

دکتر سیاوش منصوری فوق تخصص گوارش و کبد، درباره سرطان روده بزرگ می گوید:

# با بررسی به موقع، از گسترش سرطان کولون جلوگیری کنید

**مرجان**  
**یشایایی**

**سلامت:** آقای دکتر، لطفا درباره تاریخچه سرطان روده بزرگ کمی توضیح بدهید. این سرطان در کشورهای

غربی شایع بوده و اتفاقا در کشورهای مثل کشور ما تا چند سال قبل شیوع نداشته. بعد از اینکه رفتار غذایی ما شبیه غربی ها شد؛ یعنی فیبرهای غذایی مان کم شد و چربی غذایی و مصرف گوشت و غذاهای آماده شده مثل سوسیس و کالباس رواج پیدا کرد؛ یعنی رفتار غذایی ما که تغییر کرد شیوع سرطان روده بزرگ هم در کشور ما افزایش پیدا کرد. در سایر کشورهای شرقی هم شاهد همین روند هستیم ولی در کشورهای غربی شیوع این بیماری تا ۲۵ درصد کاهش پیدا کرده. **سلامت:** چرا آمار تلفات در کشورهای غربی پایین آمده؟

به دو دلیل؛ اول اینکه رفتار غذایی شان را یک مقدار تغییر دادند و دلیل دوم، با انجام اسکرین تست ها که آزمایش های غربالگری یا همان آزمایش های چکاپی روده بزرگ خیلی پیگیری بیماران سرطان روده هستند. مجموع این دو اقدام باعث شده مرگ و میر ناشی از سرطان روده بزرگ در کشورهای مثل آمریکا کم شود.

**سلامت:** لطفا کمی درباره این سرطان ها توضیح دهید.

سرطان های روده بزرگ به دو گروه تقسیم می شوند؛ بخشی از آن ارثی یا ژنتیکی است که اینها حدود ۲۵ درصد کل سرطان های روده بزرگ را شامل می شوند و بخش عمده ای از آن ارثی نیست و ناشی از رفتارهای غذایی ما و رفتارهای تغذیه ای و شیوه زندگی ما یا حوادثی است که دلیل آنها مشخص است.

نشانگان یا همان مجموعه علائم بیماری ارثی همان طور که گفتیم ناشی از نشانه هایی هستند که پولیپ ایجاد می کنند. پولیپ ها توده های کوچکی هستند که داخل روده کوچک تشکیل می شوند که در بزرگسالان و بعد از ۵۰ سالگی بسیار شایع است. این پولیپ ها اغلب منجر به بروز علامت و نشانه ای نمی شوند اما احتمال سرطانی شدن آنها وجود دارد که در چنین مواردی باید نسبت به در آوردن آنها اقدام شود.

بعضی بیماری ها هستند که ایجاد سرطان می کنند، مثل بیماری التهابی روده یا همان زخم روده و در کسانی که این بیماری را داشته باشند امکان سرطان روده بزرگ به میزان کم وجود دارد و به همین دلیل افراد با نشانگان ایجاد کننده پولیپ را باید بیشتر تحت نظر داشت. به هر جهت انواع مختلف سرطان های کولون بستگی به نوع پولیپوزی یا بدخیمی فرق می کنند.

**سلامت:** این نوع سرطان باسن هم ارتباط دارد؟



مساله مهم این است که بدانی شیوع با احتمال ابتلا به سرطان های کولون هر چه سن بالاتر برود بیشتر می شود و هر چه سن پایین تر باشد شیوع کمتری دارد. به خاطر همین در تمام کشورهای پیشرفته لازم دانستند حتما افراد بالای ۵۰ سال از نظر ابتلا به سرطان روده بزرگ توسط پزشک معاینه و کولونوسکوپی شوند؛ یعنی برای بررسی وضعیت روده بزرگ، لوله ای از مقعد توسط متخصص وارد می شود.

