

سابقه خانوادگی سرطان روده بزرگ و راست روده

«یکی از اقوام من سرطان روده داشته است. آیا من هم به آن مبتلا خواهم شد؟ چه نکاتی را لازم است که بدانم؟»

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۲	چرا باید مطالبی راجع به سرطان روده بزرگ و راست روده نوشته شود؟
۲	سرطان روده بزرگ و راست روده چیست؟
۲	چگونه سرطان روده بزرگ و راست روده بوجود می آید؟
۳	چه کسانی به این سرطان مبتلا می شوند؟
۳	چه عواملی احتمال بروز این سرطان را افزایش می دهند؟
۳	نقش وراثت (ژنتیک) در بروز این سرطان چیست؟
۵	چقدر نوع موروثی این سرطان شایع است؟
۵	سرطان موروثی روده بزرگ و راست روده چیست؟
۶	داشتن چه نوع سابقه خانوادگی ممکن است نشانه سرطان موروثی یا فامیلی روده بزرگ و راست روده باشد؟
۷	آیا می توان کاری برای کم کردن خطر ابتلا به این سرطان انجام داد؟
۹	نشانه ها و علائم احتمالی سرطان روده بزرگ و راست روده چیست؟
۹	چه آزمایشهایی ممکن است برای غربالگری این سرطان استفاده شود؟
۱۰	چگونه سرطان روده بزرگ و راست روده درمان می شود؟

این کتابچه تهیه شده تا آگاهی شما را نسبت به سرطان روده بزرگ و راست‌روده افزایش داده، راه‌های کاهش خطر ابتلا به آن را تشریح نماید. همچنین توضیح می‌دهد که، در صورت ابتلا به آن چگونه مطمئن شوید که در ابتدایی‌ترین مراحل ممکن به وجود آن پی برده می‌شود. ضمناً این کتابچه به شما کمک می‌کند که دریابید آیا سابقه خانوادگی‌تان شما را در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به این سرطان قرار می‌دهد یا خیر.

چرا باید مطالبی راجع به سرطان روده بزرگ و راست‌روده نوشته شود؟

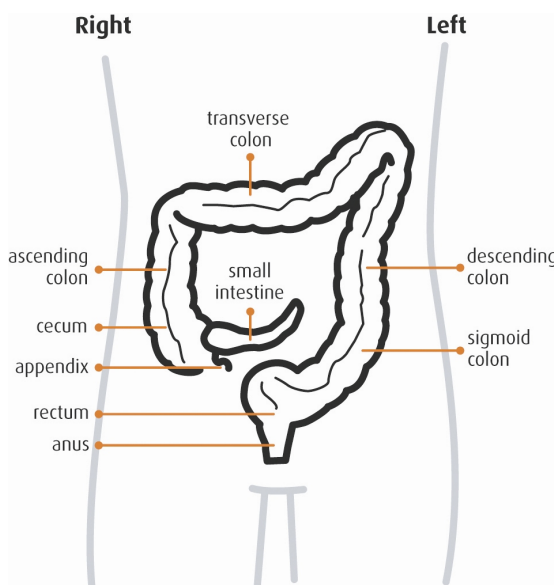
- این بیماری دومین عامل شایع مرگ و میر ناشی از سرطان بین مردان و زنان کانادایی می‌باشد.
- این بیماری غالباً قابل پیشگیری است.
- تشخیص زودهنگام، وسیله اصلی نجات از سرطان روده بزرگ و راست‌روده می‌باشد.
- بسیاری از افراد از صحبت کردن راجع به آن خجالت می‌کشند.
- آگاهی از سابقه سرطان روده بزرگ و راست‌روده در خانواده‌تان، می‌تواند در محاسبه احتمال بروز این بیماری در شما کمک کند.

در این کتابچه مطالبی می‌خوانید راجع به سه نفر که سابقه این بیماری به صورتهای متفاوت در خانواده‌شان دیده شده است و این که چگونه آگاهی از سابقه خانوادگی به این افراد کمک کرده تا احتمال بروز سرطان را در خود بدانند و روش‌های درستی را برای داشتن یک زندگی سالم برگزینند.

سرطان روده بزرگ و راست‌روده چیست؟

سرطان روده بزرگ و راست‌روده به سرطانی گفته می‌شود که در روده بزرگ و یا راست‌روده آغاز می‌گردد. روده بزرگ و راست‌روده کل سیستم روده بزرگ را تشکیل می‌دهند.

