



مرکز آموزشی درمانی شهید بهشتی

راهنمای بیماران

سرطان معده

شماره سند: ED-TA-26



تلفن های بیمارستان: ۰۳-۳۸۳۸۰۷۰۳-۰۸۱

آدرس سایت اینترنتی

<http://beheshti.umsha.ac.ir>

ویرایش ۰۶- بازنگری آذر ۱۴۰۰

توصیه ها

- ۱- نکشیدن سیگار و قلیان از عوامل مهم در جلوگیری از ابتلا به سرطان معده است.
- ۲- انجام فعالیت ورزشی منظم.
- ۳- استفاده از رژیم غذایی حاوی میوه و سبزیجات.
- ۴- حداقل امکان از غذاهای تازه و غیر کنسروی استفاده کنید. کنسروها و کمپوتها حاوی مواد نگهدارنده (نیترات) هستند که نقش مهمی در ایجاد سرطان دارند.
- ۵- مصرف غذاهای چرب و سرخ کردنی را به حداقل برسانید.
- ۶- بیشتر گوشت کم چربی و ماهی مصرف کنید.
- ۷- از مصرف غذاهای شور پرهیزید.
- ۸- رعایت رژیم درمانی
- ۹- مراجعه مکرر به پزشک خود
- ۱۰- عدم استفاده از مشروبات الکلی

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

مشاور علمی: گروه داخلی

منبع: داخلی جراحی برونر- سوارث

روش های تشخیصی

- ۱- گرفتن شرح حال و وجود یا عدم وجود سابقه سرطان معده در فامیل
- ۲- تست خون مخفی در مدفوع
- ۳- گرفتن رادیوگرافی
- ۴- آندوسکوپی
- ۵- CT اسکن برای تعیین وسعت رشد تومور

درمان

- ▶ درمان بیماران بر اساس وضعیت بیمار، اندازه توده و محل آن و میزان تهاجم به بافت اطراف و مرحله بیماری صورت می گیرد که شامل جراحی، شیمی درمانی و یا همراه با پرتو درمانی است.
- ▶ بسیاری از بیماران مبتلا دچار کاهش اشتها می شوند. تهوع، استفراغ و همچنین عمل جراحی باعث سیری زودرس آنها می شود ولی تغذیه مناسب در این بیماران باری بازسازی بافت جدید ضروری است.
- ▶ رژیم استاندارد، پروتئین، ویتامین، کالری کافی از طریق مشورت با کارشناس تغذیه اهمیت بسیار دارد.

سرطان معده

معده بخشی از دستگاه گوارش است که از بالا به مری و از پایین به روده کوچک منتهی می شود.

ورود غذا به معده باعث ایجاد حرکات موجی در عضلات دیواره معده می شود، در همین زمان شیره اسیدی معده که توسط غدد معده ترشح می شود باعث هضم اولیه غذا در معده می شود. پس از ۳ ساعت این مخلوط غذایی وارد روده می شود تا هضم غذا ادامه یابد. همانند بسیاری از بافت ها معده از آنواع متفاوت سلولها تشکیل شده است. به طور طبیعی سلولها دائما در حال تکثیر شدن هستند تا بتواند جای سلولهای پیر مرده را بگیرند

زمانی که تقسیم سلولها از کنترل خارج شود و سلولی بی رویه تقسیم شود توده ای سلولی ایجاد می گردد که تومور نامیده می شود. تومورهای بدخیم سرطان نامیده می شوند که می توانند بافت اطراف تهاجم کرده باعث تخریب ارگانها و بافت اطراف خود شوند که در

مورد معده می تواند به مری یا روده کوچک تهاجم کند.

همچنین ممکن است سلولی از این توده بدخیم جدا شده به سیستم لنفاوی یا جریان خون وارد شود و بدین ترتیب در جاهای دور از محل اولیه سرطان باعث ایجاد توده بدخیم دیگری شود این گسترش تومور متاستاز نامیده می شود در مورد سرطان معده شایعترین محل متاستاز کبد می باشد.

عوامل خطر

- ۱- عفونت معده یا هلیکوباکتر
 - ۲- سابقه فامیلی مثبت از سرطان معده
 - ۳- کشیدن سیگار
 - ۴- مصرف غذاها و گوشت دودی و نمک سود، کنسروها
 - ۵- مصرف کم میوه جات و سبزیجات
 - ۶- آنمی بدخیم
- در صورتی که شما دارای عوامل خطر بالا و علائم همراه هستید باید با مراجعه به پزشک با انجام آزمایش های غربالگری و رژیم غذایی در پیشگیری و تشخیص زود رس این سرطان به خود کمک کنید.

علائم

تشخیص زودرس سرطان معده دشوار است زیرا در مراحل اولیه سرطان معمولا علائمی وجود ندارد یا اگر دارد بسیار غیر اختصاصی است. به طوری که مورد توجه اکثر بیماران قرار نمی گیرد.

این علائم عبارتند از:

- ۱- سوء هاضمه یا سوزش سر دل
 - ۲- احساس درد یا ناراحتی در شکم
 - ۳- تهوع و استفراغ
 - ۴- اسهال یا یبوست که طول بکشد.
 - ۵- نفخ شدید و غیر معمول پس از صرف غذا
 - ۶- بی اشتها
 - ۷- ضعف و خستگی و کاهش وزن
 - ۸- خونریزی به صورت استفراغ خونی و یا مدفوع سیاه رنگ
- هر کدام از علائم می تواند علامت یک ناراحتی گوارش ساده مثل زخم معده بوجود آید ولی علامت سرطان باشد اما افراد باید به پزشک متخصص مراجعه کنند تا از علت آن با روش های تشخیصی دیگر آگاه شوند.