



دانشگاه ایلام

فعالیت بدنی و سرطان

کری کومبیا - کریستین فریدنریچ

مترجمان:

سیده مریم نقیب زاده (عضو هیأت علمی دانشگاه ایلام) - جعفر رشنوادی نژاد - عباس

فتحی - مژگان صالحی پور (عضو هیأت علمی دانشگاه ایلام) - زین العبدین

ویراستار علمی

الهام داودی دهاقانی

سرشناسه	کری کورنیا - کریستین فریدنریچ
عنوان و نام پدیدآور	Kerry S. Courneya • Christine M. Friedenreich فعالیت بدنی و سرطان/ ویراستاران [کری کورنیا، کریستین فریدنریچ : مترجمان مریم نقیب زاده... [و دیگران].
مشخصات نشر	ایلام: جوهر حیات، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	۳۴۴ ص.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۶۳۵۵-۸۲-۵
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	عنوان اصلی: Physical activity and cancer, c۲۰۱۱
یادداشت	مترجمان مریم نقیب زاده، جبار رشنوادی نژاد، عباس فتحی، مژگان صالحی پور، پیمان علیزاده.
موضوع	سرطان - فیزیوتراپی
موضوع	تمرین های ورزشی -- جنبه های فیزیولوژیکی
شناسه افزوده	فریدنریچ، کریستین مارت، ۱۹۶۰ - م.
شناسه افزوده	Friedenreich, Christine Marth
شناسه افزوده	نقیب زاده، مریم، ۱۳۶۱ - مترجم
رده بندی کنگره	۹۲/۹۱/ف۹۱/RC
رده بندی دیویی	۶۱۶/۷۲۰۶۲
شماره کتابشناسی ملی	۳۴۰۶۵۳۲



دانشگاه ایلام



پروانه ۱۵۲۱

نام کتاب: فعالیت بدنی و سرطان

مؤلفان: کری کورنیا - کریستین فریدنریچ

مترجمان: مریم نقیب زاده، جبار رشنوادی نژاد، عباس فتحی، مژگان صالحی پور، پیمان علیزاده

ویراستار علمی: الهام داودی دهاقانی

ویراستار ادبی: صدیقه قبادیان، مهتاب نقیب زاده

صفحه آرای: لیلا نقیب زاده

شمارگان: ۱۰۰۰

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۲

سال چاپ: ۱۳۹۲

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۳۵۵-۸۲-۵

قیمت: ۱۲۰۰۰۰ ریال

ناشر: جوهر حیات

ایلام، بلوار دانشجو، روبروی دانشگاه پیام نور، مجتمع تجاری آریان

تلفن: ۲۲۳۸۸۴۶ (۰۸۴۱) همراه: ۰۹۱۸۳۴۲۱۹۵۱

فهرست مطالب

فصل ۱ فعالیت بدنی و سرطان: مقدمه

۱.۱. فعالیت بدنی، ورزش و آمادگی جسمانی مرتبط با سلامتی.....	۲
۲.۱. محتوا و سازماندهی کتاب.....	۲
۳.۱. روش شناسی تحقیقات مربوط به فعالیت بدنی و سرطان.....	۳
۴.۱. خلاصه ای از مباحث فعالیت های بدنی و پیشگیری از سرطان.....	۵
۵.۱. خلاصه بخش فعالیت بدنی و زنده ماندن پس از سرطان.....	۷
۶.۱. خلاصه بخش فعالیت بدنی و موضوعات خاص سرطان.....	۹
۷.۱. چهار چوبی تحقیقات آینده برای پژوهش در فعالیت بدنی و سرطان.....	۱۰
۸.۱. خلاصه کلی و نتایج.....	۱۱

فصل ۲ فعالیت بدنی و پیشگیری از سرطان پستان

۱.۲. مقدمه.....	۱۳
۲.۲. شواهد همه گیرشی.....	۱۴
۱.۲.۲. پیش زمینه.....	۱۴
۲.۲.۲. روابط کلی بین فعالیت بدنی و احتمال ابتلاء به سرطان پستان.....	۱۴
۳.۲.۲. نوع، میزان و زمانبندی فعالیت.....	۱۶
۴.۲.۲. زیرگروه های جامعه.....	۲۱
۵.۲.۲. خلاصه ای از یافته های همه گیرشناسی.....	۲۸
۳.۲. مکانیسم های بیولوژیک.....	۲۹
۱.۳.۲. هورمون های جنسی.....	۳۰
۲.۳.۲. عوامل وابسته به انسولین.....	۳۳
۳.۳.۲. ادیوپاتین ها و التهاب.....	۳۴
۴.۳.۲. مکانیسم های دیگر.....	۳۵
۴.۲. نتیجه گیری.....	۳۵

