

<p>بروز سرطان روده بزرگ یک فرآیند چند مرحله ای است و در اثر مجموعه تغییراتی بروز می کند که از غشا یا اپی تلیوم طبیعی داخل روده شروع شده و به سمت تکثیر سلول های غیرطبیعی می رود.</p> <p>در مرحله بعد زواید قارچ مانندی به نام پولیپ آدنوماتوز اتفاق می افتد و سرانجام بدخیمی بروز می کند.</p>	<p>سرطان روده بزرگ چیست؟</p>		
<p>مهمترین علایم مشکوک سرطان روده بزرگ عبارتند از:</p> <ul style="list-style-type: none"> • خونریزی دستگاہ گوارش تحتانی در طی یک ماه اخیر • یبوست در طی یک ماه اخیر (با یا بدون اسهال، درد شکم و احساس پر بودن مقعد پس از اجابت مزاج) • کاهش بیش از ده درصد وزن بدن در طی شش ماه با یکی از علایم فوق 	<p>علایم سرطان روده بزرگ را نام ببرید؟</p>		
<ul style="list-style-type: none"> • عوامل خطر سرطان روده بزرگ را می توان به دو دسته غیرقابل اصلاح و قابل اصلاح تقسیم کرد. • عوامل خطر غیرقابل اصلاح عبارتند از افزایش سن، سابقه خانوادگی پولیپ یا سرطان روده بزرگ، بیماریهای ارثی مانند پولیپ آدنوماتوز فامیلی یا سرطان کولون ارثی بدون پولیپوز <p>بنابراین باید به فرد آموزش داد که اگر فرد مبتلا به سرطان بخصوص در فامیل درجه یک(پدر، مادر، برادر، خواهر یا فرزندان) یا درجه دو(عمه، عمو، خاله، دایی، پدربزرگ یا مادربزرگ) دارند، باید توجه بیشتری به علایم خود داشته باشند و بیه ارزیابی های بیشتری از جمله روش های غربالگری نیاز دارند.</p> <ul style="list-style-type: none"> • از عوامل دیگر غیرقابل اصلاح بیماری التهابی روده شامل کولیت اولسراتیو و بیماری کرون ، خطر سرطان روده بزرگ را افزایش می دهد • از عوامل خطر غیرقابل اصلاح سابقه فردی پولیپ های آدنوماتوز می باشد: این ضایعات به نام آدنوم هم نامیده می شوند، پیش زمینه ایجاد سرطان هستند. • عوامل خطر قابل اصلاح مرتبط با شیوه زندگی عبارتند از: داشتن فعالیت بدنی منظم، کنترل افزایش وزن و چاقی، اجتناب از مصرف الکل و دخانیات بخصوص سیگار،مقدار مصرف و نحوه مصرف گوشت قرمز مصرف روزانه بیش از ۸۰ تا ۹۰ گرم گوشت قرمز خطر سرطان روده را افزایش می دهد. و مصرف گوشت های فرآوری شده مثل سوسیس و کالباس نیز با افزایش خطر سرطان روده بزرگ همراه است. مصرف میوه و سبزیجات مثل کلم بروکلی و گل کلم، اسفناج و کرفس خطر سرطان روده بزرگ را کاهش می دهد. 	<p>عوامل خطر سرطان روده بزرگ چیست؟</p>	<p>سرطان روده بزرگ</p>	<p>بیماریهای غیرواگیر</p>

<ul style="list-style-type: none">• راههای پیشگیری از سرطان روده بزرگ را بشناسیم و بکار بگیریم شامل: داشتن فعالیت بدنی منظم، کنترل افزایش وزن و چاقی، اجتناب از مصرف الکل و دخانیات بخصوص سیگار، مقدار مصرف و نحوه مصرف گوشت قرمز مصرف روزانه بیش از ۸۰ تا ۹۰ گرم گوشت قرمز خطر سرطان روده را افزایش می دهد. و مصرف گوشت های فرآوری شده مثل سوسیس و کالباس نیز با افزایش خطر سرطان روده بزرگ همراه است. مصرف میوه و سبزیجات مثل کلم بروکلی و گل کلم، اسفناج و کرفس خطر سرطان روده بزرگ را کاهش می دهد.• علایم هشداردهنده سرطان روده بزرگ را بشناسیم و در صورت داشتن آنها بموقع به خانه ها و پایگاه های بهداشتی مراجعه نماییم تا ضایعات سرطانی و پیش سرطانی در مراحل اولیه تشخیص داده شود.	<p>اصول خود مراقبتی در سرطان روده بزرگ کدامند؟</p>		
--	--	--	--

<ul style="list-style-type: none">• انواع روشها برای تشخیص زودهنگام سرطان روده بزرگ به کار می روند از جمله : آزمایش خون مخفی در مدفوع به روش ایمنولوژیک (FIT یا iFOB) و کولونوسکوپی	<p>شیوه های تشخیص زودهنگام و غربالگری سرطان روده بزرگ چیست؟</p>		
---	---	--	--

تهیه و تنظیم: دکتر زهرا خسروی زادگان

کارشناس بیماریهای غیرواگیر