر می کند.
۲. بسیاری از سرطان ها در مراحل اولیه بدون علامت هستند و غربالگری، تنها راه کشف زودهنگام آنها است.
۳. غربالگری به موقع می تواند از پیشرفت انواع سرطان و عوارض شدید آنها جلوگیری کند.
۴. با شناسایی ضایعات پیش سرطانی، می توان از بروز انواع سرطان جلوگیری کرد.
۵. پیشگیری همیشه ساده تر، کم هزینه تر و مؤثرتر از درمان دیرهنگام است.
۶. غربالگری منظم هزینه های درمانی خانواده و نظام سلامت را کاهش می دهد.
۷. برنامه های غربالگری بر اساس شواهد علمی و توصیه های جهانی طراحی شده اند.
۸. ۳۰ تا ۵۰ درصد از سرطان ها قابل پیشگیری هستند؛ شرکت منظم در غربالگری ها، سرمایه گذاری برای آینده شما و خانواده تان است.

۱۳- غربالگری منظم سرطان پستان باعث تشخیص زودهنگام بیماری می‌شود.

غربالگری منظم سرطان پستان با تشخیص بیماری در مراحل اولیه، شانس درمان موفق و حفظ کیفیت زندگی بانوان را به طور چشمگیری افزایش می‌دهد.

۱. سالیانه حدود ۲۰,۰۰۰ مورد جدید سرطان پستان در کشور ثبت می‌شود؛ یعنی حدوداً روزی ۵۵ نفر و ساعتی ۲ نفر (آخرین گزارش رسمی اداره سرطان). تشخیص زودهنگام، ساده‌ترین و مؤثرترین راه مقابله با سرطان پستان است.

۲. تشخیص زودهنگام سرطان پستان، شانس درمان موفق و حفظ کیفیت زندگی فرد مبتلا را افزایش می‌دهد.

۳. با غربالگری منظم می‌توان سرطان پستان را پیش از بروز علائم آن شناسایی کرد.

۴. بسیاری از توده‌های پستان در مراحل اولیه بدون درد و علامت هستند.

۵. انجام منظم ماموگرافی، نقش کلیدی در تشخیص زودهنگام سرطان پستان دارد.

۶. غربالگری به‌موقع سرطان پستان، نیاز به درمان‌های تهاجمی را کاهش می‌دهد.

۷. تشخیص سرطان پستان در مراحل اولیه، میزان بقای مبتلایان را به‌طور چشمگیری افزایش می‌دهد.

۸. پیگیری برنامه غربالگری سرطان پستان، بخشی مهم از مراقبت‌های سلامت بانوان است.

۱۴- غربالگری سرطان دهانه رحم می تواند از بروز این نوع سرطان به طور موثر پیشگیری کند.

غربالگری منظم سرطان دهانه رحم می تواند از بیش از ۹۰ درصد موارد این سرطان پیشگیری کرده و جان بانوان زیادی را نجات دهد.

- ۱ بسیاری از بانوان مبتلا به سرطان دهانه رحم، در مراحل اولیه هیچ علامتی ندارند بنابراین غربالگری ضروری است.
- ۲ غربالگری منظم سرطان دهانه رحم، ضایعات پیش سرطانی را قبل از تبدیل شدن به سرطان شناسایی می کند.
- ۳ تشخیص زودهنگام تغییرات سلولی دهانه رحم، امکان درمان ساده و موفق سرطان دهانه رحم را فراهم می سازد.
- ۴ غربالگری منظم، خطر ابتلا و مرگ ناشی از سرطان دهانه رحم را به طور چشمگیری کاهش می دهد.
- ۵ پیشگیری از سرطان دهانه رحم با یک آزمایش ساده امکان پذیر است.
- ۶ پیگیری منظم غربالگری، بخشی از مراقبت های ضروری سلامت بانوان است.

۱۵- غربالگری سرطان روده بزرگ از بروز آن و مرگ ناشی از این سرطان پیشگیری می کند.

غربالگری سرطان روده بزرگ نه تنها باعث تشخیص زودهنگام می شود، بلکه با شناسایی و برداشتن ضایعات پیش سرطانی می تواند از بروز این سرطان جلوگیری کند.

- ۱ بسیاری از مبتلایان به سرطان روده بزرگ در مراحل اولیه هیچ علامتی ندارند؛ غربالگری حیاتی است.
- ۲ سالیانه ۱۳,۵۰۰ مورد جدید سرطان روده بزرگ و مقعد در کشور ثبت می شود؛ یعنی حدود ۳۷ نفر روزانه (آخرین گزارش رسمی اداره سرطان). با یک اقدام ساده و به موقع (غربالگری)، پیشگیری از سرطان روده بزرگ امکان پذیر است.
- ۳ غربالگری منظم می تواند ضایعات پیش سرطانی روده بزرگ را پیش از تبدیل به سرطان شناسایی و درمان کند.
- ۴ تشخیص زودهنگام سرطان روده بزرگ، شانس درمان کامل را به طور چشمگیری افزایش می دهد.
- ۵ برداشتن پولیپ ها در مراحل اولیه، از بروز سرطان روده بزرگ جلوگیری می کند.
- ۶ پیگیری منظم برنامه غربالگری، بخشی مهم از سبک زندگی سالم است.

