



مؤسسه ملی تحقیقات سلامت جمهوری اسلامی ایران
گروه پاسخ به سوالات سلامت عمومی



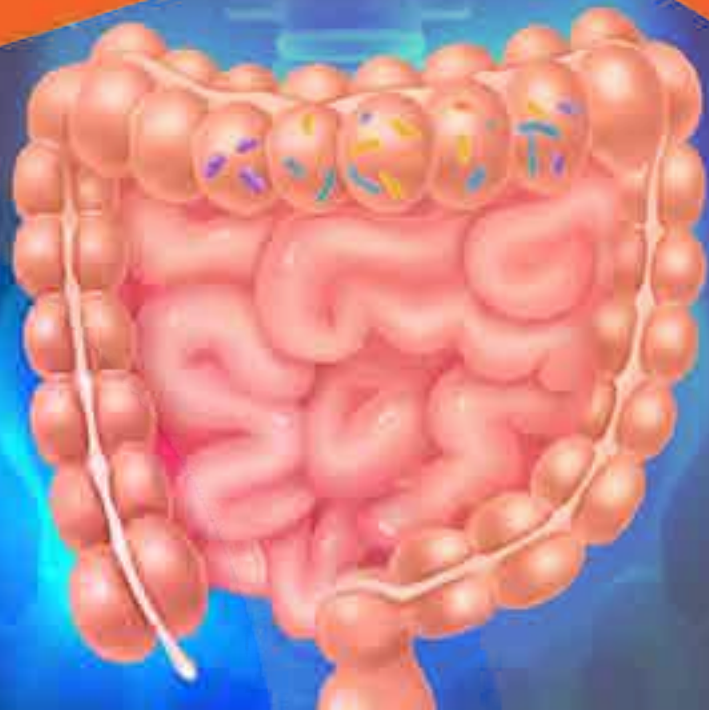
جمهوری اسلامی ایران
وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی



دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی تهران

عنوان:

غریبالگری سرطان روده بزرگ چه اهمیتی دارد و چه کسانی باید آن را انجام دهند؟



نتیجه‌گیری:

برنامه غربالگری سرطان روده بزرگ شامل دوروش FIT (خون مخفی در مدفوع) و کولونوسکوپی است و انجام این تست‌ها بر اساس گروه خطر انتخاب می‌شود. انجام آزمایش FIT برای همه افراد از سن ۵۰ سال توصیه می‌شود؛ اما سن آغاز انجام کولونوسکوپی بر اساس پرخطر بودن شرح حال، معاینه؛ و سابقه خانوادگی افراد تعیین می‌شود و برای همه یکسان نیست. اصلاح سبک زندگی و داشتن تحرک و تغذیه سالم باعث می‌شود سرطان روده بزرگ کمتر بروز کند و پیروی از برنامه غربالگری نیز سبب می‌شود تا در صورت بروز این بیماری، زودتر تشخیص داده شده و کنترل شود و در نهایت از بار جسمی و روانی ناشی از این بیماری کاسته شود.

متن بررسی:

سرطان روده بزرگ یکی از شایع‌ترین سرطان‌های قابل پیشگیری است. بیشتر موارد این بیماری از پولیپ‌های کوچکی آغاز می‌شوند که در دیواره داخلی روده رشد می‌کنند. این پولیپ‌ها معمولاً در طول سال‌ها رشد می‌کنند و ممکن است به سرطان تبدیل شوند. غربالگری روشی است که با انجام آزمایش‌ها و تصویربرداری‌ها در افراد بدون علامت، امکان شناسایی این تغییرات را زودتر فراهم می‌کند (۱).

نکته مهم این است که نیاز و زمان شروع غربالگری برای همه افراد یکسان نیست. بر اساس میزان خطر ابتلا که تحت تأثیر عواملی مانند سن، سابقه خانوادگی، و شرایط پزشکی است، توصیه‌ها و فواصل انجام غربالگری متفاوت خواهد بود.

