



هم في خطر متزايد للإصابة بسرطان الأمعاء.

التنظير السيني مشابه لتنظير القولون، ولكن يستكشف فقط الجزء السفلي من الأمعاء، حيث يكون هناك احتمال أكثر لتطور السرطان. إذا تم الكشف عن ورم أثناء الإجراء فسوف يكون هناك عادة حاجة لإجراء فحص كامل للأمعاء عن طريق تنظير القولون.

الإختبارات التشخيصية الأخرى لسرطان الأمعاء تتوفر أيضا، وسوف تحتاج إلى مناقشة هذه الخيارات مع طبيبك.

ماذا يمكن أن أفعل؟

سرطان الأمعاء هو واحد من أكثر السرطانات التي يمكن الوقاية منها. العديد من عوامل الخطر في نمط الحياة تساهم في سرطان الأمعاء. حمايتك الأكثر فعالية ضد سرطان الأمعاء هي:

- قم بالخضوع للفحوصات للكشف عن سرطان الأمعاء مرة كل سنتين إذا كان عمرك أكثر من 50 عاما. إذا كنت مؤهلا، شارك في البرنامج الوطني لفحص سرطان الأمعاء.
- قم بإجراء 30 إلى 60 دقيقة من التمارين ذات الكثافة المعتدلة إلى القوية في اليوم الواحد.
- حافظ على وزن صحي.
- إتبع نظام غذائي متوازن.
- تجنب اللحوم المصنعة والمحتقة. الحد من تناول اللحوم الحمراء إلى ثلاث إلى أربع مرات في الأسبوع.
- تجنب أو حد من تناول الكحول.
- الإقلاع عن التدخين.

تذكر، إذا كان لديك أية مخاوف أو أسئلة، الرجاء الاتصال بطبيبك.

أين يمكنني الحصول على معلومات موثوق بها؟

خط المساعدة لمجلس السرطان 13 11 20

المعلومات والدعم لك ولعائلتك بتكلفة المكالمة المحلية في أي مكان في أستراليا.

موقع مجلس السرطان

(مع روابط لمجالس السرطان للولاية والإقليم)

www.cancer.org.au

البرنامج الوطني لفحص سرطان الأمعاء

خط المعلومات 1800 118 868

www.cancerscreening.gov.au

خدمة الترجمة التحريرية 13 14 50

سرطان الأمعاء، المعروف أيضا باسم سرطان القولون والمستقيم، يحدث في القولون أو المستقيم. ويعتبر سرطان الأمعاء ثالث أكثر أمراض السرطان شيوعا التي يتم تشخيصه في أستراليا بعد سرطان الجلد وسرطان البروستات، مع أكثر من 13,000 شخص يتم تشخيصهم في كل عام.

إذا تم الكشف عن سرطان الأمعاء في وقت مبكر، فرصة نجاح العلاج والبقاء على المدى الطويل يتحسن بشكل ملحوظ.

ما هي الأعراض؟

لا تظهر الأعراض لدى كل سرطانات الأمعاء، ولكن يجب مراجعة الطبيب إذا لاحظت:

- نزيف من المسلك الخلفي أو أي علامة من الدم بعد حركة الامعاء.
- أي تغيير في عادة الامعاء المتبعة، مثل الإجهاد (الامساك) للذهاب إلى المراض أو البراز السائل (الاسهال).
- ألم في البطن أو إنتفاخ.
- فقدان الوزن دون سبب واضح، أو فقدان الشهية.
- أعراض فقر الدم - بما في ذلك التعب غير المبرر، الضعف أو ضيق التنفس.
- الإصابة بأي من العوارض المذكورة لا يعني بالضرورة أن لديك سرطان الأمعاء. ينبغي إبلاغ الطبيب عن أي أعراض غير عادية أو دائمة فورا.

من الذي في خطر؟

الجميع في خطر الإصابة بسرطان الأمعاء، ولكن الخطر يزيد بشكل كبير مع تقدم العمر.

بعض الناس قد يكونوا في خطر أكبر للإصابة بسرطان الأمعاء، بما في ذلك الذين لديهم:

- تاريخ سابق من الأورام الحميدة في الأمعاء.
- تاريخ سابق من سرطان الأمعاء
- مرض التهاب الأمعاء المزمن (مثل مرض كرون).
- تاريخ عائلي قوي لسرطان الأمعاء.
- زيادة مستويات الأنسولين أو السكري من النوع 2.

يجب على الناس الذين هم في خطر متزايد للإصابة بسرطان الأمعاء مناقشة خيارات المراقبة الممكنة مع طبيبك.

كيف يتم الكشف عن سرطان الأمعاء؟

يمكن الكشف عن سرطان الأمعاء باستخدام مجموعة متنوعة من الأساليب.

تحليل البراز لإختبار وجود الدم (FOBT) هو فحص بسيط يبحث عن آثار مخفيه من الدم في حركة الامعاء في الناس دون أعراض. يمكن أن يساعد في الكشف عن سرطان الأمعاء في مراحله المبكرة. يمكن القيام بإختبار FOBT في البيت عن طريق أخذ عينات من حركتين أو ثلاثة للأمعاء باستخدام عدة الإختبار. يجب أن يقوم الناس بفحص FOBT كل سنتين من سن 50 عاما.

بدأ برنامج الفحص القائم على السكان لسرطان الأمعاء، البرنامج الوطني لفحص سرطان الأمعاء، في عام 2006. يستخدم البرنامج FOBT. إذا كشف فحص FOBT دم، فهناك حاجة إلى إختبارات تشخيصية أخرى.

تنظير القولون هو فحص ينطوي على أنبوب طويل، رفيع مرن مع عدسة كاميرا فيديو على النهاية، والتي تمكن الإختصاصي من النظر في داخل الامعاء. إذا تم العثور على ورم أو سرطان امعاء، يمكن إزالته أثناء العملية. يتم إجراء تنظير القولون عادة تحت التخدير كإجراء يومي. وتستخدم تنظيرات القولون أيضا كإختبار لمراقبة الناس الذين