



الجمهورية اللبنانية
وزارة الصحة العامة



الحملة الوطنية للتوعية على سرطان القولون والمستقيم



LSMO
Lebanese Society of Medical Oncology
الجمعية اللبنانية لأطباء الأورام الخبيث



سعيد
جمعية للتوعية عن
سرطان القولون



**LEBANESE SOCIETY OF
GASTROENTEROLOGY**
الجمعية اللبنانية
لأمراض الجهاز الهضمي



هل يمكن أن أصاب بسرطان القولون والمستقيم؟

يصيب سرطان القولون والمستقيم النساء والرجال على حد سواء!

عوامل الخطورة تشمل:

- عمر ٥٠ سنة وما فوق: فمع التقدم في السن يزيد خطر تطور الاورام الحميدة إلى أورام سرطانية
- الشمنة المفرطة
- نظام غذائي فقير بالألياف وغني بالدهون
- كثرة تناول اللحوم الحمراء أو اللحم المصنَّع أو المدخن
- التدخين
- شرب الكحول بكميات مفرطة
- نمط حياة يتسم بقلة الحركة

وتعدّ هذه العوامل عوامل خطورة متوسطة



اما عوامل

الخطورة المرتفعة فتضم:

- وجود تاريخ عائلي أو شخصي لكتل حميدة أو لسرطان في القولون والمستقيم
- وجود حالات التهاب الأمعاء المزمنة: كمرض كرونز أو مرض التهاب الأمعاء التقرحي

ما هو سرطان القولون والمستقيم (Colorectal cancer)؟

هو واحد من أكثر أشكال السرطان شيوعاً. يبدأ في القولون أو الأمعاء الغليظة ككتلة حميدة (polyp) يمكنها أن تتحول إلى خلايا سرطانية خلال ٥ الى ١٠ سنوات، إذا لم يتم كشفها واستئصالها

يُعتبر سرطان القولون والمستقيم ثالث أنواع السرطان انتشاراً وثاني مُسبّب للوفاة من الأمراض السرطانية في العالم.



في لبنان، يحتل هذا السرطان المرتبة الثانية لدى النساء والرابعة لدى الرجال.



ما هي عوارض سرطان القولون والمستقيم؟

في معظم الحالات لا يعاني الأشخاص من أية عوارض تدل على اصابتهم بسرطان القولون والمستقيم، ولكن في حال وجودها فقد تشمل:

- تغيّرات في نشاط الأمعاء الطبيعي مثل الإسهال، الإمساك أو تغيّرات في شكل البراز ووتيرة البراز، تستمر لفترة تزيد عن أسبوعين
- نزيف من فتحة الشرج أو ظهور دم في البراز
- الشعور بعدم الراحة/ الإزعاج في منطقة البطن، تتجلّى في: تشنّجات (مغص)، إنتفاخات غازيّة، الشعور بأن التبرّز لم يفرغ ما في الأمعاء
- التعب أو الضعف
- هبوط غير مبزّر في الوزن
- فقر دم

ما هي أهمية الكشف المبكر؟

أَنَّ نسبة الشفاء من سرطان القولون والمستقيم، إذا تمَّ اكتشافه مبكرًا في المراحل المبكرة، هي حوالي ٩٠٪، بينما تنخفض هذه النسبة إلى ١٢٪ في حال اكتشافه في مرحلة متأخرة.

يضمن الكشف المبكر العثور على الكتل الحميدة وإزالتها قبل تحوُّلها إلى خلايا سرطانية.

كما وأنَّه يسمح بتشخيص سرطان القولون والمستقيم في مراحله المبكرة، أي في الفترة الأكثر تجاوبًا للعلاج والأعلى حظوظًا بالشفاء الكامل.



هل يمكن الوقاية من سرطان

القولون والمستقيم؟ نعم!

الإعتماد على النصائح التالية يخفف من خطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم :

- اعتماد نظام غذائي متوازن وغني بالألياف
- تجنُّب السمنة والحفاظة على الوزن المناسب
- ممارسة الرياضة بانتظام
- تجنُّب شرب الكحول المفرط
- الإقلاع عن التدخين
- استشارة الطبيب عند حدوث أي تغيُّرات غير طبيعية في الجسم
- إجراء الفحص المبكر ابتداءً من عمر الخمسين

كيف يتم الكشف المبكر؟

- فحص عينة من البراز (FIT) Fecal Immunochemical Test يكشف عن وجود دم خفي في البراز ويجب القيام به سنويًا في حال كانت النتيجة سلبية.
- تنظير القولون أو Colonoscopy وهو الفحص الأكثر دقة من بين الاختبارات، يظهر الجهة الداخلية للقولون والمستقيم. يُجرى عادةً بعد فحص عينة من البراز (FIT) إذا كانت النتيجة ايجابية (إشارة الى وجود دم خفي في البراز) أو عند وجود عوامل الخطورة المرتفعة.

