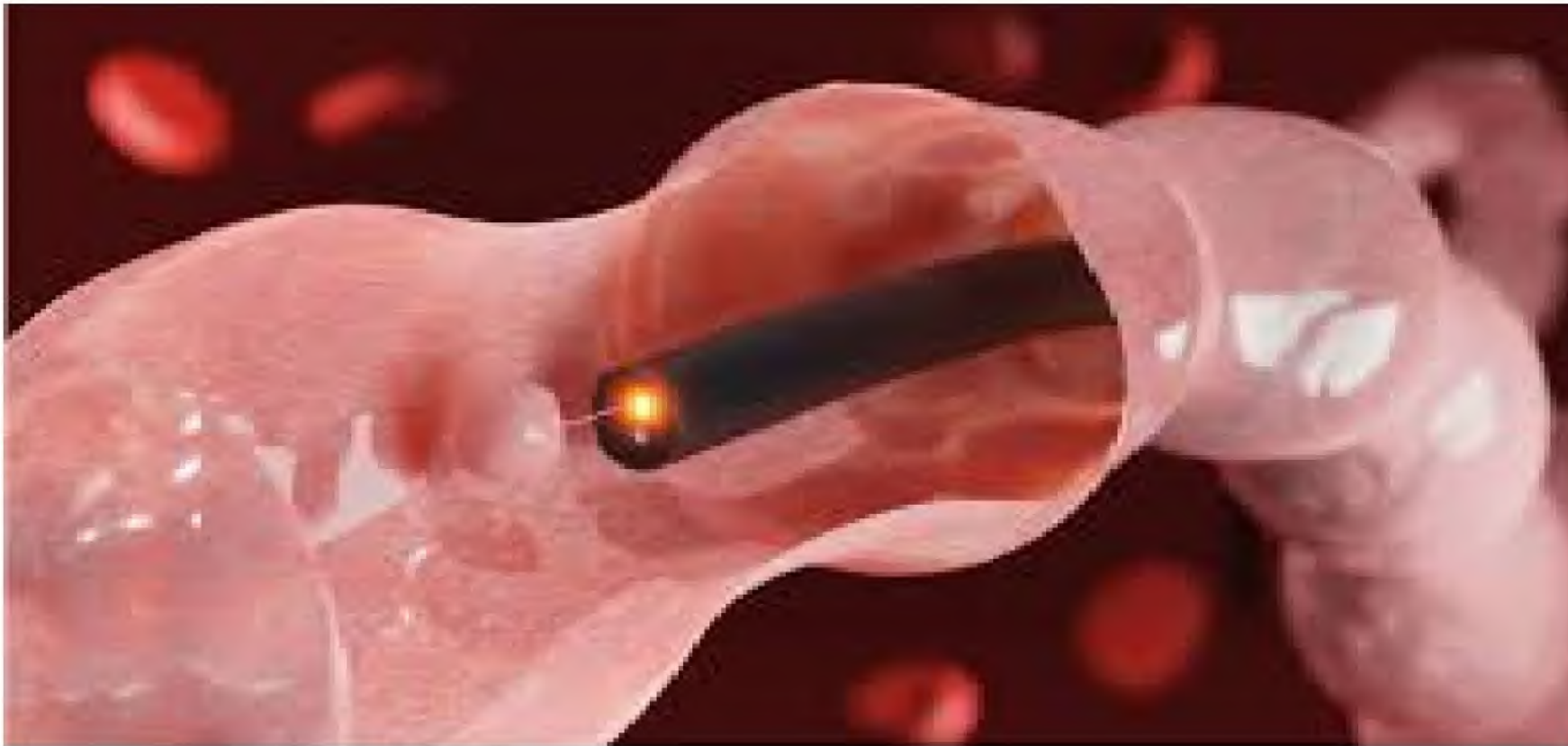




برنامج الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم في ولاية باتنة





برنامج الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم في ولاية باتنة



أهداف الكشف المبكر

عن سرطان القولون و المستقيم:

01 تقليل أعداد الإصابة بالمرض

02 رفع نسب نجاح العلاج والشفاء -ياذن الله-

03 تقليل عدد الوفيات الناتجة من المرض.