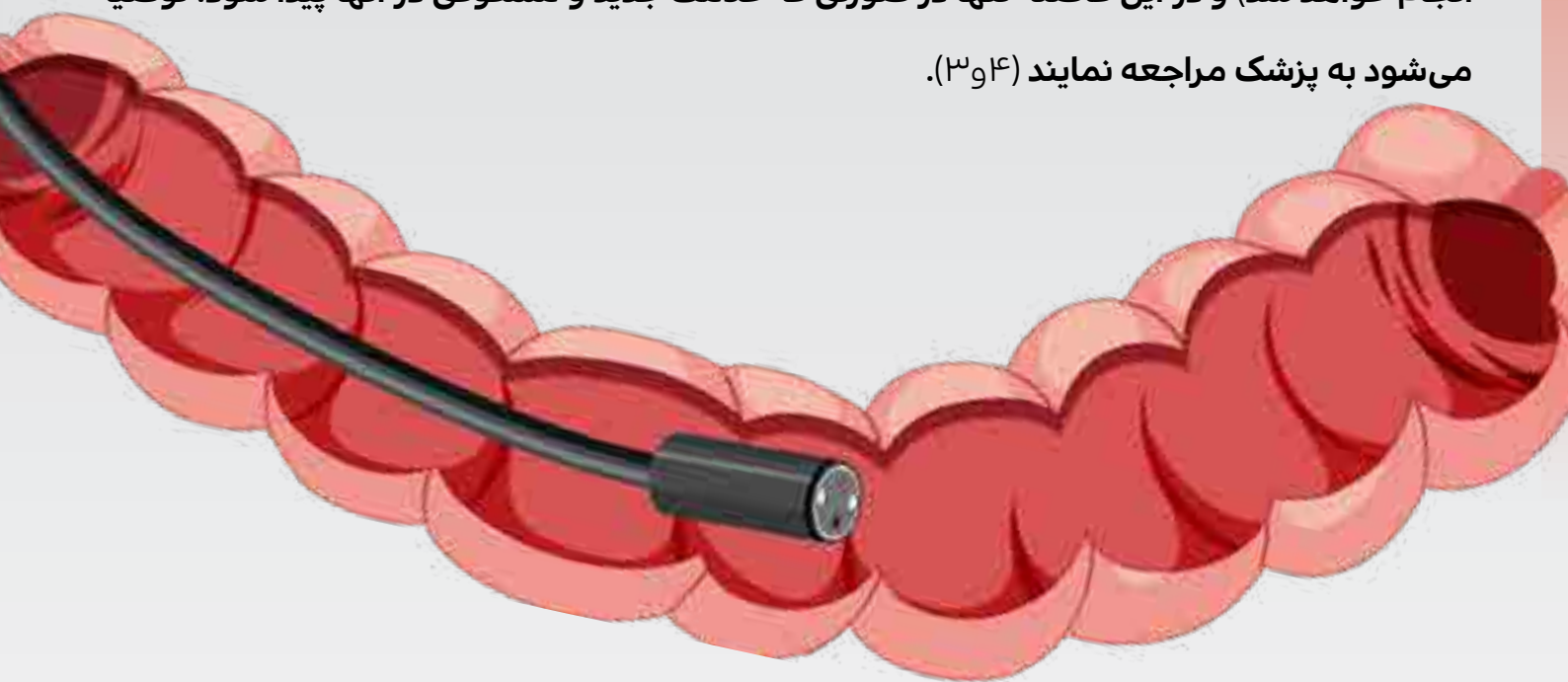


بنابراین، ابتدا باید میزان خطر هر فرد تعیین شود و سپس برنامه مناسب غربالگری انتخاب گردد. مواردی که افراد باید نسبت به آنها حساس باشند شامل کاهش وزن‌های شدید و بی‌دلیل، تغییرات شدید در دفع مانند اسهال و یبوست شدید، کم‌خونی به ویژه در سن‌های بالاتر، خونریزی از مقعد، و دردناک بودن شکم در نواحی پایینی می‌باشد. لازم به ذکر است که این علائم اختصاصی سرطان نیستند اما آگاهی افراد نسبت به این تغییرات می‌تواند باعث تشخیص زودتر و کاهش بار ناشی از بیماری گردد (۲).