هل يمكن الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم؟

نعم!

لكني لا أعاني من أية عوارض
فلمست بحاجة للكشف.



تنبيه:

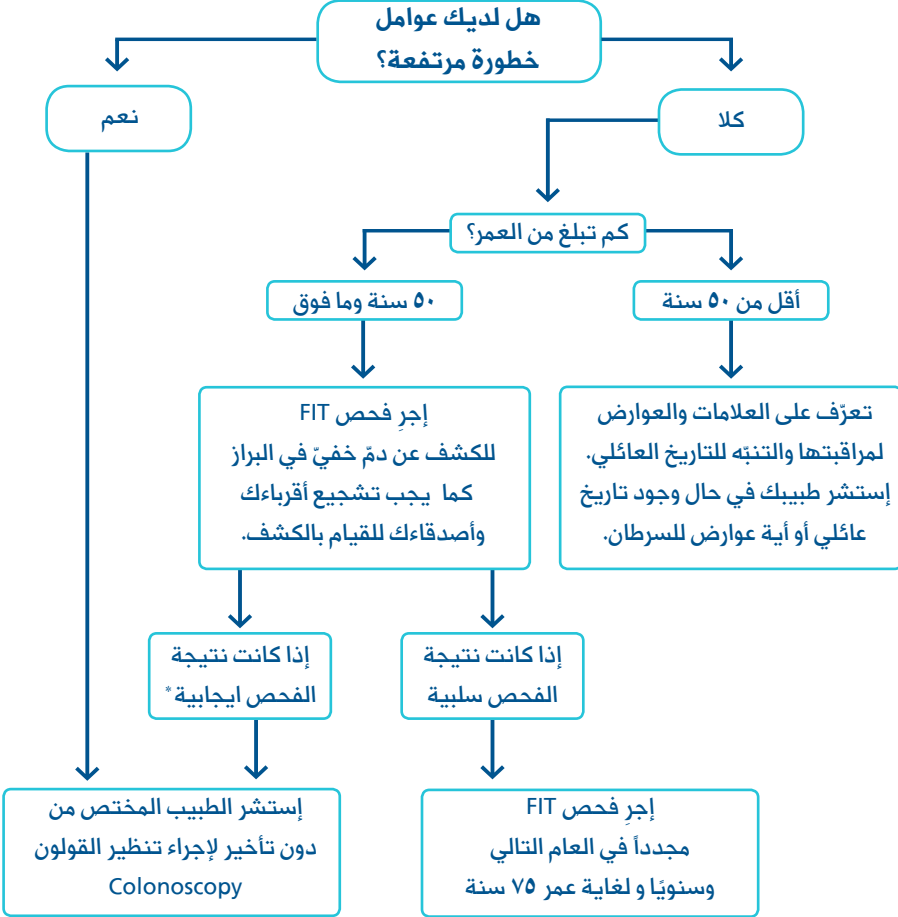
في معظم الحالات لا يعاني الأشخاص من أية عوارض تدل على اصابتهم بسرطان القولون والمستقيم.

لا يجب انتظار ظهور العوارض للقيام بفحوصات الكشف المبكر!

من يجب أن يجري الكشف المبكر وكيف؟

- إذا كان عمرك بين ٥٠ و ٧٥ سنة (سواء رجل أو امرأة) و ليس لديك عوارض، يجب إجراء فحص ال FIT سنويًا.
- إذا كان لديك احد عوامل الخطورة المرتفعة لسرطان القولون (المذكورة اعلاه)، فيجب إجراء تنظير القولون Colonoscopy.

توجيهات لاتباع بهدف الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم



* إن وجود دم في البراز يمكن أن يشير إلى وجود ورم سرطاني، لكنه يمكن أن يشير أيضا إلى مجموعة متنوعة من المشاكل الصحية الأخرى.