سایر پیام ها و شعار ها

- بیماری سرطان را با اطلاعات صحیح، تشخیص زودهنگام و درمان‌های هدفمند، کاهش دهیم.
- در صورت داشتن سابقه‌ی خانوادگی سرطان، غربالگری‌ها را به‌موقع انجام دهیم.
- سهم من در پیشگیری از سرطان، بیشتر از پنجاه درصد است.
- سرطان قابل پیشگیری است اگر شیوه زندگی خود را اصلاح کنیم.
- روش‌های خودمراقبتی برای پیشگیری اولیه از سرطان را بشناسیم.
- علایم هشداردهنده سرطان را بشناسیم؛ هر چه سرطان زودتر تشخیص داده شود، درمان پذیرتر است.
- زندگی روانی، معنوی و اجتماعی سالم، یعنی ابتلای کمتر به سرطان.
- ما برای تامین، حفظ و ارتقای سلامت خود، خانواده و اطرافیان مسولیت فردی، خانوادگی و اجتماعی داریم.
- باورهای نادرست را کنار بگذاریم و به دیگران امید بدهیم: دست کم نیمی از سرطان‌ها درمان پذیرند.
- درباره سرطان گفتگو کنیم، 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 بیماری‌ها است.
- هر روز ۱۴۴۰ دقیقه است چند دقیقه برای سلامتی خود اقدام می‌کنیم؟
- اولین پک سیگار، ما را به دنیای دود وارد می‌کند؛ دنیایی که پیدا کردن راه خروج از آن دشوار است.
- چه خوب است که در دور همی‌های دوستانه، نشانی از دود نباشد.
- بیش از ۷۰۰۰ ماده شیمیایی در اثر استفاده از سیگار در محیط منتشر می‌شود که ۷۰ نوع آنها سرطان‌زا هستند.
- ۱۵ سال بعد از ترک مواد دخانی، احتمال بروز سرطان ریه و حمله قلبی در شما مانند فردی است که تاکنون دخانیات مصرف نکرده است.

۴ تا ۱۰ بهمن ۱۴۰۴

روز شمار هفته ملی مبارزه با سرطان

□ من نوجوانم، سیگار نمی کشم.

□ من جوانم قلیان نمی کشم.

□ سیگار الکترونیک؛ دود مدرن با ضررهای قدیمی.

□ سیگار الکترونیک؛ یک ظاهر جذاب، یک خطر پنهان!

□ دود الکترونیک، آینده‌ای تاریک!

□ نیکوتین دیجیتال، سلامتی در آستانه سقوط.

□ پشت دود الکترونیکی آسیب های واقعی پنهان است!

□ به جای مصرف فست فودها، از غذاهای سالم استفاده کنیم.

□ چقدر خوب است گاهی ما برنامه ورزشی دسته جمعی برای خانواده بچینیم.

□ من نوجوانم، ورزش می کنم.

□ سرطان مساوی مرگ نیست.

□ سرطان بیماری مسری نیست.

□ با خودمراقبتی و امید می توان سرطان را نیز به زانو در آورد.

برخی از پیام های رفتاری

- انجام آزمایش های منظم مانند ماموگرافی، کولونوسکوپی و آزمایش پاپ اسمیر می تواند سرطان را در مراحل اولیه تشخیص دهد.
- مراکز جامع خدمات سلامت/ پایگاه بهداشت محله خود را بشناسیم و جهت دریافت خدمات غربالگری و تشخیص زودهنگام سرطان مراجعه نماییم.
- هر فرد، یک سفیر آگاهی در مبارزه با سرطان است.
- سبک زندگی سالم، راهی برای پیشگیری از سرطان است.
- با مصرف فیبر بیشتر و چربی کمتر، خطر سرطان روده را کاهش دهیم.
- امید، درمان و حمایت؛ کلید مبارزه با سرطان کودکان است.
- با غربالگری سرطان روده بزرگ یعنی با روش هایی مثل آزمایش مدفوع یا کولونوسکوپی (که یک دوربین کوچک وارد روده می کنند)، پولیپ های خطرناک یا علائم اولیه سرطان زود تشخیص داده می شود و می توان آنها را از بین برد. (در مردان و زنان بالای ۱۸ سال)
- با غربالگری سرطان سینه یعنی با روش هایی مثل معاینه ، سونوگرافی و ماموگرافی و.. علائم اولیه سرطان سینه را می توان تشخیص داد و آنها را از بین برد (مردان و زنان بین گروه سنی ۳۰ تا ۶۹ سال)