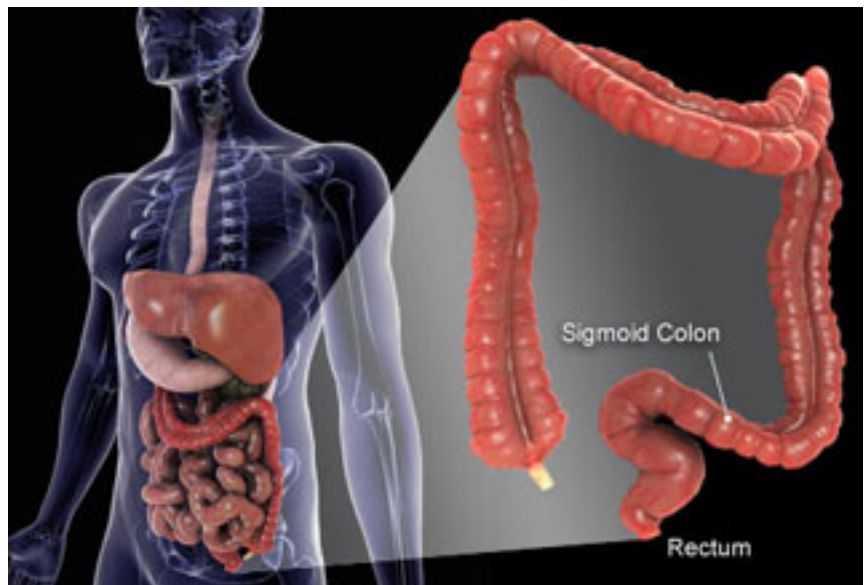


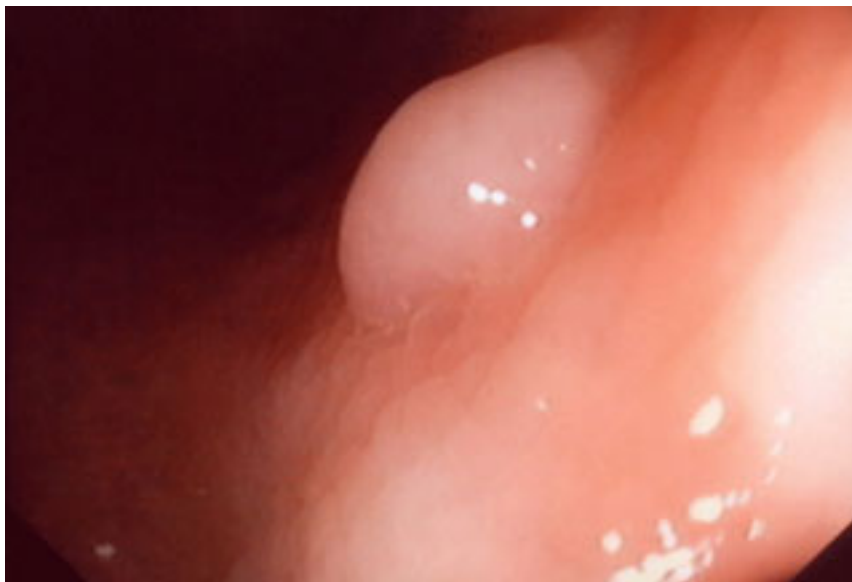
سرطان کولون از نظر تعداد بیماران مبتلا ، سومین و از نظر تعداد مرگ و میر ، دومین رتبه را دارد . این بیماری وقتی زود تشخیص داده شود، بسیار قابل درمان است.



سرطان کولون چگونه شروع می شود ؟

رشد این سرطان اغلب شبیه ظهور و رشد پولیپ در سطح جداره داخلی روده ها است . دو نوع از شاخص ترین این پولیپ ها ، آدنوما و هایپر پلاستیک هستند . بیشتر پولیپ ها خوش خیم هستند ، اما بعضی از آنها ، آمادگی بدخیم شدن را دارند . برداشتن به موقع آنها باعث کاهش خطر ابتلا به سرطان کولون می گردد . عوامل ایجاد کننده سرطان کولون را می توان به دو دسته غیر قابل کنترل و قابل

کنترل از طرف بیماران ، تقسیم کرد .



عوامل خطر آفرین خارج از کنترل عبارتند از :

- سن ، اغلب بیماران بالای 50 سال هستند
- وجود پولیپ یا ناراحتی های روده ای دیگر
- استعداد ژنتیکی خانوادگی
- سابقه ابتلا به سرطان تخمدان یا پستان در زنان

عوامل خطر آفرین قابل کنترل عبارتند از :

- رژیم غذایی ، اگر حاوی گوشت قرمز و یا مواد سرخ کردنی به مقدار زیاد باشد
- چاقی
- کم تحرکی
- کشیدن سیگار و نوشیدن الکل .

علائم هشدار دهنده سرطان کولون

متأسفانه ، علائم زودرسی برای این بیماری وجود ندارد . به همین خاطر به اشخاص بالای 40 سال توصیه می شود که برنامه چکاپ مرتبی برای خود تنظیم کنند . تشخیص زود هنگام ، به معنی شناس بالایی درمان شدن است. هرگاه این بیماری توسعه پیدا کند ، بیماران علائمی مانند مشاهده خون در مدفوع ، درد شکمی ، تغییر عادت در اجابت مزاج (مانند یبوست یا اسهال) کاهش غیر عادی وزن یا خستگی را تجربه می کنند . در این مرحله تومور بزرگ شده و درمان آن دشوار خواهد بود .