فصل ۳ فعالیت بدنی و پیشگیری از سرطان دستگاه ادراری

۱.۳. شواهد اپیدمیولوژیک.....	۴۳
۱.۱.۳. روش ها.....	۴۳
۲.۳. سرطان پروستات.....	۴۴
۱.۲.۳. پیش زمینه.....	۴۴
۲.۲.۳. مطالعات اپیدمیولوژیک فعالیت بدنی و سرطان پروستات.....	۴۴
۳.۲.۳. ارتباط کلی بین فعالیت بدنی و خطر ابتلاء به سرطان پروستات.....	۴۵
۴.۲.۳. نوع فعالیت بدنی و خطر سرطان پروستات کل.....	۴۶
۵.۲.۳. میزان فعالیت بدنی در ارتباط با خطر سرطان پروستات کل.....	۴۸
۶.۲.۳. زمانبندی فعالیت بدنی در ارتباط با خطر سرطان پروستات کل.....	۴۸

۴۹	۷.۲.۳. فعالیت بدنی و سرطان پروستات کل در زیرگروه‌های جمعیتی
۵۰	۸.۲.۳. خلاصه یافته‌های اپیدمیولوژیک فعالیت بدنی و سرطان پروستات
۵۰	۳.۳. سرطان مثانه
۵۰	۱.۴.۳. پیش زمینه
۵۰	۲.۳.۳. مطالعات اپیدمیولوژیک فعالیت‌های بدنی و سرطان مثانه
۵۱	۳.۳.۳. ارتباط کلی میان فعالیت‌های بدنی و سرطان مثانه
۵۳	۴.۳.۳. فعالیت بدنی و خطر سرطان مثانه
۵۳	۵.۳.۳. میان فعالیت بدنی و ارتباط آن با خطر سرطان مثانه
۵۳	۶.۳.۳. رابطه بین فعالیت بدنی با خطر سرطان مثانه
۵۳	۷.۲.۳. فعالیت بدنی و سرطان مثانه در زیرگروه‌های جمعیتی
۵۳	۸.۲.۳. خلاصه از یافته‌های اپیدمیولوژیک مربوط به فعالیت بدنی و سرطان مثانه
۵۴	۴.۳. سرطان سلولی بیضه
۵۴	۱.۴.۳. پیش زمینه
۵۴	۲.۴.۳. مطالعات اپیدمیولوژی سرطان بیضه و RCC
۵۴	۳.۴.۳. ارتباط کل بین فعالیت بدنی و خطر سرطان بیضه
۵۵	۴.۴.۳. نوع فعالیت بدنی و خطر RCC
۵۵	۵.۴.۳. میزان فعالیت بدنی در رابطه با خطر RCC
۵۶	۶.۴.۳. زمانبندی فعالیت بدنی در ارتباط با خطر RCC
۵۶	۷.۴.۳. فعالیت بدنی و خطر RCC در زیرگروه‌های جمعیتی
۵۸	۸.۴.۳. خلاصه‌ای از یافته‌های اپیدمیولوژیک بر روی فعالیت بدنی و RCC
۵۸	۵.۳. سرطان بیضه
۵۸	۱.۵.۳. پیش زمینه
۵۸	۲.۵.۳. مطالعات اپیدمیولوژیک در ارتباط با فعالیت بدنی و سرطان بیضه
۵۹	۳.۵.۳. ارتباط کلی بین فعالیت بدنی و خطر سرطان بیضه
۶۰	۴.۵.۳. نوع فعالیت بدنی و رابطه آن با سرطان بیضه
۶۰	۵.۵.۳. میزان فعالیت بدنی و رابطه آن با سرطان بیضه
۶۰	۶.۵.۳. زمانبندی فعالیت بدنی در رابطه با خطر ابتلا به سرطان بیضه
۶۰	۷.۵.۳. فعالیت بدنی و خطر ابتلا به سرطان بیضه بر اساس بافت شناسی تومور
۶۱	۸.۵.۳. خلاصه‌ای از یافته‌های اپیدمیولوژیک در زمینه فعالیت بدنی و سرطان بیضه
۶۱	۶.۳. محدودیت‌های اپیدمیولوژیک مطالعاتی در زمینه فعالیت‌های بدنی و سرطان دستگاه ادراری- تناسلی
۶۲	۷.۳. مکانیسم‌های بیولوژیکی در رابطه با فعالیت بدنی و سرطان‌های دستگاه ادراری- تناسلی
۶۲	۱.۷.۳. سرطان پروستات
۶۲	۲.۷.۳. سرطان مثانه
۶۲	۳.۷.۳. سرطان کلیوی