چگونه سرطان روده بزرگ و راست‌روده بوجود می‌آید؟



ترتیب معمول اتفاقاتی که منجر به پیدایش سرطان روده بزرگ و راست‌روده می‌شود به قرار زیر است:

- تغییرات غیرعادی در سلولهای لایه درونی روده بزرگ و/یا راست‌روده که باعث رشد غیرطبیعی آنها می‌شود.
- این سلولهای غیرعادی روده بزرگ یا راست‌روده ممکن است با رشد خود برجستگی‌هایی به نام پولیپ بوجود آورند.
- پس از گذشت زمان، ممکن است رشد پولیپ‌ها از کنترل خارج شده به یک تومور بدخیم (سرطانی) تبدیل گردند.
- این تومور سرطانی ممکن است از روده بزرگ یا راست‌روده به بافت‌های اطراف خود (مانند غدد لنفاوی) و یا حتی به قسمت‌های

دورتر بدن (مانند کبد یا شش‌ها) گسترش یابد.

چه کسانی به این سرطان مبتلا می‌شوند؟

- همه زنان و مردان در معرض ابتلا به این بیماری می‌باشند، گرچه، اکثر سرطانهای روده بزرگ یا راست‌روده در افراد بالای ۵۰ سال دیده می‌شود.
- احتمال ابتلای یک فرد معمولی به سرطان روده بزرگ یا راست‌روده در طول دوره حیاتش، ۱ در ۱۶ (یا ۶٪) می‌باشد.

چه عواملی احتمال بروز این سرطان را افزایش می‌دهند؟

- سن مهمترین عامل خطر می‌باشد. بروز این بیماری قبل از سن ۳۵ سالگی نادر و بعد از سن ۵۰ سالگی بسیار شایع‌تر می‌باشد.
- از هر ۱۰۰۰ نفر افراد ۳۰ ساله، ۱ نفر در طی ۱۰ سال مبتلا به این سرطان خواهد شد.
- از هر ۱۰۰۰ نفر افراد ۵۰ ساله، تقریباً ۸ نفر در طی ۱۰ سال مبتلا به این سرطان خواهند شد.
- از هر ۱۰۰۰ نفر افراد ۷۰ ساله، تقریباً ۲۸ نفر در طی ۱۰ سال مبتلا به این سرطان خواهند شد.
- سابقه خانوادگی سرطان روده بزرگ یا راست‌روده (صفحات ۶ و ۷ را بخوانید)
- یک جهش ژنتیکی شناخته شده در شما یا یکی از افراد خانواده (صفحه ۵ را بخوانید)
- سابقه تشخیص پولیپ در روده شما
- بیماری التهاب روده (بیماری Crohn's یا Ulcerative Colitis)

هم اکنون عوامل دیگری مانند سیگار کشیدن، رژیم غذایی، یبوست مزمن، یا سموم موجود در محیط تحت مطالعه و بررسی می‌باشند.

نقش وراثت (ژنتیک) در بروز این سرطان چیست؟

همه سرطانها، در مرحله‌ای، به سبب تغییرات ژنتیکی پدید می‌آیند. بدن ما از میلیونها سلول تشکیل شده است. هر سلول حاوی اطلاعات ژنتیکی یکسان می‌باشد که به عنوان ژن بسته‌بندی شده است. هر ژن وظیفه خاصی را در بدن به عهده دارد. در طول زندگی، بسیاری از ژن‌ها چگونگی رشد و تقسیم سلولها را کنترل می‌کنند. اگر یک تغییر غیرطبیعی (جهش یا موتاسیون) در یکی از این ژن‌ها بوجود بیاید، این ژن دیگر به طریقه درست عمل نمی‌کند و ممکن است سلولها به طور غیرعادی رشد نمایند. به مرور زمان این سلولهای غیرطبیعی می‌توانند تبدیل به سرطان شوند.

سرطان انفرادی روده بزرگ و راست‌روده (۸۵٪)

برای اکثر افراد مبتلا به سرطان روده بزرگ و راست‌روده، دلیل اصلی پیدایش این سرطان ناشناخته است. بروز این بیماری ممکن است اتفاقی یا مرتبط با عواملی مانند رژیم غذایی یا محیط اطراف باشد. در بیشتر موارد، سابقه این بیماری در خانواده شخص

وجود ندارد. لذا به این نوع سرطان، سرطان «انفرادی» روده بزرگ و راست روده می‌گویند. از آنجائی که این نوع سرطان بسیار شایع است، وجود آن در یکی از افراد فامیل غیرعادی نمی‌باشد.

سرطان فامیلی روده بزرگ و راست روده (۱۰٪)

در بعضی از خانواده‌ها ممکن است تعداد افرادی که مبتلا به این سرطان می‌شوند بیشتر از آن چیزی باشد که بطور اتفاقی انتظار داریم. لذا این نوع سرطان با عنوان سرطان «فامیلی» روده بزرگ و راست روده شناخته می‌شود. عامل اجتماع سرطان در بسیاری از این خانواده‌ها ناشناخته است. عوامل احتمالی می‌تواند عبارت باشد از: وجود فاکتورهای ژنتیکی، رژیم غذایی مشابه، یا قرار گرفتن در معرض عوامل محیطی یکسان. وقتی فردی از یک خانواده سرطان روده بزرگ و راست روده دارد، ممکن است احتمال ابتلا بقیه افراد نزدیک خانواده به این سرطان بیشتر شود. هر چه تعداد افراد مبتلا به این سرطان در خانواده بیشتر باشد، احتمال این که این سرطانها از نوع فامیلی باشند بیشتر است.