04 تحسين جودة ونمط الحياة للمرضى.

05 تخفيف العبء المادي على المنظومة الصحية وعلى المريض





برنامج الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم في ولاية باتنة



الفئة المستهدفة :

الأشخاص ذوي **الخطورة المتزايدة** للإصابة:

الأشخاص ذوي **الخطورة المعتدلة** للإصابة:

وجود تاريخ عائلي أو إصابة شخصية بسرطان القولون والمستقيم أو الإصابة بالزوائد اللحمية



العمر من **50** إلى **74** سنة من الذكور والإناث



الإصابة بالتهاب الأمعاء لفترة طويلة كمرض كرون أو مرض التهاب الأمعاء التقرحي



التعرض لعلاج اشعاعي خلال فترة الطفولة



الإصابة بأحد الأمراض الجينية مثل متلازمة اللحميات الغدية العائلية.





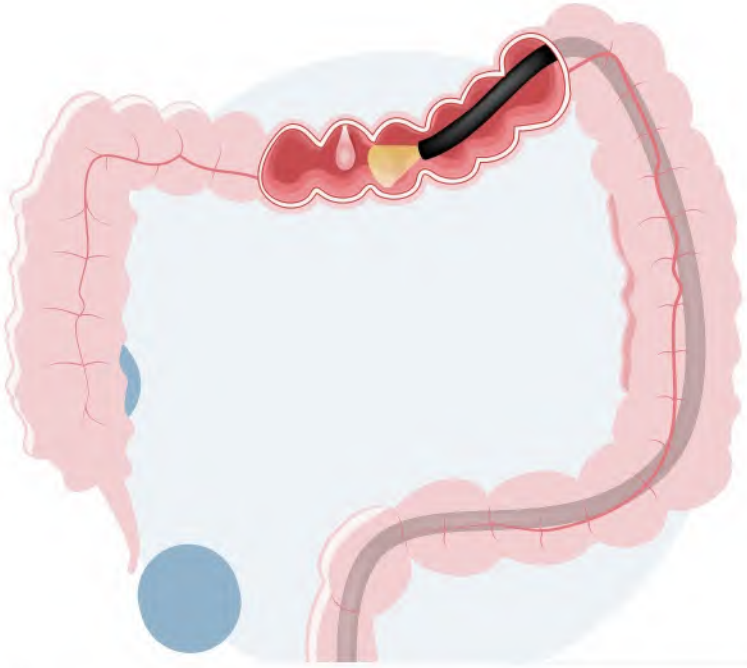
برنامج الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم في ولاية باتنة



أنواع فحوصات الكشف المبكر عن سرطان القولون و المستقيم:

اختبار الدم الخفي في البراز فحص البراز المناعي الكيميائي (FOBTest):

للأشخاص ذوي الخطورة المعتدلة للإصابة 50 إلى 74 سنة



التنظير الكلي للمستقيم (colonoscopy):

للأشخاص ذوي الخطورة المتزايدة للإصابة وأصحاب النتائج الإيجابية في فحص البراز المناعي الكيميائي (FOB'test) بأي عمر حين وجود عوامل خطورة



برنامج الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم في ولاية باتنة



موانع إجراء فحص البراز الكميائي المناعي (FOB test):



وجود التهابات بمجرى البول (وجود دم أو صديد بالبول)



فترة الحيض لدى السيدات



البواسير الدامية (وجود نزيف من البواسير)





برنامج الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم في ولاية باتنة



5 فئات معرضة

لسرطان القولون



تناول الوجبات السريعة
و شرب الكحول
و التدخين

الذين تتراوح
أعمارهم
بين 50 عام
و ما فوق

وجود مشاكل
في الجهاز الهضمي
والإخراجي مثل :
الإمساك المزمن

وجود أحد الأقارب المباشرين
مصاب بسرطان القولون
أو أنواع أخرى من السرطان

عدم الممارسة الرياضية
الجلوس لفترة طويلة





برنامج الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم في ولاية باتنة



أين ومتى يتم الكشف

عن سرطان القولون والمستقيم؟

كل سنتين: للأشخاص ذوي
الخطورة المعتدلة للإصابة.



