



سرطان روده بزرگ را زود درمان کنید

روده بزرگ یا کولون بخش پایانی دستگاه گوارش می باشد. در اغلب موارد، سرطان روده بزرگ خوش خیم و قابل درمان می باشد، اما در صورتی که به موقع تشخیص داده نشود، با گذشت زمان وخیم تر می شود.

تست های غربالگری منظم با شناسایی پولیپ های روده قبل از تبدیل آنها به سرطان روده بزرگ، برای جلوگیری از سرطان روده بزرگ بسیار مفید می باشند.

سرطان روده بزرگ ناشی از بدخیم شدن سلول های دیواره داخلی روده بزرگ یا کولون است.

پولیپ های کولون و سرطان آن در مراحل اولیه می تواند بدون علامت باشد. بنابراین انجام غربالگری منظم مهم است.

درمان سرطان روده بزرگ بستگی به محل، اندازه و میزان گسترش تومور و همچنین وضعیت سلامتی بیمار دارد.

شیمی درمانی می تواند سبب بهبود کیفیت زندگی و طول عمر مبتلایان به سرطان روده بزرگ شود.

علائم و نشانه های سرطان روده بزرگ عبارتند از:

-تغییر در عادات اجابت مزاج، از جمله اسهال یا یبوست و یا تغییر در قوام مدفوع

-خونریزی مقعد و یا خون در مدفوع

-ناراحتی مداوم شکم، مانند گرفتگی، نفخ و درد

-احساس فرد از اینکه که روده به طور کامل تخلیه نمی شود

-ضعف یا خستگی

-کاهش وزن بی دلیل

بسیاری از افراد مبتلا به سرطان روده بزرگ، هیچ علامتی را در مراحل اولیه این بیماری را گزارش نمی کنند. هنگامی که علائم ظاهر شود، بسته به اندازه و محل سرطان در روده بزرگ، علائم متفاوت می باشد.

تذکر: توصیه می شود که تست های غربالگری برای تشخیص سرطان روده بزرگ از سن ۵۰ سالگی شروع شوند و برای کسانی که سابقه خانوادگی ابتلا به آن را دارند، باید از سنین پایین تر آغاز شود.

افرادی که چاق هستند، خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ و مرگ ناشی از سرطان روده در آنها بیشتر است علت

در اغلب موارد معلوم نیست چه چیزی باعث سرطان روده بزرگ می شود. پزشکان می دانند که سرطان، سلول های سالم روده بزرگ را تغییر می دهد.

سلول های سالم رشد می کنند و به طور منظم برای حفظ عملکرد بدن تقسیم می شوند. اما زمانی که یک سلول آسیب دیده و سرطانی می شود، سلول های بعد از آن نیز به شکل ناسالم تقسیم شده و رشد می کنند. این سلول های سرطانی می توانند به سلول های مجاور حمله کرده و بافت طبیعی آنها را از بین ببرند.



عواملی که ممکن است خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ را افزایش دهند، عبارتند از:

-سن بالا: اکثر افراد مبتلا به سرطان روده بزرگ مسن تر از ۵۰ سال هستند. اگرچه سرطان روده بزرگ در افراد جوان نیز رخ می دهد، اما احتمال آن خیلی کم است.

-بیماری های التهابی روده: بیماری های التهابی مزمن روده بزرگ، مانند کولیت زخمی و بیماری کرونه می توانند خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ را افزایش دهند.



-**نژاد** : آمریکایی های آفریقایی تبار در معرض خطر بیشتری برای سرطان روده بزرگ قرار دارند .

-سابقه خانوادگی ابتلا به سرطان روده بزرگ و پولیپ روده بزرگ
-برنامه غذایی پر چرب و کم فیبر

-**سبک زندگی بی تحرک** : اگر شما غیر فعال هستید، احتمال ابتلا به سرطان روده بزرگ در شما بالا می رود. داشتن فعالیت بدنی و ورزش منظم ممکن است خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ را کاهش دهد.

-**دیابت** : افراد مبتلا به دیابت و مقاوم به انسولین ممکن است بیشتر دچار سرطان روده بزرگ شوند.

-**چاقی** : افرادی که چاق هستند، افزایش خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ و افزایش خطر مرگ ناشی از سرطان روده بزرگ را تجربه می کنند.

-سیگار کشیدن

-**الکل** : استفاده از الکل ممکن است خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ را افزایش دهد.

-**اشعه درمانی برای سرطان** : پرتو درمانی یا **رادیوتراپی** ممکن است خطر سرطان روده بزرگ را افزایش دهد.

تشخیص سرطان روده بزرگ

-**معاینه بدنی و تاریخچه سلامتی فرد** : معاینه بدنی بیمار توسط پزشک برای بررسی علائم بیماری، بررسی بیماری های گذشته و درمان هایی که دریافت خواهد شد.

-**آزمایش خون پنهان در مدفوع** : بررسی مدفوع برای یافتن خونی که فقط با میکروسکوپ دیده می شود.

-**کولونوسکوپی** : در روش **کولونوسکوپی** پزشک با استفاده از یک لوله بلند، انعطاف پذیر و باریک تمام روده بزرگ را روی مانیتور مشاهده می کند.
اگر هر یک از مناطق روده مشکوک باشند، با نمونه برداری از بافت، برای بررسی بیشتر به بخش پاتولوژی فرستاده می شود.

-سی تی اسکن

مراحل سرطان روده بزرگ

مرحله یک : سرطان روده از بین پوشش سطحی (مخاط) روده بزرگ و راست روده رشد کرده است، اما فراتر از دیوار روده بزرگ و راست روده گسترش نمی یابد.

مرحله دو : سرطان از طریق دیواره روده بزرگ یا راست روده افزایش یافته است، اما به **غدد لنفاوی** مجاور گسترش نیافته است.

مرحله سه : سرطان به غدد لنفاوی مجاور حمله کرده است، اما دیگر بخش های بدن را تحت تاثیر قرار نداده است.

مرحله چهار : سرطان به سایر و اندام های بدن مانند ریه ها گسترش یافته است.

درمان

سه نوع درمان که به طور متعارف که به کار می‌روند:

-جراحی

-شیمی‌درمانی

-پرتودرمانی

جلوگیری

شما می‌توانید راهکارهای زیر را برای کاهش خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ انجام دهید:

-پرهیز از مصرف الکل

-عدم مصرف سیگار

-ورزش در بیشتر روزهای هفته. سعی کنید هر بار حداقل ۳۰ دقیقه ورزش کنید.

-داشتن برنامه غذایی سالم

-تناسب اندام و حفظ وزن مناسب بدن

