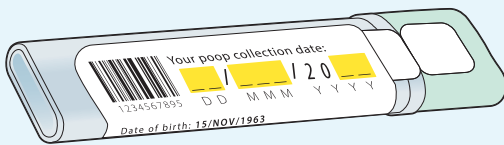


# آنچه باید در مورد غربالگری سرطان روده بزرگ بدانید

## سرطان روده بزرگ چیست؟

به سرطان روده بزرگ (بخش انتهایی سیستم گوارش) یا مقعد (6 اینچ [15.24 سانتی‌متر] انتهایی روده بزرگ) سرطان روده بزرگ گفته می‌شود. این سرطان همچنین با نام سرطان کولورکتال یا سرطان روده شناخته می‌شود و از شایع‌ترین سرطان‌هایی است که باعث مرگ‌ومیر ساکنین انتاریو می‌شود. البته، در صورت تشخیص زودهنگام سرطان روده بزرگ، 9 نفر از هر 10 بیمار می‌توانند درمان شوند.

سرطان روده بزرگ با رشد غیرعادی لایه‌های داخلی روده بزرگ یا مقعد که پولیپ نام دارد، شروع می‌شود. همه پولیپ‌ها به سرطان تبدیل نمی‌شوند، اما بعضی از آن‌ها ممکن است به تدریج به سرطان تبدیل شوند.



تست ایمونوشیمی مدفوع (FIT) روی مدفوع انجام می‌شود

### چگونه آزمایش FIT را انجام دهم؟

برای اطلاع از اینکه آیا تست FIT برای شما مناسب است، با پزشک خانواده یا پرستار متخصص خود صحبت کنید.

اگر پزشک خانواده یا پرستار متخصص ندارید، می‌توانید برای انجام تست FIT با سلامت از راه دور انتاریو (Telehealth Ontario) به شماره 1-866-828-9213 تماس بگیرید.

اگر در جامعه First Nation زندگی می‌کنید، برای دریافت اطلاعات بیشتر می‌توانید با مرکز بهداشت یا ایستگاه پرستاری خود تماس بگیرید.

### غربالگری سرطان چیست؟

غربالگری سرطان (بررسی علائم سرطان از طریق معاینه) به معاینه انجام‌شده روی افرادی گفته می‌شود که در معرض خطر ابتلا به سرطان قرار دارند، اما علائمی ندارند و وضعیت عمومی‌شان خوب است.

ColonCancerCheck برنامه غربالگری در انتاریو است که افرادی را که در معرض ابتلا به سرطان روده بزرگ هستند، ترغیب می‌کند به‌طور منظم برای این بیماری غربالگری شوند.

### چه کسی باید غربالگری سرطان روده بزرگ را انجام دهد؟

ColonCancerCheck دو گروه از افراد واجد شرایط را غربالگری می‌کند: افرادی که در معرض خطر متوسط ابتلا به سرطان روده بزرگ قرار دارند و افرادی که در معرض خطر بالای ابتلا به سرطان روده بزرگ قرار دارند.

خطر متوسط: افراد 50 تا 74 ساله که هیچ‌کدام از والدین، برادرها، خواهرها یا فرزندان‌شان (بستگان درجه یک) سرطان روده بزرگ نداشته‌اند.

اگر در معرض خطر متوسط قرار دارید، باید از 50 سالگی به بعد، هر دو سال یکبار تست ایمونوشیمی مدفوع (Fecal Immunochemical Test, FIT) بدهید.

خطر زیاد: افرادی که یکی از والدین آن‌ها یا هر دو، یک یا چند برادر، خواهر یا فرزندان‌شان (بستگان درجه یک) سرطان روده بزرگ داشته‌اند.

اگر در معرض خطر زیاد هستید، باید از 50 سالگی یا 10 سال زودتر از سن بستگان درجه یک شما در زمان تشخیص سرطان روده بزرگ در آن‌ها، هر کدام که زودتر بود، کولونوسکوپی را شروع کنید. تعداد دفعات غربالگری به سن عضو خانواده درجه یک شما در زمان تشخیص بیماری در او بستگی دارد.

در مورد غربالگری با پزشک خانواده یا پرستار متخصص خود صحبت کنید.