سرطان موروثی روده بزرگ و راست روده (۵٪)

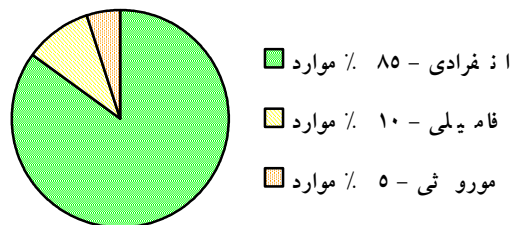
در تعداد معدودی از خانواده‌ها الگویی از این سرطان دیده می‌شود که وجود نوع «موروثی» سرطان روده بزرگ و راست روده را به ذهن متبادر می‌کند. در این خانواده‌ها، اغلب تعداد زیادی فرد مبتلا به سرطان دیده می‌شود و افراد فامیل به طور متناوب در سنین پایین‌تر از معمول سرطان می‌گیرند. به احتمال بسیار زیاد در این خانواده‌ها عامل ژنتیکی‌ای مسبب این سرطانها است که از یک نسل به نسل دیگر منتقل می‌شود.

در افرادی که سابقه خانوادگی سرطان روده بزرگ و راست روده دارند، احتمال مبتلا شدن افزایش می‌یابد.

اطلاعات موجود در صفحات بعد به شما کمک می‌کند تا ببینید آیا سابقه خانوادگی‌تان شما را در خطر ابتلای بیشتری قرار می‌دهد.

ماجرای این سه نفر را، که اقوام مبتلا به سرطان روده بزرگ و راست روده داشته‌اند، بخوانید و ببینید آیا سابقه بیماری موجود در خانواده آنها شبیه سابقه خانوادگی شما می‌باشد.

دسته‌بندی سرطان روده بزرگ و راست روده



نمونه‌ای از ابتلا به سرطان انفرادی روده بزرگ و راست‌روده

ژانت - ۲۷ ساله

پدر بزرگ پدری من اخیراً در سن ۷۹ سالگی در اثر سرطان روده درگذشت. این اتفاق برای من یک شوک بود، مخصوصاً چون که او کاملاً سالم بود و ضمناً هیچ کس قبلاً در فامیل ما سرطان نگرفته بود. من فکر می‌کنم که سالم هستم، زیرا سیگار نمی‌کشم و مشروبات الکلی نمی‌نوشم. ولی اخیراً بیشتر درباره سرطان نگران هستم، چون از پدر بزرگم در طول دوران بیماری‌اش مراقبت می‌کردم.

نمونه‌ای از ابتلا به سرطان فامیلی روده بزرگ و راست‌روده

بیل - ۵۳ ساله

اخیراً در برادر ۵۸ ساله من سرطان روده بزرگ و راست‌روده تشخیص داده شده است. خاله‌ام در سن ۷۰ سالگی در اثر این سرطان درگذشت. در پسر دایی‌ام هم در اوایل دهه ۶۰ عمرش همین سرطان تشخیص داده شد. من انسان کاملاً سالم و فعالی هستم، ولی از غذاهای سرخ شده بسیار خوشم می‌آید و همچنین سیگار می‌کشم. تا آنجا که به یاد دارم به دکتر مراجعه نکرده‌ام. همسرم نگران احتمال بروز سرطان روده در من است و می‌گوید که من باید توسط پزشک معاینه شوم.

نمونه‌ای از سرطان موروثی روده بزرگ و راست‌روده

آنچلا - ۳۲ ساله

وجود سرطان روده بزرگ در مادر من در سن ۴۵ سالگی تشخیص داده شد، ولی خوشبختانه او از این بیماری نجات یافت. پدرش زمانی که مادرم دختر کوچکی بود، به دلیل سرطان راست‌روده از دنیا رفت. خاله‌ام هم در سن ۴۲ سالگی مبتلا به سرطان رحم شد. من نگران احتمال بروز سرطان در خود و سه فرزند پسر هستم.

این داستانها در صفحه ۸ ادامه می‌یابند.

چقدر نوع موروثی این سرطان شایع است؟

ابتلا به سرطان موروثی روده بزرگ و راست‌روده خیلی شایع نیست. در حقیقت ۹۰٪ موارد سرطان روده بزرگ و راست‌روده موروثی نیستند.