**سلامت:** روش هایی به جز کولونوسکوپی هم وجود دارد؟

کارهای دیگری مثل آزمایش خون در مدفوع هم هست که خون مخفی را نشان می دهد یا اندازه گیری دی ان ای سلول های بدخیم در روده بزرگ از طریق مدفوع، دقت کولونوسکوپی از سایر روش های تشخیصی بیشتر است. به همین دلیل ما به همه آنهاهی که سن بالای ۵۰ سال دارند توصیه می کنیم هر ۱۰ سال کولونوسکوپی انجام دهند و می توانند هر دو سال یکبار هم تست مدفوعی از نظر خون مخفی انجام دهند. در بعضی کشورها کولونوسکوپی بعد از ۵۰ سال اجباری است. در این کشورها بیمه ها درمان سرطان را قبول نمی کنند و می گویند شما چرا در آن سالی که باید کولونوسکوپی انجام می دادید، انجام ندادید. به خاطر همین همه افراد بالای ۵۰ سال تا ۷۵ سال هر ۱۰ سال باید کولونوسکوپی شوند. کولونوسکوپی برای ۷۵ سال به بالا توصیه نمی شود و به جای آن آزمایش خون مخفی در مدفوع باید انجام شود.

**سلامت:** این آزمایش های غربالگری چه اهمیتی دارند؟

اگر ما زودتر بتوانیم ضایعه ای که در روده بزرگ هست را پیدا کنیم زودتر می توانیم آن را درمان کنیم. گاهی مواقع پولیپی (توده ای) که ایجاد شده می تواند فقط با یک اندوسکوپی خارج شود که به جراحی نرسد. اندوسکوپی روشی است که پزشک با استفاده از ابزارهای تخصصی به نام اندوسکوپ داخل مجرای گوارشی را مشاهده می کند اما اگر همان پولیپ سال ها بماند ممکن است سرطانی شود. پس ما توصیه می کنیم چکاپ حتما انجام شود و کسانی که پولیپ دارند پولیپ هایشان خارج شوند. بعد از این جراحی، سال بعد یا دو سال باید بیمار را دوباره معاینه کرد. کولونوسکوپی می کنیم تا در صورت وجود دوباره پولیپ، عمل خارج کردن پولیپ انجام شود. با این اقدام پیشگیرانه، به احتمال زیاد سرطان روده بزرگ ایجاد نخواهد شد ولی به هر جهت سرطان کولون ممکن است فقط روی پولیپ ها هم نباشد و اگر ما به موقع آزمایش کنیم امکان دارد توده هایی که دارند سرطانی می شوند را پیدا کنیم و قبل از اینکه بیمار مجبور به جراحی بزرگ شود برای پیشگیری از سرطان، قسمت زیادی از روده را برداریم.

**سلامت:** ماجرای ارث در سرطان روده بزرگ چیست؟

خیلی مهم است که بدانی بخشی از سرطان های روده بزرگ ریشه های ارثی دارد. گفته می شود اگر

در خانواده درجه یک فرد، کسی مبتلا به سرطان کولون بوده، ایشان باید خیلی زودتر از ۵۰ سالگی مورد بررسی سرطان روده بزرگ قرار بگیرد مثلا اگر کسی برادری ۴۰ ساله مبتلا به سرطان روده بزرگ دارد، باید ۱۰ سال زودتر از برادر یعنی از ۳۰ سالگی آزمایش های غربالگری را شروع کند و کولونوسکوپی شود و هر ۳-۲ سال این کار را انجام دهد و اگر کسی خواهری دارد که مثلا در ۳۵ سالگی سرطان روده بزرگ داشته، خود او در ۲۵ سالگی؛ یعنی ۱۰ سال زودتر از خواهرش باید حتما از نظر سرطان روده بزرگ بررسی شود که اگر بیماری خدای ناکرده وجود دارد بتوان سریع او را درمان کرد.