۴۳	 ۴.۷.۳ سرطان بیضه
۶۳	 ۸.۳ دستورالعمل های آینده

فصل ۴ فعالیت بدنی و پیشگیری از سرطان دستگاه گوارش

۶۷	 ۱.۴ مقدمه
۶۸	 ۲.۴ روش ها
۶۹	 ۳.۴ سرطان کولون
۶۹	 ۳.۴ نوع فعالیت بدنی
۷۲	 ۳.۴ میزان فعالیت بدنی
۷۲	 ۳.۴ زمان بندی فعالیت بدنی
۷۴	 ۴.۴ ریه و تحلیل های جمعیت زیر گروه
۷۵	 ۵.۳.۴ زیر مجموعه های کلی
۷۶	 ۶.۳.۴ ادنوم رود بزرگ
۷۷	 ۴.۴ سرطان رکتال
۷۸	 ۵.۴ سرطان معده
۷۹	 ۱.۵.۴ انواع فعالیت بدنی
۸۰	 ۲.۵.۴ میزان فعالیت بدنی
۸۰	 ۳.۵.۴ محل آناتومی تومورهای معده
۸۰	 ۶.۴ مکانیسم های بیولوژیکی
۸۳	 ۷.۴ نتیجه

فصل ۵ فعالیت بدنی و پیشگیری از سرطان ریه

۹۱	 ۱.۵ مقدمه
۹۳	 ۲.۵ بررسی های اپیدمیولوژیکی فعالیت بدنی و سرطان ریه
۹۴	 ۱.۲.۵ نتایج کلی
۹۴	 ۲.۲.۵ نتایج زیرگروهی
۹۴	 ۱.۲.۲.۵ انواع اندازه گیری فعالیت بدنی و خطر ابتلاء به سرطان ریه
۱۱۳	 ۲.۲.۲.۵ فعالیت بدنی، سیگار کشیدن، خطر ابتلاء به سرطان ریه
۱۱۴	 ۳.۲.۲.۵ فعالیت بدنی و زیرگروه های بافت شناسی سرطان ریه
۱۱۷	 ۴.۲.۲.۵ تعدیل کننده های اثر احتمالی در ارتباط با فعالیت بدنی و سرطان ریه
۱۱۸	 ۳.۵ مکانیسم های بیولوژیکی فرضی ارتباط دهنده فعالیت بدنی به سرطان ریه
۱۲۰	 ۴.۵ نتایج اصلی و مفاهیم دیگر

فصل ۶ فعالیت بدنی و پیشگیری از سرطان خون

۱۲۳	 ۱.۶ مقدمه
۱۲۴	 ۱.۱.۶ اپیدمیولوژی
۱۲۵	 ۲.۱.۶ علت شناسی و عوامل خطر

۱۲۶	۲.۶. مطالعات اپیدمیولوژیک بر روی فعالیت بدنی و سرطان های خونی
۱۲۶	۱.۲.۶. لنفوم غیر هوچکین
۱۲۳	۲.۲.۶. لوسمی
۱۲۳	۳.۲.۶. مولتیپل میلوما و لنفوم هوچکین
۱۲۳	۳.۶. مکانیسم های بیولوژیکی که به صورت اساسی فرض شده اند
۱۲۳	۱.۴.۶. تقویت سیستم ایمنی بدن
۱۲۶	۲.۳.۶. حفظ تعادل انرژی
۱۲۳	۲.۳.۶. بهینه سیستم دفاعی آنتی اکسیدانی
۱۲۳	۴.۳.۶. اثر بر ریزومون های متابولیکی
۱۲۸	۵.۳.۶. اثرات ضد التهابی
۱۲۹	۴.۶. نتیجه گیری و چشم انداز آینده