أماكن توفر الخدمة:

العيادات متعددة الخدمات التابعة للمؤسسة العمومية للصحة الجوارية باتنة
التالي ذكرها: حملة 03، فسديس، برك أفوراج، دوار الديس

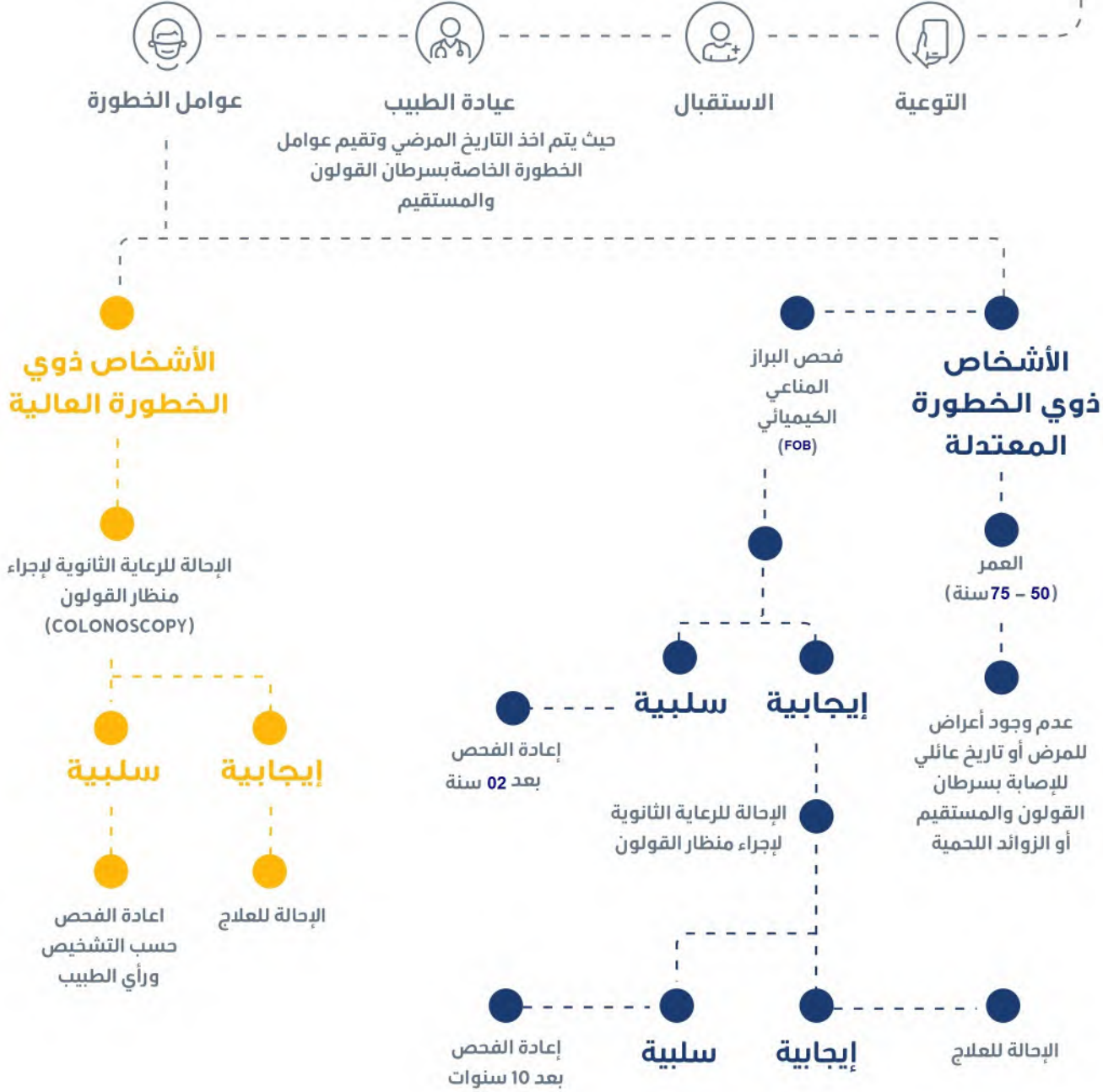
حملة 01



برنامج الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم في ولاية باتنة



مسار المراجع:



برنامج الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم في ولاية باتنة



من الأعراض المبكرة



نقص الوزن غير معروف السبب



نزيف من فتحة الشرج أو وجود دم مع البراز



فقر الدم الشديد لأسباب غير معروفة



اضطرابات في البطن كتشنجات أو غازات أو آلام لفترة طويلة



الوهن و الضعف و قلة الشهية مع تدهور الصحة العامة



الشعور بعدم افراغ البطن كاملا عند التبرز



تغير في الإخراج (إسهال أو إمساك أو تغير في طبيعة البراز لأكثر من أسبوعين)



برنامج الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم في ولاية باتنة



ماهو سرطان القولون والمستقيم؟

هو سرطان يصيب الجزء السفلي
من الجهاز الهضمي للإنسان
وتشمل القولون والمستقيم

كيف يبدأ؟

بزوائد لحمية في الجدار الداخلي
للقولون أو المستقيم وتنمو
بطيء على مدى 5 إلى 10 سنوات
ليتحول جزء منها مع مرور الوقت
إلى أورام سرطانية

من يصيب؟

90% من الإصابات
تحدث بعد عمر 50 عامًا



توجيهات لاتباع بهدف الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم



* إن وجود دم في البراز يمكن أن يشير إلى وجود ورم سرطاني لكنه يمكن أن يشير أيضا إلى مجموعة متنوعة من المشاكل الصحية الأخرى.

