

Ανίχνευση και πρόληψη του καρκίνου του παχέος εντέρου

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου, γνωστός επίσης και ως ορθοκολικός καρκίνος, είναι ο δεύτερος μεγαλύτερος θανατηφόρος καρκίνος στην Αυστραλία, μετά τον καρκίνο του πνεύμονα. Κάθε χρόνο γίνεται διάγνωση σε περισσότερους από 3.500 άνδρες και γυναίκες της Βικτόριας και γύρω στους 1.300 πεθαίνουν από την ασθένεια. Ωστόσο, πάνω από το 90% των καρκίνων του παχέος εντέρου μπορούν να θεραπευτούν αν ανιχνευτούν έγκαιρα.

Αν είστε ηλικίας 50 ετών ή παραπάνω, το Συμβούλιο του Καρκίνου της Βικτόριας [Cancer Council Victoria] συνιστά να κάνετε ένα απλό τεστ στο σπίτι, κάθε δύο χρόνια. Η τακτική εξέταση είναι σημαντική γιατί ο καρκίνος του παχέος εντέρου μπορεί να αναπτυχθεί χωρίς εμφανή συμπτώματα.

Τι είναι ο καρκίνος του παχέος εντέρου;

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου είναι ένας καρκινώδης όγκος που ξεκινά στα τοιχώματα του παχέος εντέρου. Μπορεί να αναπτύσσεται εκεί για μεγάλο χρονικό διάστημα προτού εξαπλωθεί σε άλλα μέρη του σώματος.

Γι αυτό όσο πιο νωρίς ανιχνευθεί ο καρκίνος του παχέος εντέρου, τόσο μεγαλύτερες είναι οι πιθανότητες να θεραπευτεί. Υπάρχει πιθανότητα θεραπείας σε ποσοστό 90% αν ο καρκίνος ανιχνευθεί σε πρώιμο στάδιο.

Πόσο συνηθισμένος είναι ο καρκίνος του παχέος εντέρου;

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου είναι ο δεύτερος πιο συνηθισμένος καρκίνος στη Βικτόρια και προσβάλλει άντρες και γυναίκες. Κάθε χρόνο γίνεται διάγνωση σε πάνω από 3000 χιλιάδες άτομα στη Βικτόρια.

Ποιος κινδυνεύει από τον καρκίνο του παχέος εντέρου;

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου μπορεί να παρουσιαστεί σε οποιαδήποτε ηλικία, αλλά ο κίνδυνος είναι μεγαλύτερος αν είστε ηλικίας 50 ετών και άνω.

Ο κίνδυνος να παρουσιάσετε καρκίνο του παχέος εντέρου αυξάνει επίσης αν:

- έχετε έντονο οικογενειακό ιστορικό καρκίνου του παχέος εντέρου
- είχατε σοβαρή φλεγμονώδη πάθηση του εντέρου (ελκώδη κολίτιδα ή κολίτιδα Crohn) για πάνω από 8 χρόνια
- καπνίζετε
- έχετε κακή διατροφή και δεν γυμνάζεστε
- έχετε περίμετρο μέσης πάνω από 85 εκατοστά (γυναίκες) ή 100 εκατοστά (άνδρες)
- έχετε κάποια σπάνια κληρονομική γενετική ανωμαλία, όπως κληρονομικό μη-πολυποδιακό ορθοκολικό καρκίνο (HNPCC) ή οικογενή αδενωματώδη πολυποδίαση (FAP)

Μπορείτε να βοηθήσετε για τη μείωση του κινδύνου του καρκίνου του παχέος εντέρου με το να:

- έχετε υγιεινή διατροφή που να περιλαμβάνει αφθονία λαχανικών και φρούτων και ελάχιστες ποσότητες ζωικού λίπους και επεξεργασμένων κρεάτων
- διατηρείτε το σωματικό σας βάρος σε υγιή επίπεδα
- γυμνάζεστε τακτικά
- μην καπνίζετε
- περιορίσετε το αλκοόλ
- κάνετε εξέταση τακτικά

Προειδοποιητικές ενδείξεις του καρκίνου του παχέος εντέρου

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου συχνά απαντάται χωρίς συμπτώματα όμως είναι σημαντικό να δείτε το γιατρό σας αν προσέξετε οτιδήποτε από τα παρακάτω:

