

بد خیمی های روده

در دستگاه گوارش بدن بخش مهمی به نام روده بزرگ یا کولون وجود دارد که دارای طولی به اندازه شش متر می باشد که از انتهای معده تا مقعد امتداد دارد. این عضو نقش مهمی در جذب و هضم مواد غذایی دارد زمانی که تومور و سلول های سرطانی در روده بزرگ رشد کند سرطان کولون یا روده به وجود می آید. در این بیماری سلولهای بد خیمی در داخل بافت روده شروع به تکثیر می کنند. این بیماری در هر سنی بروز می یابد اما میزان بروز در سن بالای ۵۰ سال بیشتر است.

علل و منشا

سن بالای ۵۰ سال، تاریخچه سرطان روده بزرگ یا راست روده در فامیل، تاریخچه سرطان روده بزرگ و راست روده، تخمدان، رحم و سرطان پستان در هر شخص، تاریخچه ابتلا به پولیپ در روده بزرگ، تاریخچه ابتلا به کولیت السروز (زخمهای متعدد در سلولهای پوششی روده بزرگ)، بعضی از بیماریهای ارثی مانند پولیپ های آدنوماتو فامیلی و سرطان فامیلی غیر پولیپی روده بزرگ (سندرم لینچ)

علائم و نشانه ها

تغییرات در اجابت مزاج، خون تیره یا روشن در مدفوع، اسهال یبوست یا عدم تخلیه لوله گوارش، کاهش قطر مدفوع، ناراحتی عمومی شکم نظیر نفخ، شکم درد عمومی، کاهش وزن بدون علت، خستگی ثابت، استفراغ

تشخیص

تست خون نهفته در مدفوع، تنقیه باریم، سیگموئیدوسکوپی، کولونوسکوپی، نمونه برداری (بیوپسی)



درمان

جراحی، شیمی درمانی، رادیو تراپی، درمانهای بیولوژیک

عوارض جانبی جراحی

عوارض جانبی جراحی به محل تومور و نوع جراحی بستگی دارد. معمولاً در چند روز اول بعد از جراحی بیمار احساس ناراحتی دارند ولی معمولاً درد با دارو قابل کنترل می باشد. مدت زمان بهبود بعد از عمل جراحی از بیماری به بیمار دیگر متفاوت است.

کولوستومی: اگر امکان دوختن دو سر روده بزرگ به یکدیگر وجود نداشته باشد منفذی به خارج از بدن تعبیه کرده تا مواد زائد از آن دفع گردد این روش کلاستومی نامیده می شود. در بعضی مواقع کلاستومی موقتی است و تا زمانیکه روده بزرگ ترمیم شود ادامه می یابد ولی اگر تمام کولون توسط جراح برداشته شود ممکن است کلاستومی دائمی شود.

آموزش های خود مراقبتی

۱- مصرف میوه سبزی جات مصرف آب و مایعات توصیه میشود نکته ی قابل توجه دیگر، پرهیز این گونه بیماران از مصرف برخی مواد غذایی است که در روده تولید گاز کرده و بوی بد ایجاد می کنند. این مواد غذایی شامل، حبوبات، تخم مرغ، پنیر، خیار، پیاز، سیر، ماهی، لبنیات، کلم، کرفس، بروکلی، ذرت، نوشابه، ۲- از سیگار کشیدن پرهیزند توصیه ی ما به این بیماران آن است که غذا را آهسته و به طور کامل بجوند و پس از صرف غذا کمی پیاده روی داشته باشند.



بدخیمی های روده

گروه هدف:

افراد مبتلا به بدخیمی های دستگاه گوارش

تهیه کننده:

سمیه مرآمی

کارشناس پرستاری

زیرنظر: دکتر هاشم زاده رئیس بخش

تاریخ تهیه: بهار ۹۷

تاریخ بازنگری: بهار ۱۴۰۱

با آرزوی سلامتی برای همراهان و بیماران



منابع

درسنامه برونر و سودارث گوارش

درسنامه برونر و سودارث انکولوژی

<http://imamreza.tbzmed.ac.ir>

شماره ی داخلی واحد مربوطه:

۳۳۳۴۷۰۵۴

۱۲۹۶-۱۲۹۷

۳- برای رفع بوی بد نیز غذاهایی مانند ماست، جعفری، زغال اخته، آب، آب پرتقال، آب گوجه فرنگی و اسفناج تازه موثرند ۴- از نکات مهم دیگر در این بیماران، حجم و قوام مدفوع است. این بیماران باید با مصرف مواد غذایی بخصوص، حجم مدفوع خود را کاهش داده و قوام آن را نرم کنند. هر چند بسیاری از داروها نیز در این میان موثرند. ۵- آنتی بیوتیک ها موجب اسهال شده و بر عکس اکثر داروهای مسکن باعث یبوست می شوند. برای این بیماران مصرف مایعات فراوان توصیه می شود. همچنین به دلیل دفع پتاسیم در اسهال، مصرف مواد غذایی غنی از پتاسیم توصیه میشود نظیر سیب و موز.

۶- دو هفته پس از جراحی غذاها باید نرم، کم فیبر و بدون ادویه باشد. تعداد وعده های غذایی افزایش و حجم غذا کاهش یابد. برنج، ماکارونی، سیب زمینی، مرغ و ماهی کاملاً پخته شده، آب میوه جات و سبزیجات مفید است. پس از دو هفته می توان به تدریج از میوه و سبزی پخته و پوره شده استفاده کرد. ۷- ورزش در پیشگیری از عود انواع سرطان نقش موثری دارد و با انجام فعالیت های ورزشی، کنترل و کاهش وزن تاثیر مثبتی در افزایش عمر بیماران سرطانی مشاهده می شود. انجام فعالیت ورزشی باعث افزایش ظرفیت تحمل فعالیت ها، قدرت عضلات، کنترل وزن بدن، خستگی و تهوع، کنترل افسردگی و اضطراب و داشتن احساس خوب و بهبود کیفیت زندگی می شود.