

سرطان روده بزرگ چیست؟

سرطان روده بزرگ زمانی ایجاد می‌شود که سلول‌های پوشش داخلی روده بزرگ یا راست‌روده به‌طور غیرطبیعی و کنترل‌نشده رشد کنند. این رشد غیرطبیعی می‌تواند ابتدا به صورت پولیپ (توده‌های خوش‌خیم) ظاهر شود و در صورت عدم تشخیص و درمان، به سرطان تبدیل گردد.

تشخیص زودهنگام نقش بسیار مهمی در درمان موفق و افزایش طول عمر بیماران دارد.

شیوع بیماری:

سرطان روده بزرگ یکی از سرطان‌های شایع در جهان و ایران است. با افزایش سن و تغییر سبک زندگی، میزان بروز آن رو به افزایش است. بسیاری از موارد با تشخیص زودهنگام قابل درمان یا کنترل هستند.

عوامل خطر:

برخی عوامل خطر قابل تغییر هستند و با اصلاح سبک زندگی می‌توان احتمال ابتلا را کاهش داد.

عوامل خطر غیرقابل تغییر

- سن بالای ۵۰ سال
- سابقه خانوادگی سرطان روده بزرگ یا پولیپ
- سابقه شخصی سرطان‌های روده بزرگ، تخمدان، رحم یا پستان
- بیماری‌های التهابی روده (مانند کولیت اولسراتیو یا کرون)
- سابقه پولیپ‌های آدنوماتوز

عوامل خطر قابل تغییر:

- رژیم غذایی پرچرب و کم‌فیبر
- مصرف زیاد گوشت قرمز و گوشت‌های فرآوری‌شده (سوسیس و کالباس)
- مصرف کم میوه و سبزیجات
- چاقی و اضافه‌وزن
- فعالیت بدنی ناکافی
- مصرف دخانیات به‌ویژه سیگار
- مصرف الکل

علائم و نشانه‌ها

در برخی افراد ممکن است بیماری بدون علامت باشد، به همین دلیل غربالگری اهمیت زیادی دارد.

علائم احتمالی شامل:

- تغییر در عادات دفع (یبوست یا اسهال طولانی‌مدت)
 - وجود خون در مدفوع یا خونریزی از راست‌روده
 - درد یا کرامپ شکمی
 - کاهش وزن بدون دلیل مشخص
 - ضعف و خستگی
 - تهوع یا استفراغ
 - احساس تخلیه ناقص روده
- در صورت مشاهده هر یک از این علائم، مراجعه به پزشک ضروری است.

غربالگری و تشخیص زودهنگام

غربالگری می‌تواند سرطان را در مراحل اولیه یا حتی قبل از تبدیل پولیپ به سرطان تشخیص دهد.



بیمارستان امام هادی (ع) فراشبند سرطان روده بزرگ (کولورکتال)



تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

تایید کننده: دکتر دلگرم (متخصص داخلی)

سال تهیه: زمستان ۱۴۰۴

سال بازنگری: زمستان ۱۴۰۸

کد پمفلت: IM-HED-234-00

منابع:

- 1- Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing. 15th ed. Philadelphia: Wolters Kluwer; 2022.
- 2- Harrison's Principles of Internal Medicine. 21st ed. New York: McGraw-Hill Education; 2022.
- 3- World Health Organization. Colorectal cancer: prevention, screening and management. Geneva: WHO; 2023.
- 4- Centers for Disease Control and Prevention. Colorectal cancer screening guidelines and statistics. Atlanta: CDC; 2024.

- فعالیت بدنی منظم
- حفظ وزن مناسب
- پرهیز از سیگار و الکل

پیشگیری

اگرچه همه موارد قابل پیشگیری نیستند، اما اقدامات زیر خطر ابتلا را کاهش می دهند:

- مصرف میوه، سبزی و غلات کامل
- کاهش مصرف گوشت قرمز و فرآوری شده
- فعالیت بدنی منظم
- کنترل وزن
- ترک سیگار
- انجام غربالگری منظم طبق توصیه پزشک

نکته مهم

بسیاری از موارد سرطان روده بزرگ در مراحل اولیه بدون علامت هستند. انجام غربالگری منظم مؤثرترین راه تشخیص زودهنگام و پیشگیری از پیشرفت بیماری است.

روش های غربالگری:

- آزمایش خون مخفی در مدفوع
 - کولونوسکوپی (بررسی کامل روده بزرگ با دوربین)
 - سیگموئیدوسکوپی
 - سی تی کولونوگرافی (کولونوسکوپی مجازی)
- معمولاً توصیه می شود افراد با خطر متوسط از ۴۵ تا ۵۰ سالگی غربالگری را شروع کنند. در افراد پرخطر ممکن است غربالگری زودتر آغاز شود.

درمان:

انتخاب روش درمان به مرحله بیماری، وضعیت عمومی بیمار و محل تومور بستگی دارد. روش های درمان شامل:

- جراحی (برداشتن تومور یا بخشی از روده)
 - شیمی درمانی
 - پرتودرمانی
 - درمان های هدفمند یا ایمنی درمانی
- در مراحل اولیه، درمان اغلب بسیار مؤثر است.

خودمراقبتی و مراقبت پس از درمان

- پیگیری منظم پزشکی و انجام آزمایش های کنترل
- رعایت رژیم غذایی سالم و پرفیبر