فصل فعالیت بدنی و پیشگیری از سرطان دستگاه تناسلی زنان

۱۴۸	۱.۷. سرطان آندومتر
۱۴۸	۱.۱.۷. نتایج کلی
۱۴۹	۲.۱.۷. حوزه فعالیت بدنی
۱۵۰	۳.۱.۷. شدت، مدت و تکرار
۱۵۳	۴.۱.۷. دوره سنی
۱۵۳	۵.۱.۷. زیر گروه های جمعیتی
۱۵۳	۶.۱.۷. نتیجه گیری ها
۱۵۴	۲.۷. سرطان تخمدان
۱۵۴	۱.۲.۷. نتایج کلی
۱۵۵	۲.۲.۷. دامنه فعالیت بدنی
۱۵۵	۳.۲.۷. شدت، مدت و تکرار
۱۵۶	۴.۲.۷. دوره سنی
۱۵۶	۵.۲.۷. زیر گروه های جمعیتی
۱۵۸	۶.۲.۷. نتیجه گیری ها
۱۵۹	۳.۷. سرطان گردن رحم
۱۶۰	۱.۳.۷. یافته های کلی و نتیجه گیری ها
۱۶۰	۴.۷. مکانیسم های بیولوژیکی
۱۶۱	۱.۴.۷. سطوح هورمون جنسی
۱۶۳	۲.۴.۷. چاقی
۱۶۳	۳.۴.۷. مسیرهای واسطه ای انسولین
۱۶۴	۴.۴.۷. التهاب
۱۶۵	۵.۴.۷. عملکرد ایمنی

۱۶۵	۶.۴.۷. میرهای سلولی و متابولیک
۱۶۶	۷.۴.۷. مکانیسم‌های بیولوژیکی - نتیجه گیری ها

فصل ۸ فعالیت بدنی و زنده ماندن پس از سرطان پستان

۱۷۳	۱.۸. مقدمه
۱۷۴	۲.۸. ابعاد بالینی: آثار درمانی که می‌توان با فعالیت بدنی اصلاح کرد
۱۷۴	۱.۲.۸. شیمی درمانی
۱۷۵	۲.۲.۸. تشعشع
۱۷۵	۳.۲.۸. جراحی
۱۷۶	۴.۲.۸. هورمون درمانی
۱۷۶	۵.۲.۸. هدف درمانی
۱۷۷	۶.۲.۸. ریسک سرطان
۱۷۷	۳.۸. آثار فعالیت بدنی بر پیچ مراقبت حمایتی
۱۷۷	۱.۳.۸. ایمنی تمرین بدنی در درمان سرطان پستان و بعد از آن
۱۸۵	۲.۳.۸. آمادگی هوازی
۱۸۸	۳.۳.۸. خستگی
۱۸۸	۴.۳.۸. اندازه بدن
۱۸۹	۵.۳.۸. لطف ادما
۱۹۰	۶.۳.۸. کیفیت زندگی
۱۹۱	۷.۳.۸. خلاصه و نتیجه‌گیری درباره آثار فعالیت بدنی بر پیچ مراقبت حمایتی
۱۹۱	۴.۸. پیامدهای بیماری
۱۹۲	۵.۸. دستورالعمل‌هایی برای تحقیقات آینده
۱۹۲	۱.۵.۸. دستورات کلی
۱۹۳	۲.۵.۸. در طول مدت شیمی‌درمانی و رادیوتراپی
۱۹۳	۳.۵.۸. پس از شیمی‌درمانی و رادیوتراپی
۱۹۳	۶.۸. توصیه‌های بالینی
۱۹۴	۷.۸. خلاصه و نتیجه‌گیری

فصل ۹ فعالیت بدنی و زنده ماندن پس از سرطان دستگاه ادراری

۲۰۱	۱.۹. مقدمه
۲۰۲	۲.۹. درمان سرطان پروستات و آثار جانبی شایع
۲۰۳	۳.۹. اختلالات مربوط به سارکوپنیا و محرومیت آندروژن
۲۰۳	۱.۳.۹. ترکیب بدنی
۲۰۵	۲.۳.۹. توده استخوانی و شکستگی اسکلتی
۲۰۶	۳.۳.۹. نیمرخ لیپوپروتئینی و مقاومت به انسولین
۲۰۶	۴.۹. دیگر آثار جانبی محرومیت آندروژن

