

# پيام سلامت ۵۱

هفته نامه الكترونيك اداره كل بهداشت و درمان دانشگاه تهران . سال دوم، شماره ۵۱ تابستان ۱۳۹۸

پوشش جهاني سلامت  
شعار سازمان جهاني بهداشت ۲۰۱۹



معاونت دانشجويي  
اداره كل بهداشت و درمان

## سرطان معده



سرطان معده بعنوان چهارمين سرطان شايع دنيا شناخته شده است. عامل اصلي اين بيماري **عفونت هليكوباكتريپيلوري** ( بيش از ۶۰ درصد از موارد) مي باشد. ميكروب هليكوباكتري سبب بروز بيماري هاي ورم و زخم معده مي شود و در نتيجه اين بيماري ها مي توانند زمينه بروز سرطان معده را فراهم آورند.

محققان در بروز اين بيماري **عوامل اقتصادي و اجتماعي، رژيم غذايي، عوامل محيطي و ارثي** را موثر مي دانند؛ اگرچه عفونت هليكوباكتريپيلوري يك عامل بسيار مهم در ابتلا به سرطان معده است، اما از عوامل ديگر ايجاد كننده اين بيماري مصرف غذاهاي نمك سود شده، دودي وگوشتهاي فراوري شده مانند سوسيس و كالباس، خوردن ترشي وكشيدن سيگار است. همچنين مواد غذايي نمك دار، مصرف گوشت كباب شده، سابقه فاميلي، برخي گروه هاي خوني و ... به صورت بارزي با ايجاد سرطان معده مرتبط هستند. اما خطر سرطان معده با مصرف زياد ميوه ها و سبزيجات تازه کاهش مي يابد.

**سابقه‌ی خانوادگی سرطان معده:** خطر ابتلا به این بیماری در افرادی که خویشاوندان درجه یک آنها مبتلا به سرطان معده می باشند، بیشتر است.

**برخی از انواع پولیپ معده:** پولیپ‌ها بافت‌های رشد کرده‌ی غیرسرطانی هستند که روی پوشش معده تشکیل می‌شوند. بسیاری از این پولیپ‌ها به نظر نمی‌رسد که موجب افزایش خطر ابتلای فرد به سرطان معده شوند، اما پولیپ‌های آدنوماتوز گاهی می‌توانند به سرطان تبدیل شوند.

### علائم سرطان معده

نشانه‌های اولیه و علائم سرطان معده گول زنده و مشابه ناراحتی‌های گوارشی است به طوری‌که افراد سعی دارند با پرهیز غذایی و درمان خودسرانه بهبود پیدا کنند. این نشانه‌ها شامل موارد زیر است:

سوزش معده

درد در ناحیه بالای شکم

تهوع و بی‌اشتهایی

احساس خستگی

کاهش وزن

استفراغ خونی

علائم مبهم سوءهاضمه مانند آروغ زدن

اشکال در بلع غذا و مشاهده خون در مدفوع

احساس توده در شکم که از علایم دیررس و پیشرفته این بیماری می باشد

این نوع از سرطان ممکن است گسترش یابد و از معده به دیگر اعضای بدن، به خصوص کبد، ریه‌ها، استخوان‌ها، دیواره شکم و گره‌های لنفاوی سرایت کند. این سرطان ممکن است همراه سرطان‌هایی مانند سرطان کلیه، سرطان مغز و سرطان پوست نیز دیده شود.

### پیشگیری از سرطان:

رژیم غذایی سالم، فعالیت جسمانی منظم و متعادل نگه داشتن وزن بدن، پرهیز از مصرف سیگار و قلیان (تنباکو)، درمان عفونت ناشی از هلیکوباکتر پیلوری

**تشخیص سرطان معده:** آزمایش خون جهت تشخیص هلیکوباکتر پیلوری، رادیوگرافی با ماده حاجب توسط ازوفاگوستروسکوپی، آندوسکوپی معده جهت تشخیص زودرس و درمان به موقع، بلع باریوم و سی تی اسکن

### درمان:

جراحی، شیمی درمانی و رادیوتراپی راه درمان این بیماری است.

داشتن رژیم غذایی سالم به سمت افزایش مصرف میوه‌ها و سبزیجات تازه و کاهش مصرف گوشت‌های فرآوری شده می‌تواند یک استراتژی مهم در کنترل و پیشگیری از سرطان معده باشد، همچنین شواهد اولیه‌ای وجود دارد که درمان باکتری هلیکوباکتری احتمال ابتلا به این سرطان را در آینده کم می‌کند و در صورتی که بیماری در مراحل اولیه درمان گردد، از بروز سایر مشکلات پیشگیری می‌شود.

### منبع:

اصول طب داخلی هاریسون (بیماری‌های دستگاه گوارش)

[https://www.civilica.com/Paper-NSSC01-NSSC01\\_055.html](https://www.civilica.com/Paper-NSSC01-NSSC01_055.html)

[https://www.civilica.com/Paper-KCRSMED01-KCRSMED01\\_021.html](https://www.civilica.com/Paper-KCRSMED01-KCRSMED01_021.html)

<https://www.cancer.org/cancer/gastrointestinal-stromal-tumor>

صاحب امتیاز: اداره کل بهداشت و درمان دانشگاه تهران

مدیر مسئول: دکتر یوسف مقدس

سردبیر: مریم فتحی

تهیه و تنظیم: نرگس رحمتی