**Ontario Health**  
Cancer Care Ontario

## در صورت تشخیص زودهنگام سرطان روده بزرگ، 9 نفر از هر 10 نفر می‌توانند درمان شوند.

### چگونه می‌توانم غربالگری سرطان روده بزرگ را انجام دهم؟

#### تست ایمنونوشیمی مدفوع (FIT)

در تست FIT، مدفوع شما از نظر وجود مقادیر اندک خون بررسی می‌شود؛ وجود خون می‌تواند ناشی از سرطان روده بزرگ یا بعضی از انواع پولیپ باشد.

- تست FIT بی‌خطر و بدون درد است
- این تست که تنها چند دقیقه طول می‌کشد، در منزل قابل انجام است
- فقط به یک نمونه مدفوع برای تست نیاز است
- می‌توانید طبق معمول غذا بخورید و داروهایتان را مصرف کنید
- برای افراد واجد شرایط، انجام تست FIT از طریق برنامه ColonCancerCheck رایگان است
- ارسال پستی FIT به نشانی دلخواه شما امکان‌پذیر است

نتیجه غیرعادی تست FIT بیانگر وجود خون در مدفوع شماست. وجود خون در مدفوع الزاماً به این معنا نیست که سرطان دارید. برای اطلاع از ابتلا به سرطان باید آزمایش کولونوسکوپی انجام دهید.

#### کولونوسکوپی

کولونوسکوپی آزمایشی است که در بیمارستان یا کلینیک انجام می‌شود؛ در این آزمایش، پزشک با نگاه به لایه‌های داخلی کل روده بزرگ، مشکلات آن را بررسی می‌کند. در طول آزمایش، پزشک لوله‌ای بلند و انعطاف‌پذیر را که دوربینی کوچک در انتهای آن تعبیه شده است وارد روده و مقعد می‌کند.

کولونوسکوپی روی افرادی انجام می‌شود که نتیجه تست FIT آن‌ها غیرطبیعی است یا روی افرادی انجام می‌شود که در معرض خطر زیاد ابتلا به سرطان روده بزرگ قرار دارند، زیرا یکی از والدین آن‌ها یا هر دو، یک یا چند برادر، خواهر یا فرزندشان (بستگان درجه یک) سرطان روده بزرگ داشته‌اند. غربالگری از طریق کولونوسکوپی برای افرادی که در معرض خطر متوسط قرار دارند، توصیه نمی‌شود.

با بازدید از نشانی اینترنتی زیر می‌توانید به اطلاعات بیشتری در مورد غربالگری سرطان روده بزرگ دست پیدا کنید:  
[cancercareontario.ca/colon](https://cancercareontario.ca/colon)

### سرطان روده بزرگ چه علائم و مشکلاتی به همراه دارد؟

معمولاً هیچ علائم یا مشکلاتی در مراحل اولیه بیماری مشاهده نمی‌شود. سرطان روده بزرگ به تدریج پیشرفت می‌کند و این علائم و مشکلات ممکن است در فرد ظاهر شود:

- کاهش گلبول‌های قرمز (کم‌خونی) ناشی از سلولی سرطانی که در حال خون‌ریزی است
  - وجود خون (قرمز روشن یا بسیار تیره) در مدفوع
  - کاهش بدون دلیل وزن
  - تغییر در عادات مدفوع کردن (اسهال یا یبوست ناگهانی و مداوم) یا احساسی شبیه اینکه تمام مدفوع کاملاً از بدن خارج نمی‌شود
  - ناراحتی ناگهانی یا مداوم معده
- اگر هر کدام از این علائم یا مشکلات را دارید، با پزشک خانواده یا پرستار متخصص خود صحبت کنید.

### چگونه می‌توانم خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ را در خود کاهش دهم؟

- وزن خود را در محدوده سالم حفظ کنید
- فعالیت بدنی را در برنامه روزانه خود قرار دهید
- مواد غذایی سرشار از فیبر مصرف کنید (از جمله سبزیجات و میوه‌ها و غلات کامل)
- مصرف گوشت قرمز را محدود کنید و گوشت فرآوری شده (به عنوان مثال سوسیس بولونی، سالامی) مصرف نکنید
- مصرف الکل را محدود کنید
- مصرف سیگار و دخانیات را متوقف کنید
- محصولات لبنی یا جایگزین‌های سرشار از کلسیم مصرف کنید
- به‌طور منظم غربالگری سرطان روده بزرگ انجام دهید

در فرمت قابل دسترسی به این اطلاعات نیاز دارید؟

info@ontariohealth.ca ، TTY 1-800-855-0511 ، 1-877-280-8538