سرطان موروثی روده بزرگ و راست‌روده چیست؟

نوع موروثی سرطان روده بزرگ و راست‌روده در فردی پدید می‌آید که جهشی را در یکی از ژنهای مخصوص به ارث برده باشد. وقتی همه این ژنها به طور طبیعی کار می‌کنند، مانع بروز این سرطان می‌گردند. جهش (mutation) در هر کدام از این ژنها احتمال ابتلا به سرطان را در فرد افزایش می‌دهد. افرادی که جهش در یکی از این ژنها را به ارث برده باشند، اغلب (اما نه همیشه) دچار سرطان روده بزرگ و راست‌روده می‌شوند. همچنین احتمال بیشتری وجود دارد که این افراد در قسمت‌های دیگری از بدنشان مانند رحم، تخمدان، معده، لوزالمعده، روده کوچک، کبد، میزنا، یا مغز مبتلا به سرطان شوند، و یا گونه خاصی از سرطان پوست به نام کارسینومای غدد سباسبه (Sebaceous) بگیرند.

یک جهش ژنی به ارث رسیده ممکن است به نسل بعدی منتقل شود (از پدر و مادری که ژن جهش یافته را دارند به هر کدام از فرزندان). اگر یکی از والدین دارای ژن جهش یافته باشد، فرزندشان به احتمال ۵۰٪ آن را به ارث می‌برد. بنابراین احتمال بروز سرطان روده بزرگ و راست‌روده در این شخص در میانسالی زیاد بوده، ضمناً احتمال بروز هر کدام از سرطانهای فوق‌الذکر در این فرد بیشتر از حد متوسط می‌باشد.

داشتن چه نوع سابقه خانوادگی ممکن است نشانه سرطان موروثی یا فامیلی روده بزرگ و راست‌روده باشد؟

۱. وجود سرطان در چند نفر از افراد فامیل از طرف پدر یا مادر

تعداد افراد مبتلا به سرطان روده بزرگ و راست‌روده در فامیل پدر یا مادر ۳ یا بیشتر باشد.

یا

ابتلای یکی از اقوام هم‌خون از طرف پدر یا مادر به سرطان روده بزرگ و راست‌روده و ابتلای دو نفر از اقوام هم‌خون از همان طرف به یکی از انواع سرطان‌های رحم، تخمدان، معده، لوزالمعده، روده کوچک، کبد، کلیه، مجاری ادرار، مغز، پوست (مخصوصاً کارسینومای غدد سباسه)، روده بزرگ یا راست‌روده.

یا

۲. تشخیص سرطان در سنین جوانی

مبتلا شدن هر کدام از خویشاوندان هم‌خون نزدیک (پدر، مادر، برادر، خواهر، دختر، پسر، عمه، عمو، خاله، دایی، پدربزرگ، مادربزرگ، خواهرزاده، یا برادرزاده) به سرطان روده بزرگ و راست‌روده قبل از سن ۳۵ سالگی.

یا

۳. وجود بیش از یک مورد ابتلا به سرطان در یکی از اقوام هم‌خون نزدیک

بیش از یک بار تشخیص سرطان روده بزرگ و راست‌روده در یکی از اقوام هم‌خون نزدیک.

یا

وجود سرطان روده بزرگ و راست‌روده و یکی دیگر از سرطانهای مرتبط (رحم، تخمدان، معده، لوزالمعده، روده کوچک، کبد، کلیه، مجاری ادرار، مغز یا کارسینومای غدد سباسه پوست) در یکی از خویشاوندان هم‌خون نزدیک.

یا

۴. وجود چندین پولیپ در روده بزرگ و راست‌روده در یکی از اقوام هم‌خون نزدیک

اگر هر کدام از موارد بالا در مورد فامیل شما صدق می‌کند، حتی اگر احساس سلامت و تندرستی می‌کنید، حتماً پزشک خانوادگی خود را در جریان بگذارید.

با توجه به سابقه خانوادگی، پزشک معالج ممکن است با شما درباره فرستادنتان برای مشاوره ژنتیکی که شامل موارد زیر باشد، صحبت کند:

- کسب اطلاعات جزئی و دقیق راجع به سابقه خانوادگی‌تان.
- مشاوره ژنتیکی با یک مشاور آموزش دیده و/یا یک متخصص ژنتیک بالینی.

- توصیه روشهایی برای کاهش احتمال ابتلا به سرطان روده بزرگ و راست‌روده یا تشخیص آن در مراحل ابتدایی.
- انجام آزمایشهای ژنتیکی برای بعضی از افراد.