**سلامت:** مشکلات دیگری هم ممکن است به وجود بیاید؟

بعضی از بیماری ها به خصوص سرطان های دیگری ممکن است با سرطان روده بزرگ همراه شوند. مثل سرطان آندومتر در خانم ها یا محل رحم، سرطان پستان و سرطان لوزالمعده. اگر کسی در جوانی؛ یعنی در سن کمتر از ۵۰ سال سرطان روده بزرگ گرفت، باید همه اعضای خانواده درجه یک او بررسی شوند و اگر ۲-۳ مورد مبتلا در فامیل درجه ۲ مانند دایی و خاله و عمو و عمه پیدا شود، می توان گفت فرد بیش از سایرین در معرض ابتلا به این سرطان قرار دارد. به همین دلیل آنها باید زودتر از وضعیت طبیعی، آزمایش های غربالگری را شروع کنند. بر مبنای سنی که خانواده های درجه دو از آنها در زمان ابتلا

**توصیه می شود افراد اولاً تغذیه سالم داشته باشند، از میوه جات و سبزیجات باید بیشتر استفاده کنند. از خوردن غذاهای گوشتی، چربی و غذاهای آماده خودداری کنند. همچنین با ورزش کردن و رژیم غذایی مناسب وزنشان را کنترل کنند چون هر چه چاق تر باشند احتمال ابتلا به سرطان روده بزرگ در آنها بیشتر است. اگر کسی از افراد درجه یک خانواده سرطان کولون یا روده بزرگ دارد حتما به پزشک مراجعه کند و هر علامتی به عنوان خونریزی یا درد شکم خیلی ساده قلمداد نشود**



داشته اند، آزمایش ها باید ۱۰ سال زودتر انجام شوند، مثلا اگر دو عمو یا عمه در ۴۰ سالگی مبتلا شده اند، فرد باید در ۳۰ سالگی چکاپ را شروع کند.

**سلامت:** این آزمایش ها چه کمکی به درمان بیماری می کنند؟

مطلب مهم این است که در زمان سرطان های کولون در مراحل اولیه خیلی ساده است و ما می توانیم با یک کار اندوسکوپی آن ضایعه را بیرون بیاوریم و بیمارانی که در زمان شیمی درمانی یا رادیوتراپی یا به جراحی بزرگ نداشته باشند وقتی این بیماری به جاهای مختلف متاستاز بدهد، یعنی پخش بشود، متاسفانه دیگر نمی توانیم درمان موضعی کنیم یا شیمی درمانی یا رادیوتراپی انجام شود و نهایتا اگر بیمار شانس بیاورد بتوانیم کل روده یا بخش مهمی که سرطانی است را با بخش های متاستازی در بیاریم. بنابراین هر بیماری که متاستاز داده باشد معمولا عمرش کوتاه تر است. به همین دلیل ما پزشکان توصیه می کنیم برای آنکه درمان دیر نشود، حتما آزمایش های چکاپ و غربالگری را افراد انجام دهند. غربالگری می تواند در تشخیص اولیه سرطان های دیگر مثل سرطان پروستات یا سرطان های پستان در خانم ها بسیار کمک کند ولی این طور که می گویند یعنی در مقالات و کتاب ها گفته شده آنچه که در سرطان روده بزرگ عمر بیمار را طولانی می کند چکاپ و غربالگری برای پیدا کردن توده های سرطانی است.

**سلامت:** علائم اولیه سرطان روده بزرگ یا کولون چه هستند؟

سرطان اگر در ناحیه رکتوم یا راست روده باشد، بیمار ممکن است با یک خونریزی متوجه خطر شود. هر کسی در هر سنی خون دفع کند باید

به پزشک مراجعه کند. همیشه نگویید بواسیر یا هموروئید یا فشار است. هیچ مرضی نباید بدون انجام کولونوسکوپی هموروئیدش درمان شود چون ممکن است هموروئید یک ضایعه ثانویه نسبت به توده سرطانی روی روده بزرگ یا مقعد باشد. به خاطر همین همه مرض هایی که خونریزی و علامت دارند باید درمان شوند. همه کسانی که دل درد مکرر دارند و بررسی های و درمان های اولیه به جایی نرسیده، باید برای بررسی بیشتر به پزشک مراجعه کنند.