۲۰۶	۱.۴.۹. کیفیت زندگی
۲۰۶	۵.۹. درمان سرطان کلیه و مثانه و آثار جانبی متداول
۲۰۷	۶.۹. مداخلات ورزشی در طول درمان سرطان پروستات
۲۱۳	۷.۹. مطالعه تمرین‌ها و آثار آن بر تستسترون و PSA (پیامدهای بیماری)
۲۱۳	۸.۹. مداخلات ورزشی پس از درمان سرطان پروستات
۲۱۴	۹.۹. فعالیت بدنی و سرطان مثانه
۲۱۴	۱۰.۹. توصیه‌های بالینی
۲۱۵	۱۱.۹. دستورعمل‌هایی برای آینده
۲۱۶	۱۲.۹. خلاصه

فصل ۱۰ فعالیت بدنی و زنده ماندن پس از سرطان دستگاه گوارش

۲۲۱	۱.۱۰. مقدمه
۲۲۲	۲.۱۰. اهمیت بالینی سرطان دستگاه گوارش
۲۲۲	۳.۱۰. درمان سرطان‌های دستگاه گوارش
۲۲۴	۴.۱۰. فعالیت بدنی و پیامدهای بیماری در بازماندگی از سرطان دستگاه گوارش
۲۲۷	۱.۴.۱۰. مکانیسم بالقوه فعالیت بدنی بر پیامدهای بیماری در بازماندگان از سرطان دستگاه گوارش
۲۲۹	۵.۱۰. نتایج مراقبت حمایتی و فعالیت بدنی در بازماندگان سرطان دستگاه گوارش
۲۲۹	۱.۵.۱۰. مطالعات مشاهده‌ای
۲۲۹	۲.۵.۱۰. مطالعات مداخله‌ای
۲۳۰	۶.۱۰. خلاصه و دستورعمل‌هایی برای آینده

فصل ۱۱ فعالیت بدنی و زنده ماندن پس از سرطان ریه

۲۳۳	۱.۱۱. اهمیت بالینی سرطان ریه
۲۳۴	۲.۱۱. بازماندگان از سرطان ریه آمادگی قلبی ریوی ضعیفی دارند
۲۳۵	۳.۱۱. اهمیت مرکزی آمادگی قلبی ریوی در طول پیوستار سرطان ریه
۲۳۷	۴.۱۱. ورزش درمانی در پی تشخیص سرطان
۲۳۷	۵.۱۱. ورزش درمانی در پی تشخیص سرطان ریه
۲۳۷	۱.۵.۱۱. ورزش درمانی برای سرطان ریه قابل جراحی - پیش از برداشت عضو از طریق جراحی
۲۴۶	۲.۵.۱۱. ورزش درمانی برای سرطان ریه قابل جراحی - پس از برداشت عضو از طریق جراحی
۲۴۶	۶.۱۱. ورزش درمانی برای سرطان ریه غیرقابل جراحی
۲۴۷	۷.۱۱. توصیه‌های بالینی
۲۵۰	۸.۱۱. دستورهای برای آینده
۲۵۴	۹.۱۱. خلاصه