افرادی که در **گروه کم‌خطر** قرار دارند، یعنی بستگان درجه یک آن‌ها قبل از ۶۰ سالگی مبتلا به سرطان روده بزرگ نشده‌اند، بیش از یک نفر از بستگان درجه یک آن‌ها در هیچ سنی دچار این سرطان نبوده‌اند، سابقه بیماری‌های التهاب مزمن روده مانند کولیت اولسراتیو یا بیماری کرون ندارند و خود نیز سابقه پولیپ پیش‌سرطانی یا سرطان کولورکتال نداشته‌اند، می‌بایست غربالگری را از سن ۵۰ سالگی آغاز کنند. غربالگری به این صورت آغاز می‌گردد که شرح حال پزشکی جامع و سوابق پزشکی فرد دریافت می‌شود و همچنین تست FIT (آزمایش خون مخفی در مدفوع) انجام می‌گردد و سپس بر اساس مجموع این دو تصمیم گرفت می‌شود که فرد نیازمند مراجعه به متخصص گوارش و نیز انجام کولونوسکوپی هست یا خیر.

ضمناً باید در نظر داشت که زمان شروع انجام کولونوسکوپی به سابقه خانوادگی فرد نیز بستگی دارد، مثلاً تمام افرادی که در خانواده درجه یک سابقه سرطان روده بزرگ یا پولیپ پرخطر داشته باشند، اولین کولونوسکوپی باید در سن ۴۰ سالگی یا ۱۰ سال زودتر از سنی که جوانترین فرد خانواده مبتلا به سرطان شده است آغاز گردد. تمامی افرادی که تست FIT مثبت داشته باشند یا براساس علائم و معاینه و طبق تشخیص پزشک پرخطر ارزیابی شوند، نیازمند انجام کولونوسکوپی و ارجاع به متخصص گوارش هستند. اولین کولونوسکوپی در افرادی که در خانواده درجه دو فردی را دارند که در سن زیر ۵۰ سالگی مبتلا به سرطان روده بزرگ شده باشد نیز از ۵۰ سالگی انجام می‌گردد. به صورت کلی زمان انجام کولونوسکوپی‌های بعدی نیز وابسته به شرح حال و معاینه، میزان پرخطر بودن ضایعه (در صورت وجود) و سوابق خانوادگی فرد متفاوت است و بر این اساس از ۶ ماه تا ۱۰ سال متغیر است و تصمیم آن بر عهده متخصص گوارش خواهد بود. در افرادی که هیچ مورد از عوامل خطر در آنها مثبت نیست، معاینه نکته مشکوکی ندارد و تست FIT آنها نیز منفی شده است، ارزیابی بعدی به ۲ سال بعد موکول می‌شود (مجدد ابتدا FIT انجام خواهد شد) و در این فاصله تنها در صورتی که علامت جدید و مشکوکی در آنها پیدا شود، توصیه می‌شود به پزشک مراجعه نمایند (۳ و ۴).



انجام غربالگری در سن مناسب و با روش مناسب بسیار اهمیت دارد، زیرا شناسایی سرطان در مراحل اولیه بیش از ۹۰ درصد احتمال درمان کامل دارد. در مقابل، در مراحل پیشرفته، شانس بهبودی به کمتر از ۱۵ درصد کاهش می‌یابد. علاوه بر غربالگری، اقدامات ساده‌ای در شیوه زندگی می‌توانند خطر ابتلا را کاهش دهند؛ رعایت رژیم غذایی غنی از فیبر، مصرف روزانه سبزی و میوه، کاهش مصرف گوشت قرمز و گوشت‌های فرآوری‌شده، فعالیت بدنی منظم، حفظ وزن سالم و پرهیز از دخانیات و الکل از مهم‌ترین این اقدامات هستند (۵).