برنامج الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم في ولاية باتنة

كيفية الحد من الاصابة



زيارة الطبيب عند حدوث أي تغيرات غير طبيعية في الجسم



تجنب السمنة والحفاظ على وزن صحي



الإقلاع عن التدخين



ممارسة نشاط بدني منتظم



الامتناع عن تعاطي المشروبات الكحولية المحرمة شرعاً



الفحص الدوري للقولون والمستقيم



تناول الغذاء الصحي الغني بالألياف وقليل اللحوم الحمراء والمصنعة

ماهي عوامل الخطورة؟



التهاب الامعاء المزمن مثل التقرحي و مرض كرون



قلة تناول الألياف وكثرة الدهون واللحوم الحمراء والمصنعة



الخمول البدني



مرض السكري والسمنة المفرطة



وجود زوائد لحمية في تلك المنطقة



تاريخ عائلي



سرطان القولون والمستقيم

5 خطوات للوقاية

اتباع نظام غذائي صديق للقولون



الخضوع
لفحوص
الكشف عن الدم
في البراز



تجنب التدخين
بأنواعه

ممارسة التمارين
المعتدلة بانتظام

الحفاظ على
وزن صحي





كيفية الوقاية من سرطان القولون والمستقيم



زيادة النشاط البدني



اتباع نظام غذائي صحي ومتوازن



الحد من تناول اللحوم الحمراء والأغذية المصنّعة وإستبدالها بالفواكه والخضار



الإقلاع عن التدخين



الخضوع لفحص كشف الدم في البراز الميكرومعدن سن 50 وما فوق (وخاصة إذا يوجد تاريخ عائلي يجب الفحص بالمتظار ميكروا والمتابعة مع الطبيب)



الوقاية خير من العلاج



عوامل تساهم في الإصابة بسرطان القولون والمستقيم:

يبدأ سرطان القولون على شكل ورم صغير يتم كشفه من خلال فحوصات السرطان العادية.