فصل ۱۲ فعالیت بدنی و زنده ماندن پس از سرطان خون

۲۵۵	۱.۱۲. سابقه و اهمیت سرطان خون
۲۵۶	۲.۱۲. درمان سرطان‌های خون

۲۵۶	۱.۲.۱۲. شیمی درمانی.....
۲۵۶	۲.۲.۱۲. پرتودرمانی.....
۲۵۷	۳.۲.۱۲. ایمونوتراپی.....
۲۵۷	۴.۲.۱۲. پیوند مغز استخوان و سلول بنیادی.....
۲۵۸	۳.۱۲. مطالعاتی درباره مداخلات ورزشی در بزرگسالان مبتلا به سرطان های خون.....
۲۵۸	۱.۳.۱۲. مطالعاتی که در بیماران مختلط مبتلا به سرطان های مختلف خون انجام شده است.....
۲۶۴	۲.۳.۱۲. مطالعاتی که در بیماران مبتلا به میلوم چندگانه انجام شده است.....
۲۶۵	۳.۱۲. مطالعات انجام شده در مبتلایان به لوسمی حاد.....
۲۶۷	۴.۳.۱۲. مطالعات انجام شده در بیماران مبتلا به لنفوما.....
۲۶۸	۴.۱۲. نتیجه.....
۲۶۸	۵.۱۲. توصیه های کلی.....
۲۶۹	۶.۱۲. دستورالعمل های تحقیقات آتی.....
	فصل ۱۳. سرطان های دستگاه تناسلی زنان
۲۷۳	۱.۱۳. مقدمه.....
۲۷۴	۲.۱۳. سرطان تخمدان.....
۲۷۴	۱.۲.۱۳. عود بیماری و بازماندگی.....
۲۷۷	۲.۲.۱۳. توصیه های بالینی.....
۲۷۸	۳.۲.۱۳. دستورالعمل برای تحقیقات آتی.....
۲۷۸	۳.۱۳. سرطان آندومتر.....
۲۸۰	۱.۳.۱۳. کیفیت زندگی.....
۲۸۱	۲.۳.۱۳. توصیه های بالینی.....
۲۸۱	۳.۳.۱۳. دستورالعمل برای تحقیقات آتی.....
۲۸۱	۴.۱۳. خلاصه: سبک زندگی و سرطان تخمدان و آندومتر.....
	فصل ۱۴. فعالیت بدنی و زنده ماندن پس از سرطان های دستگاه تناسلی زنان
۲۸۵	۱.۱۴. بازنگری پزشکی سرطان کودکان.....
۲۸۶	۱.۱.۱۴. لوسمی لنفوبلاستیک حاد سلول B.....
۲۸۶	۲.۱.۱۴. انواع دیگر بیماری های بدخیم خونی در کودکان.....
۲۸۷	۳.۱.۱۴. انواع دیگر سرطان های کودکان.....
۲۸۷	۱.۳.۱.۱۴. تومورهای سیستم عصبی مرکزی (CNS).....
۲۸۷	۲.۳.۱.۱۴. سارکوم بافت نرم.....
۲۸۷	۳.۳.۱.۱۴. تومورهای کلیوی (ویلمز).....
۲۸۸	۴.۳.۱.۱۴. لنفوم غیرهوچکین (NHL).....
۲۸۸	۲.۱۴. اثرات جانبی درمان.....
۲۸۸	۱.۲.۱۴. اثرات جانبی زودهنگام.....

۲۸۸		۲.۲.۱۴	آثار جانبی دیر هنگام: آثار متضاد سرطان / درمان و فعالیت بدنی منظم
۲۸۹		۳.۲.۱۴	HSCT در عملکرد جسمی کودکان اختلال ایجاد می‌کند
۲۹۱		۴.۲.۱۴	خستگی ناشی از سرطان
۲۹۱		۳.۱۴	سطوح آمادگی جسمانی و فعالیت بدنی در کودکان مبتلا به سرطان و بازمانده از سرطان
۲۹۵		۴.۱۴	مداخلات ورزشی در کودکان مبتلا به سرطان
۲۹۵		۱.۴.۱۴	کودکانی که HSCT دریافت نمی‌کنند
۲۹۵		۱.۴.۱۴	مداخلات برگرفته از ورزش درمانی خانگی
۲۹۶		۲.۱.۴.۱۴	مداخلات گروهی
۲۹۷		۱.۴.۱۴	مداخلات داخل بیمارستانی با نظارت فردی که بر تمرین‌های مقاومتی (وزنه برداری) تأکید زیادی دارند
۲۹۷		۲.۴.۱۴	کودکان تحت HSCT
۲۹۷		۳.۴.۱۴	ارزیابی گیر
۲۹۸		۴.۴.۱۴	ایمنی و اثرات جانبی
۲۹۸		۵.۱۴	توصیه‌های عملی
۲۹۹		۶.۱۴	خلاء تحقیقاتی و دست‌آورد برای تحقیقات آتی
			فصل ۱۵: فعالیت بدنی و مراقبت تسکینی سرطان
۳۰۵		۱.۱۵	مقدمه
۳۰۶		۲.۱۵	خستگی در بیماران سرطانی تحت مراقبت تسکینی
۳۱۵		۳.۱۵	وضعیت شواهد
۳۱۹		۴.۱۵	خلاصه و دیدگاه‌های آینده
۳۲۰		۵.۱۵	توصیه‌های بالینی
			فصل ۱۶: انگیزه فعالیت بدنی و بازماندگی از سرطان
۳۲۳		۱.۱۶	مقدمه
۳۲۷		۲.۱۶	نظریه شناختی رفتاری
۳۲۸		۳.۱۶	نظریه شناختی اجتماعی
۳۲۹		۴.۱۶	تئوری رفتار برنامه‌ریزی شده
۳۳۲		۵.۱۶	مدل فراتئوری
۳۳۴		۶.۱۶	تئوری خودمختاری
۳۳۵		۷.۱۶	تئوری‌ها و رویکردهای دیگر
۳۳۵		۱.۷.۱۶	تئوری اسناد
۳۳۶		۲.۷.۱۶	مصاحبه‌های انگیزشی
۳۳۶		۳.۷.۱۶	مدل سازگاری روی و مدل حفاظتی لوین
۳۳۷		۴.۷.۱۶	مدل تعامل رفتار بهداشتی سرویس گیرنده
۳۳۷		۵.۷.۱۶	مدل ۵ فاکتوری شخصیت
۳۳۸		۸.۱۶	عوامل موثر دیگر