بنابراین می توان اینطور نتیجه گرفت که برنامه غربالگری سرطان روده بزرگ شامل دو روش FIT (خون مخفی در مدفوع) و کولونوسکوپی است و انجام این تست ها بر اساس گروه خطر انتخاب می شود. انجام آزمایش FIT برای همه افراد از سن ۵۰ سال توصیه می شود اما سن آغاز انجام کولونوسکوپی بر اساس پرخطر بودن شرح حال، معاینه، و سابقه خانوادگی افراد تعیین می شود و برای همه یکسان نیست. اصلاح سبک زندگی و داشتن تحرک و تغذیه سالم باعث می شود سرطان روده بزرگ کمتر بروز کند و پیروی از برنامه غربالگری نیز سبب می شود تا در صورت بروز این بیماری، زودتر تشخیص داده شده و کنترل شود و در نهایت از بار ناشی از این بیماری کاسته شود (۶).

منابع:

1. World Health Organization. Colorectal Cancer Fact Sheet. WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/colorectal-cancer>
2. Butterworth AS, Higgins JPT, Pharoah P. Risk factors for colorectal cancer and the role of screening. BMJ. 2006;333(7558):104-7. DOI: 10.1136/bmj.333.7558.104
3. American Cancer Society Guidelines for Colorectal Cancer Screening (2024 Update). <https://acsjournals.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.3322/caac.21636>
4. دستورالعمل برنامه ملی تشخیص زودهنگام سرطان در ایران <https://ketab.ir/Book/AA059A8C-1980-4FA7-BC69-CDDA462CF062>
5. World Health Organization. Cancer Prevention: Modifiable Risk Factors. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cancer>
6. Johns Hopkins Medicine. Colorectal Cancer Screening: Risk-Based Strategies. <https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/colon-cancer/colorectal-cancer-screening-guidelines>

گزاره‌برگ‌های حاضر توسط مؤسسه ملی تحقیقات سلامت جمهوری اسلامی ایران تهیه شده و کلیه حقوق معنوی آن محفوظ است.

مؤسسه ملی تحقیقات سلامت جمهوری اسلامی ایران، سازمانی است که برای دیده‌بانی وضعیت سلامت، تولید و ترویج به‌کارگیری شواهد علمی مورد نیاز برنامه‌ریزان و سیاستگذاران سلامت و جامعه در سطح ملی ایجاد شده است. مؤسسه ملی تحقیقات سلامت جمهوری اسلامی ایران در تلاش است با عمل به رسالت خود به‌عنوان دیده‌بان سلامت کشور با استفاده از همه توان دانشی داخل کشور و به‌کارگیری ظرفیت‌های بین‌المللی، ضمن پیش‌بینی روندها و رصد شاخص‌های نظام سلامت؛ با استفاده از تجربیات سایر نظام‌های سلامت، مداخلات مؤثر برای اصلاحات در نظام سلامت را طراحی و توصیه کند و در صورت اجرای آنها به ارزیابی و پایش مداخلات بپردازد. از سویی به‌عنوان مرجع و مشاور تأمین شواهد علمی تصمیم‌گیران سلامت در کشور و دیده‌بانی منطقه شناخته شده و از این طریق مجریان و متولیان حوزه سلامت را در دستیابی به جامعه سالم یاری می‌کند.

این مؤسسه در راستای انجام وظایف سازمانی و همچنین مسئولیت اجتماعی خود با رصد مداوم اخبار و اطلاعات نامعتبر حوزه سلامت در سطح جامعه و شناسایی نیازهای آموزشی مردم، با بهره‌گیری از ظرفیت علمی خود در زمینه مرور آخرین شواهد علمی، اقدام به تهیه گزاره‌برگ‌های پاسخ به سوالات سلامت عمومی نموده است. هدف از تهیه این گزاره‌برگ‌ها ارتقا سطح سواد سلامت مردم و در نتیجه آن بهبود سلامت جامعه می‌باشد.

مؤسسه ملی تحقیقات سلامت جمهوری اسلامی ایران

تهران، بلوار کشاورز، خیابان وصال شیرازی، خیابان بزرگمهر شرقی، پلاک ۷۰



محتوای الکترونیک گزاره برگ‌ها در وبسایت موسسه، به آدرس www.nihr.tums.ac.ir قابل دستیابی است. در صورت هرگونه ابهام و یا سوالات مرتبط با سلامتی با آدرس ایمیل **گروه پاسخ به سوالات سلامت عمومی** موسسه nihr-info@sina.tums.ac.ir در تماس باشید.