

سرطان کولون یا روده بزرگ چیست؟

سرطان یک بیماری جهانی است و افراد را بدون توجه به نژاد، جنس، وضعیت اقتصادی و یا فرهنگ مبتلا می کند. یکی از سرطان های شایع سرطان کولورکتال می باشد که همان سرطان روده بزرگ و انتهای راست روده می باشد که اغلب در افراد مسن دیده می شود



عوامل مستعد کننده

- سن بالای ۴۰ سال همراه با سابقه فامیلی
- بیماری های التهابی روده و استفاده از غذاهای کنسروی و چرب و عاری از سبزیجات
- مصرف سیگار و الکل
- کم تحرکی و چاقی
- افراد مبتلا به دیابت

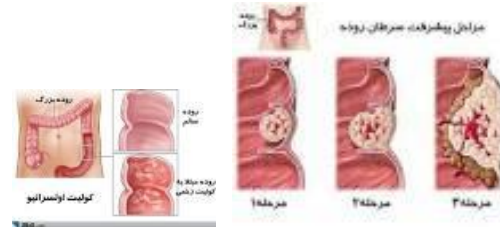
علائم سرطان روده بزرگ

- تغییر در اجابت مزاج، شامل اسهال، یبوست
- خونریزی مقعد و یا وجود خون در مدفوع. اسهال طولانی مدت
- کم خونی شدید که می تواند سبب خستگی شود.
- کاهش وزن غیرقابل توضیح

تشخیص

گرفتن سه نمونه مدفوع کمک به تشخیص میکند. چون در این نوع خون مخفی دفع می گردد به همین دلیل برای بیمار کولونوسکوپی انجام می شود که کمک به تشخیص می نماید.

کولونوسکوپی یک لوله نازک و طولانی قابل انعطاف با چراغ است که از مقعد به سمت بالا حرکت داده می شود. گاهی با این روش برجستگی هایی که داخل روده است را که به آن پولیپ می گویند برمی دارند. چون پولیپ ها می توانند سرطانی شوند.



در بعضی از افراد که سابقه فامیلی دارند نیز باید بررسی کرد اگر زود تشخیص داده شود منجر به بهبودی بیماری می شود.

درمان

سه راه عمده برای درمان وجود دارد :

* جراحی * رادیوتراپی * شیمی درمانی

بسته به نظر پزشک هر کدام از اقدامات فوق انجام می گردد. بعضی اوقات پزشک چند روش را با هم ادغام میکند تا بهترین نتیجه حاصل شود.

اقدامات قبل از عمل جراحی

آزمایشات خون، عکس قفسه سینه، مشاوره قلب و بیهوشی گرفتن نوار قلب

بعضی از دارو ها باید قطع شود مثل آسپرین که رقیق کننده خون می باشد

لطفا کلیه دارو هایی را که استفاده می کنید را به پزشک و پرستار نشان دهید تا تصمیم برای ادامه یا قطع آنها را بگیرند.

اقداماتی که شب قبل از عمل باید انجام شود

- از ۱۲ شب غذا و آب نخورید
- موهای ناحیه عمل تراشیده شود و حتما با صابون های ضد باکتری شسته شود
- دندان مصنوعی، لنز، عینک سنجاق و... همه را از خود جدا کنید
- گاهی لازم است برای پاک شدن روده ها تنقیه شوید که پرستار بخش اقدامات لازم را انجام میدهد
- از آرایش صورت و زدن لاک ناخن در روز عمل بپرهیزید

اقدامات بعد از عمل

- مراقب برش زخم جراحی باشید
- مراقب لوله هایی که به شما وصل است باشید که کشیده نشود
- درد محل عمل می تواند سبب کاهش حرکت شود ولی با دریافت مسکن سعی کنید حرکت کنید.
- محل برش جراحی را از نظر ترشح، درد و قرمزی کنترل کنید



یا من اسمہ دواء و ذکرہ شفاء

راهنمای بیمار

خود مراقبتی جراحی سرطان روده بزرگ

کد محتوا: ۴۱۱



<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

غذا های تولید کننده گاز

کلم بروکلی، پیاز، کلم برگ، گل کلم، لوبیا، نوشابه های گاز دار خربزه و هندوانه .