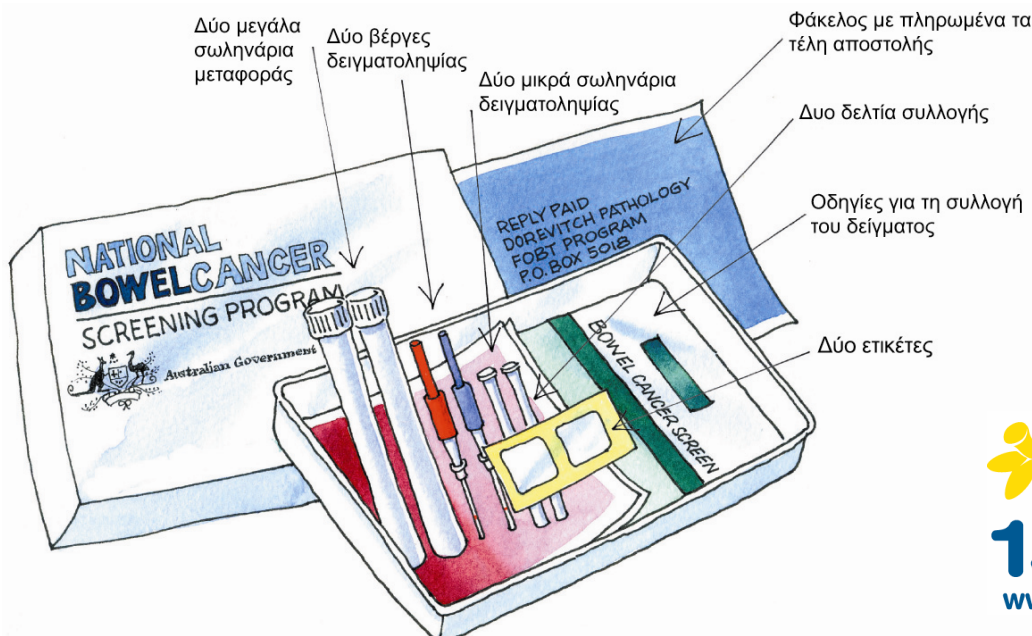
- αιμορραγία από τον πρωκτό ή οποιαδήποτε ένδειξη αίματος μετά από κένωση του εντέρου (αφόδευση)
- συνεχής αλλαγή στις συνήθειες του εντέρου π.χ. πιο αραιά κόπρανα ή πιο συχνές κενώσεις, αυξανόμενη δυσκοιλιότητα, χρειάζεται να πηγαίνετε στην τουαλέτα πιο συχνά απ' ότι συνήθως
- αίσθηση ότι το έντερό σας δεν αδειάζει τελείως
- κοιλιακός πόνος
- ανεξήγητο χάσιμο βάρους, κόπωση, αδυναμία ή δύσπνοια

Στις περισσότερες περιπτώσεις οι παραπάνω αλλαγές δεν θα οφείλονται σε καρκίνο του παχέος εντέρου όμως είναι σημαντικό να το ελέγξετε.

Εξέταση για καρκίνο του παχέος εντέρου

Η εξέταση για καρκίνο του παχέος εντέρου αφορά την υποβολή σε εξέταση ανθρώπων χωρίς κάποια εμφανή συμπτώματα καρκίνου του παχέος εντέρου. Η εξέταση με ένα τεστ αναζήτησης λανθάνουσας αιμορραγίας στα κόπρανα [faecal occult blood test (FOBT)] συνιστάται να γίνεται κάθε δύο χρόνια στους άνδρες και στις γυναίκες ηλικίας 50 ετών και άνω.

Απεικόνιση του τεστ αναζήτησης λανθάνουσας αιμορραγίας στα κόπρανα (FOBT) όπως παρέχεται από το Εθνικό Πρόγραμμα Εξέτασης Καρκίνου του Παχέος Εντέρου



Τεστ αναζήτησης λανθάνουσας αιμορραγίας στα κόπρανα (FOBT)

Η εξέταση για καρκίνο του παχέος εντέρου εμπεριέχει ένα απλό τεστ που γίνεται στο σπίτι, το οποίο λέγεται τεστ αναζήτησης λανθάνουσας αιμορραγίας στα κόπρανα (FOBT). Το τεστ FOBT ψάχνει για ίχνη αίματος στις κενώσεις του εντέρου (κόπρανα), τα οποία είναι αόρατα με γυμνό μάτι και μπορούν να αποτελούν ένδειξη καρκίνου του παχέος εντέρου. Το τεστ αφορά τη λήψη ενός μικρού δείγματος από δύο ξεχωριστές κενώσεις του εντέρου, χρησιμοποιώντας τις δειγματοληπτικές ράβδους που σας προμηθεύονται. Τα δείγματα κλείνονται σε ένα αεροστεγές δοχείο και ταχυδρομούνται σε ένα μικροβιολογικό εργαστήριο για ανάλυση.

Το τεστ FOBT είναι θετικό όταν βρεθούν ίχνη αίματος σε ένα από τα δύο δείγματα. Στις περισσότερες περιπτώσεις το αίμα θα οφείλεται σε παθήσεις διαφορετικές από τον καρκίνο, όπως για παράδειγμα πολύποδες (όγκοι στα τοιχώματα του παχέος εντέρου) ή αιμορροΐδες, όμως πρέπει να διερευνηθεί. Αν το FOBT τεστ σας είναι θετικό θα πάρετε ένα γράμμα που θα σας ζητήσει να μιλήσετε με το γιατρό σας για τις εξετάσεις που θα επακολουθήσουν ώστε να προσδιοριστεί η αιτία.

Αν το FOBT τεστ σας είναι αρνητικό σας γίνεται η υπόδειξη να κάνετε ξανά εξέταση σε δύο χρόνια.

Πόσο κοστίζει η εξέταση;

Χάρis στο **Εθνικό Πρόγραμμα Εξέτασης Καρκίνου του Παχέος Εντέρου [National Bowel Cancer Screening Program]**, όσοι γίνονται 50, 55 ή 65 ετών πριν τις 31 Δεκεμβρίου 2010, θα λάβουν ένα δωρεάν τεστ FOBT με το ταχυδρομείο.

Αν είστε πάνω από 50 ετών αλλά δεν δικαιούστε το Εθνικό Πρόγραμμα, ζητήστε από το γιατρό σας ή το φαρμακοποιό να σας δώσει ένα FOBT τεστ. Εναλλακτικά, μπορείτε να αγοράσετε ένα FOBT τεστ μέσω του Συμβουλίου του Καρκίνου της Βικτόριας πηγαίνοντας στην ιστοσελίδα www.cancervic.org.au/FOBT ή τηλεφωνώντας στο 9635 5050. Η τιμή είναι \$30, ή \$22 για συνταξιούχους και κάτοχους δελτίου υγειονομικής περιθαλψής.