• لديك سجل طبي بالأورام الحميدة أو التهابات في الأمعاء

+50



• فوق سن 50



أعراض سرطان القولون والمستقيم:

• تغير في حركة الأمعاء يشتمل على الاسهال أو الإمساك تغير في تماسك البراز،نزيف



• ألم مستمر في البطن كالتشنجات أو الغازات، عدم الافراغ بشكل كامل



• تعب،فقدان للوزن بدون سبب



• إصابة أحد أفراد العائلة بسرطان القولون والمستقيم



• النظام الغذائي الغني باللحوم المعالجة



• التدخين تناول الكحول



• السكري



• السمنة



الإناث % 44,81



الذكور % 55,18



برنامج الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم بولاية باتنة

العوامل التي قد تزيد من احتمالية الإصابة بسرطان القولون والمستقيم:



تاريخ عائلي
لسرطان القولون
والمستقيم



حالات التهاب الأمعاء
لفترة طويلة.



التقدم في العمر



مرض السكري
والسمنة



قلة الأنشطة
الرياضية



الأغذية قليلة الألياف
كثيرة الدهون واللحم
الأحمر أو اللحم المصنوع

الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم في ولاية باتنة



سرطان القولون هو سرطان الأمعاء الغليظة، وهي الجزء الأخير من الجهاز الهضمي.



الدم في البراز



التشنجات و الغازات و الألم في البطن



فقدان الوزن الغير مبرر



بعض الأدوية



العلاج الإشعاعي



العلاج الكيميائي

لا يظهر سرطان القولون أي أعراض في المراحل المبكرة، وتختلف بحسب حجم الورم ومكانه في الأمعاء الغليظة

أعراضه

تتعدد خيارات علاج سرطان القولون بناء على مرحلة اكتشافه، حيث أن الجراحة بأنواعها تعتبر العلاج الأمثل لسرطان القولون

علاجه

برنامج الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم بولاية باتنة

الأعراض المبكرة لسرطان القولون:

تغير في عادة الأمعاء
(إسهالاً أو إمساك)



الشعور بعدم تفرغ
البطن بالكامل
بإستمرار



نزيف من فتحة
الشرج



فقر الدم مع
التقدم في العمر



نقص الوزن



الإجهاد وقلة الشهية
وتدهور الصحة



اضطرابات في البطن
كتشنجات أو غازات أو
الأم لفترة طويلة



برنامج الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم في ولاية باتنة



سرطان القولون والمستقيم

هو سرطان يصيب الجزء السفلي من الجهاز الهضمي للإنسان وتشمل القولون والمستقيم



الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم

كيف يتم الكشف المبكر؟

- فحص عينة من البراز FOB
Fecal Immunochemical Test
يكشف عن وجود دم خفي في البراز
ويجب القيام به كل سنتين في حال
كانت النتيجة سلبية.
- تنظير القولون أو Colonoscopy
وهو الفحص الأكثر دقة من بين
الاختبارات، يظهر الجهة الداخلية
للقولون والمستقيم. يُجرى عادةً بعد
فحص عينة من البراز FOB. إذا كانت
النتيجة ايجابية (إشارة الى وجود
دم خفي في البراز) أو عند وجود
عوامل الخطورة المرتفعة.

هل يمكن الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم؟

نعم!


لكني لا أعاني من أية عوارض
فلست بحاجة للكشف.



في معظم الحالات لا يعاني
الأشخاص من أية عوارض
تدل على إصابتهم بسرطان
القولون والمستقيم.

لا يجب انتظار ظهور العوارض للقيام
بفحوصات الكشف المبكر!

من يجب أن يجري الكشف المبكر وكيف؟

- إذا كان لديك احد عوامل الخطورة المرتفعة
لسرطان القولون  فيجب اجراء
تنظير القولون Colonoscopy.
- إذا كان عمرك بين 50 و 75 سنة (سواء
رجل او امرأة) و ليس لديك عوارض،
يجب اجراء فحص FOB كل سنتين

