



مرکز آموزشی درمانی حضرت ولی عصر (عج)

سرطان معده



واحد آموزش دفتر پرستاری

۱۴۰۳

کمیته آموزش بیمارستان حضرت ولیعصر (عج)

– تلفن: ۰۲۴۳۳۷۷۰۸۰۱

– فاکس: ۰۲۴۳۳۷۷۰۷۵۱

www.valiasr.zums.ac.ir

۱. پرهیز از مصرف غذاهای پر نمک

۲. حداقل امکان از غذاهای تازه و غیر کنسروی استفاده کنید.

کنسروها و کمپوتها، حاوی مواد نگهدارنده (نیترات) هستند که نقش مهمی در ایجاد سرطان دارند.

اشخاص ۵۰ تا ۷۰ سال و کسانی که از وضعیت اقتصادی/ اجتماعی بدی برخوردارند و نیز افرادی که دارای سابقه ی خانوادگی مثبت هستند در معرض خطر قرار دارند.

معدۀ

بخشی از دستگاه گوارش است که در قسمت بالای شکم در زیر دیافراگم واقع شده است، از بالا به مری و از پایین به روده ی کوچک منتهی می شود.

ورود غذا به معدۀ باعث ایجاد حرکات موجی در عضلات دیواره ی معدۀ می شود. در همین زمان شیرۀ ی اسیدی معدۀ که توسط غدد معدۀ ترشح می شود باعث هضم اولیه غذا در معدۀ می شود، پس از ۳ ساعت این مخلوط غذایی وارد روده می شود تا هضم غذا ادامه یابد.

سرطان چیست؟

همانند بسیاری از بافت ها معدۀ از انواع متفاوت سلول ها تشکیل شده است، بطور طبیعی سلول ها دائماً در حال تکثیر شدن هستند تا بتوانند جای سلول های پیر و مرده را بگیرند، زمانی که تقسیم سلول ها از کنترل خارج شوند و سلولی بی رویۀ تقسیم شود، توده ای سلولی ایجاد می گردد که تومور نامیده می شود.

توده ها می توانند به بافت اطراف تهاجم کرده و باعث تخریب ارگان ها و بافت اطراف خود شوند که در مورد معدۀ می تواند به مری یا روده ی کوچک تهاجم کند، همچنین ممکن است سلولی از این توده ی بدخیم جدا شده به سیستم لنفاوی یا جریان خون وارد شود و بدین ترتیب به جاهای دور از محل اولیه سرطان باعث ایجاد توده ی بدخیم دیگری شود این گسترش تومور متاستاز نامیده می شود. در مورد سرطان معدۀ شایعترین محل متاستاز کبد است.

عوامل خطر:

سرطان معدۀ در مردان دو برابر زنان و در افراد سنین بالای ۵۵ سال بیشتر است.

۱. عفونت معدۀ با هلیکوباکتر
۲. سابقۀ ی فامیلی مثبت از سرطان معدۀ
۳. کشیدن سیگار
۴. مصرف غذاها و گوشت دودی و نمک سود و کنسروها
۵. مصرف کم میوه جات و سبزیجات

در صورتیکه شما دارای عوامل خطر بالا و علائم همراه هستید باید با مراجعه به پزشک با انجام آزمایشات غربالگری و رژیم غذایی در پیشگیری و تشخیص زودرس این سرطان به خود کمک کنید.

علائم:

۱. سوء هاضمه یا سوزش سر دل
۲. احساس درد یا ناراحتی در شکم
۳. نفخ شدید و غیرمعمول پس از صرف غذا
۴. تهوع و استفراغ
۵. اسهال یا یبوستی که طول بکشد
۶. خونریزی بصورت استفراغ خونی و یا مدفوع خونی
۷. بی اشتهاپی
۸. ضعف و خستگی

راه های تشخیص:

- گرفتن شرح حال
- تست خون مخفی از مدفوع
- آندوسکوپی
- گرفتن رادیوگرافی

درمان:

درمان بیماران براساس وضعیت بیمار، اندازه توده و محل آن، میزان تهاجم به بافت اطراف و مرحله ی بیماری صورت میگیرد که شامل: جراحی، شیمی درمانی، همراه با پرتو درمانی است. بسیاری از بیماران مبتلا به سرطان دچار کاهش اشتها می شوند. تهوع، استفراغ همچنین عمل جراحی باعث سیری زودرس آنها می شود ولی تغذیه مناسب در این بیماران برای یازسازی بافت جدید ضروری است.

رژیم استاندارد: پروتئین، ویتامین و کالری کافی از طریق مشورت با یک کارشناس تغذیه اهمیت بسیار دارد.

توصیه ها:

۱. نکشیدن سیگار و قلیان از عوامل مهم در جلوگیری از ابتلا به سرطان معدۀ است.
۲. ایجاد فعالیت ورزشی منظم
۳. استفاده از رژیم غذایی حاوی میوه و سبزیجات
۴. استفاده از گوشت کم چربی و ماهی