اگر پزشک حدس زد که ممکن است روده بزرگ درگیر باشد باید ایشان کولونوسکوپی شود و هیچ مرضی با فرض اینکه فقط هموروئید یا بواسیر دارد یا این خونریزی مساله مهمی نیست، نباید نادیده گرفته شود. باز هم تاکید می کنم کسی نباید خونریزی را سرسری بگیرد و فکر کند که یک هموروئید ساده است و می تواند از آن بگذرد. سرطان های روده بزرگ همیشه علامت ندارند و مواقعی علامت دارند که در انتها واقع شوند و خونریزی کنند یا باعث انسداد شوند یعنی راه خروج روده را ببندند و مریض درد حس کند و بتواند به پزشک مراجعه کند. در موارد دیگر سرطان های روده بزرگ خیلی مخفی و موزی پیش می روند و رشد می کنند و متاسفانه پخش می شوند.

**سلامت:** درمان های سرطان روده چگونه هستند؟

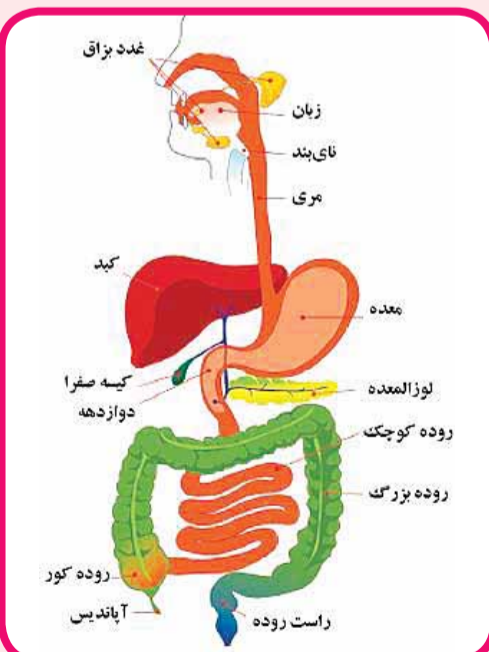
همانطور که گفتیم در مرحله اول خیلی ابتدایی می توانیم با کولونوسکوپی آنها را درمان کنیم. در مرحله پیشرفته باید حتما بیمار بررسی شود، باید ببینیم جاهای دیگر پخش نشده باشد. اگر جاهای دیگر سرطان گسترش پیدا کرده باشد، باید اول با استفاده از رادیوتراپی (پرتودرمانی) یا شیمی درمانی بخش های آلوده کم شود بعد روده بزرگ را جراحی کنند یا اینکه بتوانند در زمان خاصی انجام دهند.

**سلامت:** توصیه های کلی شما برای در امان ماندن از این نوع سرطان چیست؟

توصیه می شود افراد اولاً تغذیه سالم داشته باشند، از میوه جات و سبزیجات باید بیشتر استفاده کنند. از خوردن غذاهای گوشتی، چربی و غذاهای آماده خودداری کنند. همچنین با ورزش کردن و رژیم غذایی مناسب وزنشان را کنترل کنند چون هر چه چاق تر باشند احتمال ابتلا به سرطان روده بزرگ در آنها بیشتر است.

اگر کسی از افراد درجه یک خانواده سرطان کولون یا روده بزرگ دارد حتما به پزشک مراجعه کند و در نهایت اینکه به یاد داشته باشیم هر علامتی به عنوان خونریزی یا درد شکم را خیلی ساده قلمداد نکنیم. ■

## سیستم گوارشی چگونه است و چه کار می کند؟



سیستم گوارش یا همان دستگاه هاضمه انسان، از گلو شروع می شود و ابتدای راه به مری در قفسه سینه می رسد. مری بعد از عبور از دیافراگم، پرده ای که شکم و قفسه سینه را از هم جدا می کند، وارد معده می شود. غذایی که می خوریم، بعد از عبور از دریچه پیلور در معده، وارد روده کوچک می شود. روده کوچک شامل چند قسمت با وظایف متفاوت است. ابتدای آن بخش مهم روده کوچک است به نام اثنی عشر. کبد ترشحات صفراوی را از طریق مجاری صفراوی درون اثنی عشر می ریزد که همراه با ترشحات لوزالمعده نقش مهمی در جذب پروتئین ها و چربی ها ایفا می کنند. بعد از اثنی عشر، روده کوچک پس از بخش هایی دیگر به نام ژژونوم و ایلئوم، به روده بزرگ منتهی می شود. روده بزرگ، لوله ای قطور است که در سمت راست شکم به بالا می رود که به آن روده بزرگ صعودی می گویند. در همان ابتدا کوچه بن بست به نام

