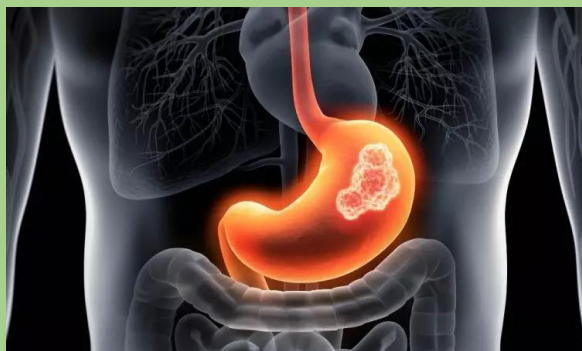




آموزش به بیمار

سرطان معده



واحد آموزش سلامت
بیمارستان
خاتم الانبیاء شیروان
زمستان ۱۴۰۳

♦ رژیم غذایی و تغذیه

✓ پس از ترخیص از بیمارستان به توصیه های پزشک خود در مورد شیوه های صحیح تغذیه عمل کنید.

✓ از یک رژیم غذایی سالم پیروی کنید. در صورتی که حس میکنید اشتها یا چندان برای خوردن ندارید سعی کنید به جای مصرف یک یا دو وعده غذایی سنگین، تعداد وعده های غذایی را افزایش داده و میزان غذا در هر وعده را کم کنید.

✓ مواد غذایی با پروتئین، کالری و ویتامین بالا را در رژیم غذایی خود بگنجانید تا به این ترتیب از کاهش انرژی و وزن خود پیشگیری کنید.

✓ برای حفظ انرژی و قدرت خود سعی کنید از کاهش وزن پیشگیری کنید.

✓ وعده های غذایی اصلی خود را زودتر بخورید.

✓ مصرف مواد غذایی سرخ شده و دودی را کاهش داده و مصرف انواع میوه ها و سبزیجات را افزایش دهید.

♦ مراقبت

✓ از مصرف سیگار و الکل اجتناب کنید و تا جایی که ممکن فعالیت کنید.

✓ به خود و بدنتان اهمیت بدهید، به اندازه کافی استراحت کنید، بخوابید و کارهایی که از انجام آن لذت میبرید را انجام دهید.

✓ عضو گروه های حمایتی مرتبط با بیماری خود شوید و با افرادی که بیماری مشابه شما را داشتند ارتباط برقرار کنید.

♦ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

✓ اگر شما یا یکی از اعضای خانواده تان علائم سرطان معده را داشته باشید.

✓ اگر پس از جراحی، سوء هاضمه ایجاد شود و در عرض چند روز به دارو پاسخ ندهد.

✓ اگر دچار علائم جدید و غیر قابل توجهی شده اید. داروهای مورد استفاده ممکن است عوارض جانبی داشته باشند.

✓ جراحی آندوسکوپي:

از این روش درمانی زمانی استفاده میشود که سرطان معده در مراحل اولیه خود باشد، پیشرفت چندان نکرده باشد و تنها لایه پوشاننده داخلی معده را درگیر کرده باشد. در طی این روش درمانی پزشک وسیله ای به نام آندوسکوپ که یک لوله ظریف و انعطاف پذیر دارای دوربین و چراغ قوه است را از طریق دهان به معده میفرستد و با استفاده از وسایل جراحی خاص سلولهای سرطانی و مقداری از بافت سالم اطراف این سلولها را برمیدارد.

✓ برداشتن بخشی از معده:

در طی این عمل بخشی از معده که توسط سلولهای سرطانی درگیر شده است، برداشته میشود.

✓ برداشتن کل معده:

در طی این عمل جراحی کل معده و بخشی از بافتهای سالم اطراف آن برداشته میشوند سپس مری به روده کوچک وصل میشود تا مواد غذایی از مری به روده منتقل شوند.

✓ برداشتن گرههای لنفاوی:

ممکن است در طی عمل جراحی پزشک گرههای لنفاوی شکم را جهت بررسی میزان گسترش سرطان برداشته و برای مطالعات بیشتر بررسی کند.

✓ شیمی درمانی:

در این روش درمانی مواد شیمیایی قدرتمندی به درون رگهای خونی شما تزریق شده و سلولهای سرطانی را از بین میبرد. شیمی درمانی هم میتواند قبل از عمل جراحی با هدف کوچک کردن سلولهای سرطانی و هم بعد از عمل جراحی با هدف از بین بردن سلولهای سرطانی که احتمالاً از طریق جراحی برداشته نشده اند. به کار برده شود.

✓ پرتو درمانی:

در این روش درمانی سلولهای سرطانی با استفاده از امواج قدرتمند اشعه ایکس هدف گرفته شده و از بین میروند. پرتو درمانی هم میتواند قبل از عمل جراحی با هدف کوچک کردن سلولهای سرطانی و هم بعد از عمل جراحی با هدف از بین بردن سلولهای سرطانی که احتمالاً از طریق جراحی برداشته نشده اند. به کار برده میشوند.