وجود چه نوع دیگری از سوابق خانوادگی ممکن است نشانگر افزایش احتمال ابتلا شما به سرطان روده بزرگ و راست‌روده باشد؟

- ابتلای پدر، مادر، برادر، خواهر، دختر یا پسر به سرطان روده بزرگ و راست‌روده در هر سنی یا
- ابتلای عمه، عمو، خاله، دایی، برادرزاده، خواهرزاده، پدربزرگ یا مادربزرگ به سرطان روده بزرگ و راست‌روده قبل از سن ۵۰ سالگی

اگر هر کدام از این موارد در مورد فامیل شما صدق می‌کند، حتماً پزشک خانوادگی خود را در جریان قرار دهید. در این صورت او ممکن است علیرغم سلامت شما، انجام آزمایشهایی را برای تشخیص سرطان روده بزرگ و راست‌روده در زمان مقتضی به شما توصیه کند. در مورد این آزمایشها به صفحات ۹ و ۱۰ مراجعه کنید.

اگر هیچکدام از نشانه‌های مذکور در فامیل من وجود نداشت، چطور؟

به شما توصیه می‌شود که در صورت وجود هرگونه سابقه خانوادگی از سرطان روده بزرگ و راست‌روده، حتماً پزشک خانوادگی خود را در جریان قرار دهید. در این صورت او ممکن است انجام آزمایشهایی را برای تشخیص این سرطان در زمان مناسب به شما پیشنهاد کند. اغلب انجام این آزمایشها برای عموم مردم بعد از سن ۵۰ سالگی شروع می‌شود.

آیا می‌توان کاری برای کم کردن خطر ابتلا به این سرطان انجام داد؟

در پیش گرفتن یک شیوه زندگی سالم ممکن است در دراز مدت خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ و راست‌روده، و همچنین بیماری‌های قلبی، سکنه، پوکی استخوان و سایر انواع سرطانها را کاهش دهد.

شیوه زندگی سالم:

- رژیم غذایی متعادل که مطابق راهنمای تغذیه کانادا باشد، داشته باشید.
 - مقادیر کافی سبزیجات، میوه و الیاف (فیبر) را در غذای خود بگنجانید.
 - استفاده از روغن‌های اشباع شده و گوشت قرمز را محدود کنید.
- سیگار نکشید.
- از مشروبات الکلی به مقدار زیاد استفاده نکنید (حداکثر ۲ وعده استاندارد* در روز)
 - آقایان: حداکثر ۱۴ وعده استاندارد در هفته

* هر وعده مشروب الکلی عبارت است از: ۳۵۵ میلی‌لیتر (۱۲ اونس) آبجو یا ۱۴۸ میلی‌لیتر (۵ اونس) شراب یا ۴۴ میلی‌لیتر (۱/۵ اونس) مشروبات الکلی قویتر.

▪ خانمها: حداکثر ۹ وعده استاندارد در هفته

- به طور مرتب ورزش کنید.
- وزن مناسب خود را ثابت نگه دارید.

آنجلا - ۳۲ ساله	بیل - ۵۳ ساله	ژانت - ۲۷ ساله
سابقه خانوادگی مادر: سرطان روده بزرگ و راست‌روده در ۴۵ سالگی، پدر بزرگ مادری: سرطان روده بزرگ و راست‌روده، خاله: سرطان رحم در ۴۲ سالگی.	سابقه خانوادگی برادر: سرطان روده بزرگ و راست‌روده در ۵۸ سالگی، خاله: سرطان روده بزرگ و راست‌روده در دهه ۷۰ زندگی، پسردایی: سرطان روده بزرگ و راست‌روده در دهه ۶۰ زندگی.	سابقه خانوادگی پدر بزرگ: سرطان روده بزرگ و راست‌روده در سن ۷۹ سالگی.
خصوصیات مربوطه	خصوصیات مربوطه	خصوصیات مربوطه
سه نفر یا بیشتر از خانواده مادری آنجلا قبل از ۵۰ سالگی به سرطان مبتلا شده‌اند، که دو مورد آن سرطان روده بزرگ و راست‌روده و دیگری یک سرطان مرتبط با آن (سرطان رحم) بوده است. یکی از اقوام درجه اول آنجلا (مادرش) به سرطان روده بزرگ و راست‌روده مبتلا شده است.	بروز سه مورد سرطان روده بزرگ و راست‌روده در خانواده مادری بعد از ۵۰ سالگی	هیچکدام از موارد مذکور در مورد ژانت صدق نمی‌کرد. سرطان روده بزرگ و راست‌روده در یکی از اقوام نزدیک او، یعنی پدر بزرگش، بعد از سن ۵۰ سالگی تشخیص داده شد.
توصیه پزشک	توصیه پزشک	توصیه پزشک
آنجلا تصمیم گرفت که پزشک خانوادگی خود را در جریان بروز سرطان روده و رحم در اعضاء درجه اول خانواده خود قرار دهد. پس از صحبت، آنجلا متوجه شد که احتمال ابتلای او به این سرطان در مقایسه با سایر افراد هم‌سنش بیشتر است. بعلاوه وجود سرطان در خانواده مادری او ممکن است به دلیل به ارث بردن یک ژن جهش یافته باشد. اگر این درست باشد، ممکن است این ژن به او به ارث رسیده، احتمال بروز یکی از سرطانهای مرتبط در او بالا باشد.	بیل تصمیم گرفت که درباره سابقه سرطان روده بزرگ و راست‌روده در اقوام خود با پزشک خانوادگی‌اش صحبت کند. پزشک او توضیح داد که این سرطان در خانواده وی به احتمال قوی از نوع موروثی نیست، اما مشخصاتش با نوع فامیلی جور در می‌آید. ولی به خاطر تعداد افرادی که در فامیلش مبتلا شده‌اند، احتمال ابتلای وی به این سرطان کمی بیشتر از دیگر افراد هم‌سن و سالش می‌باشد.	ژانت تصمیم گرفت که در ملاقات بعدی با پزشک خانوادگی‌اش، با او درباره این مورد جدید سرطان که در فامیلش تشخیص داده شده صحبت کند، چرا که نگران سلامتی خود است. پزشک ژانت به وی توضیح می‌دهد که چون پدر بزرگش در سن بالا به این سرطان مبتلا شده و هیچ فرد دیگری در خانواده ژانت سرطان ندارد، لذا به احتمال زیاد سرطان پدر بزرگش از نوع موروثی یا فامیلی نبوده است. ژانت اکنون می‌داند که خطر بروز سرطان روده بزرگ و راست‌روده در وی به همان اندازه دیگر افراد هم‌سن و سالش می‌باشد.