آپاندیس وجود دارد که اگر به هر دلیل این کوچه بسته شود، التهاب آپاندیس یا همان آپاندیسیت بروز می کند. روده بزرگ افقی در زیر کبد و معده به صورت افقی راه خود را ادامه می دهد. بعد از آن روده بزرگ به سمت پایین می رود و بعد از پیچی به نام سیگموئید، وارد رکتوم یا راست روده می شود و بعد به مقعد منتهی می شود که محل خروج مدفوع است. کبد و مجاری صفراوی جزو سیستم گوارشی هستند.

در زیر معده غده لوزالمعده وجود دارد که در انتهای آن سلول های خاصی با ترشح انسولین میزان قند خون را کنترل می کنند. بقیه این غده به هضم غذا کمک می کند. تصور مردم این است که در آوردن کیسه صفرا باعث اختلال در هضم می شود. در صورتی که خارج کردن کیسه صفرا می کند مشکلی برای هضم ایجاد نمی کند. ■

ادری هیپورن در ۶۳ سالگی بر اثر ابتلا به سرطان روده بزرگ (کولون) در گذشت

## ادری هیپورن، محبوبی با زندگی پر فراز و نشیب

هر چند حدود ۲۷ سال از مرگ یکی از بزرگترین هنرپیشه های هالیوود بر اثر سرطان روده بزرگ گذشته، کمتر کسی است که ادری هیپورن را به دلیل بازی در فیلم موزیکال و به یاد ماندنی بانوی زیبای من و صبحانه در تیفانی شناسد.

بهترین جلوه این تیپ سینمایی تازه در فیلم موزیکال بانوی زیبای من دیده می شود که در سال ۱۹۶۴ میلادی به کارگردانی جرج کیوکر ساخته شد. این فیلم با فضای رنگین، لحن شاد و آهنگ های زیبایش یکی از بهترین موزیکال های تاریخ سینما به شمار می رود. ادری هیپورن با مهارتی خیره کننده در نقش دخترکی عامی و فقیر ظاهر می شود که به محافل اشرافی راه پیدا می کند. آهنگ هایی که او در این فیلم خواند، همه جا ورد زبان شد.

ادری در سال ۱۹۲۹ میلادی در بروکسل، پایتخت بلژیک متولد شد و نوجوانی را در سال های جنگ جهانی دوم گذراند.

کمتر از ۳ دهه پس از درگذشت او، ادری هیپورن محبوب ترین ستاره هالیوود باقی مانده است، به خاطر نقش خود به عنوان سفیر یونسف و همچنین برای فیلم هایی مانند تعطیلات روم و صبحانه در تیفانی شناخته شده است.

ادری هیپورن در زمانی که زن با اندام هوس انگیز در سینمای هالیوود شناخته می شد، تیپ جدیدی از زنان را به دنیا معرفی کرد. زنی ظریف و شکننده و زیبا و شوخ طبع و زرنگ. او در سال ۱۹۹۳ میلادی به دلیل ابتلا به سرطان روده بزرگ درگذشت.

بیوگرافی های متعددی استعداد او را و به اثبات رسانده است اما هیچ یک از تجارب شدید وی را طی ۵ سال اشغال نازی ها در هلند، پوشش نداده است. به گفته پسرش، لوکا دوتی، این جنگ باعث شد مادر من او باشد. عمو و مصیبت گرسنگی در زمستان گرسنگی در سال ۱۹۴۴. او همچنین باید با این واقعیت روبرو شد که پدرش مأمور نازی ها و مادرش برای ۲ سال اول اشغال طرفدار نازی ها بود اما همین خاطرات تلخ زمان اشغال و بعد از آن، قحطی بلژیک در سال های ۱۹۴۴ - ۱۹۴۵ شخصیتی را شکل داد که بعدها یکی از موثرترین و سرشناس ترین