✓ درمان هدفمند:

در این روش درمانی با استفاده از داروهای خاص در عملکرد سلولهای سرطانی اختلال ایجاد میشود تا از تکثیر آنها جلوگیری شود

❖ شرح بیماری

سرطان معده عبارت است از رشد بدون کنترل سلول های بدخیم در معده، افراد بالای ۴۰ سال را مبتلا میکند و شیوع آن در مردان ۲ برابر زنان است. متأسفانه بیشتر افراد تا مراحل پیشرفته بیماری، علامتی ندارند.

مراحل سرطان معده

- ✓ مرحله اول: در این مرحله تومورهای سرطانی محدود به پوشش داخلی معده میباشد.
- ✓ مرحله دوم: در این مرحله سرطان به دیواره ماهیچه ای معده میرسد و امکان دارد که گره های لنفی را نیز درگیر کند.
- ✓ مرحله سوم: در این مرحله سرطان به لایه های داخلی تر معده نفوذ کرده، کل معده و بافت های اطراف آن و گره های لنفاوی را درگیر میکند..
- ✓ مرحله چهارم: در این مرحله سرطان به دیگر اندام های بدن سرایت میکند.

❖ علائم

- ✓ خستگی
- ✓ بی اشتهايي، کاهش وزن غیرقابل توجیه
- ✓ استفراغ مداوم، استفراغ خونی
- ✓ مدفوع سیاه ✓ احساس پری پس از خوردن مقادیر اندک غذا
- ✓ توده قابل لمس در بالای شکم (گاهی اوقات)
- ✓ درد معده و سوزش های مداوم آن

❖ علل شایع و عوامل خطر

- ✓ علت اصلی ایجاد سرطان معده ناشناخته میباشد. سرطان در اثر جهش در دي.ان.اي سلول ها رخ میدهد. در اثر این جهش سلولها شروع به رشد و تقسیم سلولی غیرعادی و غیر قابل کنترل کرده و با افزایش تعداد این سلول ها تومورهای سرطانی ایجاد میشوند. برخی از عوامل خطر ابتلا به سرطان شامل موارد زیر میباشد:

- ✓ مصرف سیگار ✓ مصرف مواد غذایی که آلوده به آفلاکسین بوده اند: آفلاکسین ،نوعی ماده شیمیایی است که توسط نوعی قارچ تولید میشود.

- ✓ مردان بالای ۴۰ سال ✓ سابقه خانوادگی سرطان معده

- ✓ کم خونی وخیم ✓ سوءمصرف الکل

- ✓ گاستریت مزمن (به ویژه همراه با عفونت با هلیکوباکتر پیلوری)

- ✓ فقدان اسید طبیعی معده، سابقه جراحی معده یا برداشتن جزئی از معده

- ✓ رژیم غذایی که شامل بسیاری از غذاهای دودی شده، ترش شده و نمک سود شده، مقادیر کم پروتئین و مقادیر کم میوه های تازه و سبزیجات سبز و برگدار باشد.

- ✓ پولیپ معده

❖ عوارض احتمالی

- ✓ خونریزی داخلی

- ✓ تشخیص اشتباه به عنوان زخم معده

- ✓ گسترش سرطان به کبد، استخوانها و ریهها

❖ تشخیص

- تشخیص در ابتدا توسط پزشک با معاینه دقیق صورت میگیرد، سپس در صورت نیاز از دیگر روشهای تشخیصی ذکر شده در زیر استفاده خواهد شد :

✓ آندوسکوپی دستگاه گوارش فوقانی:

یک لوله نازک که دارای دوربین میباشد، از طریق گلو به معده شما فرستاده میشود. این دوربین متصل به صفحه نمایشی است که پزشک از طریق آن قادر به مشاهده و تشخیص توده های غیر عادی درون معده خواهد بود و در صورت لزوم از این بافت ها نمونه هایی برداشته شده و برای مطالعات بیشتر مورد بررسی قرار میگیرند.

✓ تصویر برداری های تشخیصی:

از سی.تی اسکن و یک نوع روش تصویربرداری خاص با استفاده از اشعه ایکس برای تشخیص توده های سرطانی استفاده میشود. در صورتی که وجود سرطان اثبات شد، پزشک برای تشخیص میزان گسترش سرطان از سی تی اسکن و پت اسکن استفاده میکند.

✓ لاپاراسکوپی تشخیصی:

پزشک برای تشخیص میزان گسترش سرطان به اندام های داخلی از نوعی جراحی اکتشافی به نام لاپاراسکوپی استفاده میکند که در طی این فرایند چندین برش جراحی کوچک روی دیواره شکم ایجاد میکند و یک دوربین مخصوص متصل به یک صفحه نمایش را از طریق این برش ها وارد شکم میکند و بررسی های تشخیصی لازم را انجام میدهد.

❖ درمان

درمان سرطان معده بسته به مرحله سرطان و وضعیت سلامت عمومی بدن شما صورت میگیرد. قابل ذکر است در صورتی که سرطان بسیار پیشرفت کرده باشد جراحی تنها با هدف کاهش عوارض بیماری صورت میگیرد نه درمان.