بسته به میزان خطر بروز سرطان در شما، پزشک خانوادگی‌تان ممکن است انجام یک یا چند آزمایش از آنهایی را که در صفحات ۹ و ۱۰ ذکر شده، برای یافتن پولیپ‌های روده بزرگ و راست‌روده تجویز نماید. این پولیپ‌ها اگر برداشته نشوند، گاهی تولید سرطان می‌نمایند. تحقیقات ادامه‌داری برای کشف راه‌های جدید کاهش خطر ابتلا به سرطان در حال انجام است. از پزشک معالج خود بپرسید آیا چیز جدیدی برای شما وجود دارد.

نشانه‌ها و علائم احتمالی سرطان روده بزرگ و راست‌روده چیست؟

اگرچه اغلب علامت خاصی از این سرطان وجود ندارد، ولی بعضی از نشانه‌ها و علائم زیر ممکن است بروز کند، که باید در صورت مشاهده با پزشک خانوادگی تماس گرفته شود:

- وجود خون یا موکوس (مخاط) در مدفوع
- تغییر در عاداتهای معمول روده (یبوست یا اسهال)
- دل‌پیچه و دل‌دردهایی که دائمی یا تناوبی هستند
- خستگی‌های بی‌علت
- کم‌خونی بی‌علت (کاهش مقدار هموگلوبین یا تعداد گلبولهای قرمز خون)
- کاهش بدون دلیل وزن

در بیشتر موارد، این علائم به دلیل وجود سرطان نیست، ولی در جریان قرار دادن پزشک خانوادگی در صورت مشاهده بسیار اهمیت دارد.

تشخیص زودهنگام کلید اصلی نجات از سرطان روده بزرگ و راست‌روده است.

چه آزمایشهایی ممکن است برای غربالگری این سرطان استفاده شود؟

وقتی سرطان روده بزرگ و راست‌روده در حال رشد است، برای بالا بردن شانس درمان، تشخیص هر چه زودتر آن از اهمیت بسیار برخوردار است. چند آزمایش وجود دارد که با کمک آنها می‌توان این سرطان را در مراحل اولیه و قبل از گسترش به نقاط دیگر تشخیص داد. به این کار غربالگری (screening) می‌گویند. کسانی که احتمال بروز سرطان روده بزرگ و راست‌روده در آنها بیشتر است و همچنین افراد بالای ۵۰ سال، باید با پزشک خود درباره مناسب‌ترین آزمایش غربالگری صحبت کنند.

برای افرادی که احتمال بروز این سرطان در آنها در حد متوسط است، "انجمن کانادایی مبارزه با سرطان" انجام آزمایش خون مخفی در مدفوع (FOBT) را حداقل هر ۲ سال یکبار توصیه می‌کند. در صورت مثبت بودن نتیجه این آزمایش، آزمایشهای دیگری مانند کولونوسکوپی، عکس برداری کنتراست مضاعف همراه با تنقیه باریوم، و سیگموئیدوسکوپی انجام می‌شود.

میزان دسترسی به این آزمایشها در محل زندگی شما بسته به مراکز پزشکی مختلف (وجود امکانات ویژه و تعداد متخصصان آموزش دیده) متفاوت است.