پیش‌گفتار مترجمان

سیاس‌خدایی را که اول است بدون آنکه پیش از او اولی باشد و آخر است بدون آنکه پس از او آخری باشد. خدایی که دیده‌های بینندگان از دیدنش فرومانده و اندیشه‌های توصیف‌کنندگان از وصفش عاجز شده‌اند.

کتاب حاضر ترجمه کتاب «فعالیت بدنی و سرطان» تألیف کری کورنیا و کریستین فریدنریچ است که سال ۲۰۱۱ به چاپ رسیده است.

تألیفات اخیر نشان می‌دهد که نه تنها فعالیت بدنی برای بیمار ضرر ندارد بلکه موجب کمک به بیمار در تسهیل و احل درمان می‌شود. به طوری که اکنون تیم پزشکی، بیمار را به انجام فعالیت بدنی تشویق می‌کند. بیمار از دایره معیوب بیماری، خستگی، استراحت، ضعف آمادگی جسمانی و تشدید بیماری، به فعالیت بدنی فواید متعددی برای بیمار سرطانی دارد به عنوان نمونه موجب بهبود آمادگی جسمانی، استقامت، کاهش شکستگی استخوانی، بهبود توده عضلانی، کاهش بیماری قلبی و عروقی، کاهش سرد ابتلا به پوکی استخوان و تسهیل جریان خون در پاها و جلوگیری از لخته شدن خون و علائم خستگی ناشی از شیمی درمانی و رادیو تراپی می‌شود.

در این کتاب، به جمع‌آوری برخی از نتایج تحقیقات انجام شده برای بررسی جامع و معتبر در مورد موضوعات کلیدی فعالیت بدنی و سرطان پرداخته شده است. فعالیت بدنی یک رفتار بهداشتی مهم به منظور پیشگیری از سرطان و نیز مدیریت بسیاری از عوارض‌های حاد و مزمن است. به هر حال، تحقیق در زمینه سرطان نسبت به سایر بیماری‌های مزمن کندتر پیش می‌رود. با این وجود، اطلاعاتی که در این زمینه وجود دارد در دو دهه اخیر فعالیت بدنی در یک مکان شاخص با بسیاری از راهبردهای علم تمرین و کنترل سرطان به دست آمده است.

برای حفظ امانت، در ترجمه این کتاب دقت کافی به کار رفته است. همچنین این کتاب به صورت تخصصی و کاربردی می‌باشد. امید است همکاران و دانشجویان علمی ضمن ارائه نظرات و پیشنهادات ارزشمند خود جهت ارتقای کیفی و کمی، اشتباهاتی را که این کتاب در ترجمه کتاب وجود دارد متذکر گردند تا در چاپ‌های بعدی نسبت به تصحیح آنها اقدام گردد.

در پایان لازم می‌دانم از کلیه دوستان و همکارانی که ما را در ترجمه کتاب یاری نموده‌اند، به ویژه خانم دکتر الهام داوودی دهقانی و خانم سیده لیلا نقیب‌زاده سپاسگذاری نمایم. با امید آن که به خواست پروردگار توانا، این برگ سبز مقبول نظر افتد، آن را به همه کسانی که مدیونشان هستیم، بیه همه دانش پژوهان آگاه و متقی، پویندگان راه حقیقت و تلاشگران برای ایران اسلامی تقدیم می‌داریم.