غذا ها یی که بطور کامل هضم نمی شوند

آناناس، اسفناج، پوست خشن میوه ها و سبزی ها، ترشی ها ذرت بوداده، فلفل سبز، قارچ، کاهو، کرفس، نارگیل، نخود .

غذا های غلیظ کننده مدفوع

پنیر، غذای نشاسته ای، کره، بادام زمینی، ماکارونی، موز و نان

غذای رقیق کننده

آب سیب، آب انگور، آب آلو غذا های پر ادویه

علائم هشدار دهنده

۱. عفونت زخم، قرمزی، حساسیت، گرمی، تورم اطراف محل برش جراحی، افزایش ترشحات و تب
۲. تغییر در اجابت مزاج مثل اسهال یا یبوست
۳. ورزش برای شما ضروری است و در ۶-۴ هفته اول بعد از عمل، از برداشتن اجسام سنگین خوداری کنید.
۴. هر هفته خود را وزن کنید و در صورتیکه کاهش وزن در حدود ۱-۳ کیلو گرم در هفته داشتید به پزشک معالج خود اطلاع دهید .
۵. رژیم غذایی متعادل و ورزش برای شما ضروری است .
۶. رژیم غذایی باید سرشار از پروتئین باشد .
۷. در صورت نیاز و تمایل به مصرف حبوبات بهتر است حبوبات خام را به مدت ۴۵ دقیقه، در آب سرد خیسانده سپس آب آن را بیرون ریخته، پس از آن طبخ نمایید تا نفخ ایجاد ننماید.
۸. در صورت یبوست از آب گلایی و آب انگور استفاده کنید.

پدید آورنده : جمیله قاسمی "کارشناس پرستاری"

مشاور علمی: دکتر محسن محمودیه "متخصص جراحی عمومی"

منبع: دانشنامه تخصصی جراحی ۱۳۹۸ درسامه داخلی جراحی برونر

سودارث ۲۰۱۸

طراحی و تدوین : محمود نصر اصفهانی "سوپروایزر آموزش سلامت"

بهار ۱۳۹۳

بروز رسانی دفتر آموزش سلامت الزهرا(س) شهریور ۱۳۹۹



در تخت جابجا شده و نفس عمیق بکشید . در صورت امکان سرفه کنید . ولی یادتان باشد حتما با دست محل عمل را گرفته تا درد کمتری احساس کنید.

بطور معمول ۲ روز بعد از عمل می توانید دوش بگیرید.

در بخش باید راه بروید. برای راه رفتن ابتدا با استفاده از شکم بند مخصوص طبق توصیه پزشک ببندید و پاهایتان را در تخت حرکت دهید

پرستار مراقب شما می باشد اگر سرگیجه نداشتید لبه تخت بنشینید و پاها را تکان دهید اگر سرگیجه پیدا کردید بجای خود برگردید

اگر مشکلی نداشتید به این کار ادامه دهید. بعد آهسته روی پاهای خود بایستید. در صورتیکه درد دارید به خودتان فشار نیاورید . چند ساعت بعد از چند ساعت دوباره اقدامات فوق را انجام دهید .

قبل از حرکت شکم بند فراموش نشود و هر روز به مقدار راهی که میروید اضافه کنید . سعی کنید خودتان را صاف نگه دارید و خمیده راه نروید .

مواد غذایی پر پروتئین، پر کالری، پر ویتامین بخورید تا زخم تان سریع جوش بخورد .

بخیه ها را می توان ۷ تا ۱۰ روز بعد از عمل در صورت صلاحدید پزشک برداشت .

تا ۶ هفته در منزل استراحت کنید و تا ۲ ماه از انجام کارهای سنگین پرهیز نمایید .

شاید نیاز باشد شمارا به پزشک دیگری جهت انجام خدمات شیمی درمانی و رادیوتراپی معرفی نمایند . لذا باید پیگیر اقدامات درمانی خود باشید

بعضی غذا ها تولید گاز و نفخ و یا مدفوع را غلیظ یا رقیق میکنند.