آزمایشهایی که جهت غربالگری یا تشخیص پولیپ یا سرطان روده بزرگ و راست‌روده بکار می‌روند عبارتند از:

آزمایش خون مخفی در مدفوع (FOBT): برای تشخیص خون پنهان در مدفوع به کار می‌رود.

سیگموئیدوسکوپی قابل انعطاف: یک لوله باریک توخالی که لامپی در سر آن است وارد راست‌روده شده، راست‌روده و منطقه انتهایی بخش پایین رونده روده بزرگ مورد بررسی قرار می‌گیرد.

عکسبرداری با کنتراست مضاعف همراه با تنقیه باریوم: پس از آنکه هوا و ماده بی‌خطر و سفید رنگ باریوم وارد راست‌روده بیمار شد از آن عکس اشعه ایکس می‌گیرند. وجود هوا باعث می‌شود که باریوم روی دیواره داخلی روده بزرگ را بپوشاند. معمولاً بیمار باید شب قبل از آزمایش یک داروی مسهل قوی برای تمیزسازی روده بخورد.

کولونوسکوپی: یک لوله باریک و قابل انعطاف از طریق راست‌روده وارد می‌شود تا تمام روده بزرگ معاینه گردد. بیمار معمولاً شب قبل از انجام این آزمایش از یک داروی مسهل قوی استفاده می‌کند تا روده‌اش تمیز شود. قبل از کولونوسکوپی، معمولاً پزشک دارویی به درون رگ شما تزریق می‌کند تا شما را آرام و انجام آزمایش را راحت‌تر کند.

چگونه سرطان روده بزرگ و راست‌روده درمان می‌شود؟

کولونوسکوپی

- بسته به اندازه سرطان، ممکن است تومورهای کوچک یا پولیپ‌ها همان موقع که پیدا می‌شوند، با دستگاه کولونوسکوپی برداشته شوند.

جراحی

- عبارت است از برداشتن تومور و معمولاً قسمتی از روده بزرگ یا راست‌روده
- بیماران معمولاً احتیاجی به استفاده از کولوستومی (کیسه‌ای که به شکم متصل و مدفوع در آن جمع‌آوری می‌شود) ندارند.

پرتودرمانی

- بعضی مواقع قبل یا بعد از عمل جراحی تجویز می‌شود.
- معمولاً فقط برای سرطان‌های ناحیه راست‌روده کاربرد دارد.

استفاده از دارو

- معمولاً برای موارد پیشرفته‌تر بیماری، ممکن است قبل یا بعد از انجام عمل جراحی، شیمی‌درمانی تجویز شود.
- با بهتر شدن روشهای درمانی و تشخیص زودهنگام بیماری، افراد کمتری به خاطر سرطان روده بزرگ و راست‌روده جان خود را از دست می‌دهند.

امروزه ۵۰-۵۵٪ افراد مبتلا به سرطان روده بزرگ و راست‌روده خواهند توانست تا ۱۰ سال دیگر به سلامت زندگی کنند. برای سرطانهایی که زود تشخیص داده شوند، میزان بهبود بیشتر است. تشخیص زودهنگام کلید نجات یافتن است.

... و حالا ادامه شرح حال‌ها:

ژانت: ژانت تصمیم گرفت که توجه بیشتری به تغذیه و فعالیت بدنی خود داشته باشد. او پس از صحبت کردن با پزشک کمتر احساس نگرانی می‌کند، زیرا حالا می‌داند که با وجود سابقه سرطان روده بزرگ و راست‌روده در خانواده وی، خطر بروز این بیماری در او از سایر افراد هم سن‌اش بیشتر نخواهد بود. او همچنین می‌داند که باید هرگونه نشانه یا عارضه‌ای را فوراً به پزشک

اطلاع دهد. وقتی به سن ۵۰ سالگی رسید، تصمیم دارد که در مورد انجام آزمایشهای غربالگری برای سرطان روده بزرگ و راست‌روده با پزشک خود صحبت کند.

بیل: پزشک خانوادگی بیل به او انجام کولونوسکوپی و مشاوره ژنتیکی را پیشنهاد کرده است. نتیجه کولونوسکوپی او طبیعی بود. وی باید ۵ سال دیگر دوباره این آزمایش را انجام دهد. او همین حالا هم به طور مرتب ورزش می‌کند و رژیم غذایی سالم‌تری را در نظر دارد. وی با کمک دکتر تصمیم دارد که سیگار را ترک کند. بیل از احتمال فزاینده بروز این سرطان به خاطر داشتن سابقه خانوادگی و همچنین سن بالایش آگاهی دارد، و می‌داند که دارد به بهترین نحو ممکن از خود مواظبت می‌کند.