غربالمگری سرطان کولون

با توجه به بی علامت بودن سرطان کولون در مراحل ابتدایی ، بهترین راه پیشگیری ، عمل غربالمگری است . بهتر است که تمام اشخاص بالای 50 سال هر ده سال یکبار کولونوسکوپی بشوند . به وسیله کولونوسکوپی ، نه تنها امکان مشاهده تومورها در مراحل اولیه ، بلکه احتمال درمان انواع پولیپ هم وجود دارد .



کولونوسکوپی مجازی

اخیراً به کمک دستگاه CT اسکن ، امکان مشاهده تصاویر سه بعدی از داخل کولون وجود دارد . این تصاویر ، ناهنجاریهای احتمالی جداره داخلی روده را نشان می دهند . عیب اصلی این روش در آن است که در صورت مشاهده پولیپ و یا تومور ، عملاً کاری نمی توان انجام داد و

حتماً باید از فرد کولونوسکوپی به عمل آورد . البته به کمک دستگاه رادیولوژی نیز می توان عکس هایی از داخل روده به دست آورد . قبل از تصویربرداری ، به بیمار ، ماده ای به نام باریوم می دهند . اگر تصویر برداری یا کولونوسکوپی وجود زائده ای را نشان بدهد ، گام بعدی نمونه برداری از آن زائده و انجام آزمایشات لازم بر روی نمونه خواهد بود . مرحله بندی سرطان کولون به شرح ذیل است :

وقتی سرطان کولون ، تشخیص داده شد ، اولین کار تعیین مرحله رشد آن خواهد بود . چون این کار نحوه درمان و نوع روش را معین می کند .

مرحله 1- سرطان از محیط روده به جاهای دیگر سرایت نکرده است .

مرحله 2- سرطان از داخل روده به عضلات روده و مقعد سرایت کرده است .

مرحله 3- سرطان به یک یا دو عدد از نقاط لنفاوی سرایت کرده است .

مرحله 4- سرطان به اعضای دیگر بدن مانند کبد ، ریه ، استخوانها و .. سرایت کرده است .

میزان معالجه پذیری سرطان کولون

میزان درمان پذیری سرطان کولون ، به قرار گرفتن آن در یکی از مراحل فوق الذکر بستگی دارد . در اینجا شانس زنده ماندن به مدت پنج سال ، بعد از تشخیص سرطان در بیماران ، محاسبه شده است . بیمارانی که در مرحله اول قرار دارند ، احتمال زنده ماندن آنها به مدت پنج سال ، 93% است در حالیکه این احتمال برای بیماران واقع در مرحله چهار ، فقط 8 % می باشد .

کاربرد جراحی در سرطان کولون

سرطان در هر مرحله ای باشد ، به ویژه مرحله آخر ، روش درمانی شامل برداشتن مقداری از روده و بافت های آلوده ، در ناحیه تومور است . وقتی تومور بسیار بزرگ باشد ، تنها راه ، ممکن است برداشتن تمامی کولون (روده) باشد . موضوع خوش آیند این است که در مراحل اولیه ، جراحی خیلی

موثر است . اما اگر بیماری در مرحله آخر باشد ، جراحی هم چندان موفقیت آمیز نخواهد بود .

روشهای درمان در سرطان کولون پیشرفته

سرطان کولون اگر در مرحله 3 باشد ، باز قابل درمان است . در این مرحله روشهای درمانی شامل جراحی ، رادیوتراپی و شیمی درمانی خواهد بود . اگر سرطان دوباره عود و به اعضای دیگر بدن سرایت بکند ، کار درمان بسیار سخت می شود . در این زمان تنها از رادیوتراپی و شیمی درمانی ، تا حدی می توان کمک گرفت . شیمی درمانی به دلیل طولانی بودن ، بیمار را با عوارض زیادی روبرو می سازد . هنوز داروهایی که عوارض کمتری داشته باشند ، تولید نشده اند . با این حال برای کنترل حالت تهوع ، داروهای دیگری برای بیمار تجویز می شود . امروزه از روش درمانی رادیوفرکانسی (RFA) هم که مبتنی بر تابش امواج رادیویی و سوزاندن موضعی تومورها است ، استفاده می کنند . البته این روش بیشتر در درمان تومورهایی که به وسیله عمل جراحی قابل برداشتن نیستند ، به کار می رود .

پیشگیری از سرطان کولون (روده بزرگ)

بهترین راه های پیشگیری از سرطان کولون عبارتند از :

1- استفاده از رژیم غذایی سالم : غذا عامل بسیار مهم ایجاد سرطان کولون است . حتی محققان میزان تأثیر آن را تا 45% تخمین می زنند . مصرف غذاهای کم چرب و غذاهای فیبر دار مانند سبزیجات ، حبوبات ، به همه مردم توصیه می شود .

2- انجام ورزش روزانه و داشتن تحرک بدنی : ثابت شده که ورزش نقش بسیار مهمی در کاهش سرطانها و انواع بیماریها دارد . پژوهشگران تأثیر ورزش را تا 24% برآورد می کنند . حداقل روزانه انجام 30 دقیقه و یا هفته ای حداقل 3 ساعت ورزش به عموم مردم توصیه می شود .

مجله پزشکی مادر

منبع: www.webmd.com