آنجلا: پزشک خانوادگی‌اش او را برای انجام کولونوسکوپی و مشاوره ژنتیکی فرستاده است. او قصد دارد همان طور که متخصص بیماریهای روده و پزشک خانوادگی‌اش توصیه کرده‌اند، کولونوسکوپی را به طور منظم انجام دهد. او در مشاوره ژنتیکی مطالب بیشتری در مورد نقش جهش‌های ژنی در بروز سرطان یاد گرفت. او همچنین دریافت که اعضای خانواده‌اش برای آزمایش ژنتیکی مربوط به نوع موروثی سرطان روده بزرگ و راست‌روده واجد شرایط هستند. پس از صحبت‌های طولانی و اندیشیدن زیاد، مادر آنجلا که مبتلا به سرطان روده بزرگ و راست‌روده می‌باشد، موافقت کرده است که آزمایش ژنتیکی را انجام دهد. اگر ژن جهش یافته در مادرش پیدا شود، آنجلا نیز این آزمایش را انجام خواهد داد. این به او کمک خواهد کرد که میزان احتمال بروز سرطان روده بزرگ و راست‌روده یا سایر سرطانها در خود و پسرانش را بهتر بفهمد.

اگر احتیاج به اطلاعات بیشتری راجع به سرطان روده بزرگ و راست‌روده یا سابقه انواع دیگر سرطان در خانواده خود دارید، لطفاً با پزشک خانوادگی خود صحبت کنید.

خلاصه‌ای از توصیه‌های پزشکی:

- زندگی سالمی را در پیش بگیرید.
- سابقه وجود سرطان در خانواده خود را بدانید و به پزشک خانوادگی‌تان بگویید.
- در صورت بروز هر گونه نشانه یا عارضه‌ای غیرطبیعی پزشک خود را ملاقات کنید.
- اگر در سن بالای ۵۰ سال هستید، از پزشک خود در مورد توصیه‌های جدید جهت پیشگیری و غربالگری سرطان سؤال کنید.

جهت کسب اطلاعات بیشتر درباره هر کدام از موارد زیر، لطفاً با پزشک خانوادگی خود صحبت کنید، یا از طریق تلفن رایگان ۱-۸۸۸-۹۳۹-۳۳۳۳ با متخصصین اطلاع‌رسانی "انجمن کاندایی مبارزه با سرطان" تماس گرفته، یا از وب‌سایت انجمن

www.cancer.ca دیدن کنید:

- سرطان روده بزرگ و راست‌روده
- عوامل خطر بروز سرطان روده بزرگ و راست‌روده
- سرطان موروثی روده بزرگ و راست‌روده
- کلینیکهای سرطانهای فامیلی

سایر منابع اطلاعاتی:

- **Colorectal Cancer Association of Canada**
1 888 318-9442
www.ccac-accc.ca
- **National Cancer Institute – Cancernet**
<http://cancernet.nci.nih.gov>
- **Familial GI Cancer Registry, Mount Sinai Hospital**
<http://www.mtsinai.on.ca/familialgican>
- **Colon Cancer Alliance**
www.ccalliance.org

لطفاً این بروشور را به افراد دیگری که ممکن است از اطلاعات آن بهره ببرند، بدهید یا به آنها پیشنهاد کنید که یک نسخه از آن را از طریق تماس با تلفن ۱-۸۸۸-۹۳۹-۳۳۳۳ دریافت دارند.

با سپاس از همکاری داوطلبان و کارمندان، و گشاده‌دستی مردم خیر، "انجمن کانادایی مبارزه با سرطان" پیشنهاد مبارزه با سرطان است. این انجمن وظایف زیر را عهده‌دار می‌باشد:

- سرمایه‌گذاری در تحقیقات برای انواع سرطانها
- در اختیار گذاشتن اطلاعات جامع و موثق در مورد سرطان، چگونگی کاهش خطر ابتلا، و معالجه
- حمایت از افراد سرطانی، خانواده و دوستانشان

جهت کسب اطلاعات در مورد سرطان، ارتباط با خدمات حمایتی ما، و اهداء کمکهای نقدی لطفاً با شماره تلفن رایگان ۱-۸۸۸-۹۳۹-۳۳۳۳ با ما تماس بگیرید یا از وبسایت www.cancer.ca دیدن کنید.

انتشار این بروشور توسط Colorectal Cancer Interdisciplinary Health Research Team و با بودجه Canadian Ontario Ministry of Health Research (CIHR) حمایت شده است. ضمناً بخشی از بودجه آن از سوی Ontario Ministry of Health and Long-Term Care تأمین گردیده است.

Family History of Colorectal (Bowel) Cancer.
271382
Canadian Cancer Society 2003

این بروشور توسط "گروه ایرانی حمایت از بیماران سرطانی" (ICSG) در سال ۲۰۰۶ از انگلیسی به فارسی ترجمه شده است.

بیایید سرطان را ریشه‌کن کنیم