



سرطان معده

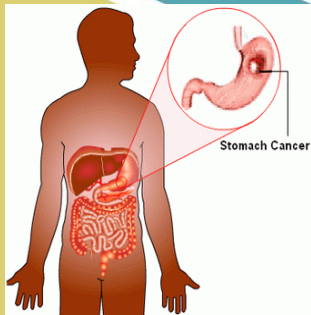
منبع برونر سودارت بیماریهای داخلی جراحی

تهیه کننده: ماریام محمدولیزاده

تایید کننده: دکتر صالحی

متخصص جراحی

بهار ۱۴۰۳



سندرم دامپینگ (dumping syndrome) :

مجموعه ای از علائم است که بیشتر در افرادی که تمام و یا قسمتی از معده خود را با عمل جراحی برداشته اند و یا کسانی که برای لاغر شدن، عمل جراحی بای پس معده را انجام داده اند، رخ می دهد. سندرم دامپینگ را تخلیه سریع معده نیز می گویند. در این بیماری، محتویات هضم نشده معده خیلی سریع به داخل روده کوچک می ریزند که با علائمی مثل درد شکم، تهوع و اسهال عرق کردن، تپش قلب و ضربان سریع قلب و سرگیجه همراه است.

بیشتر افراد مبتلا به سندرم دامپینگ، بلافاصله بعد از خوردن غذا دچار علائم آن می شوند. در برخی افراد مبتلا علائم بیماری یک تا سه ساعت بعد از خوردن غذا بروز می کند. برخی افراد هم علائم زودرس و دیررس را با هم تجربه می کنند. البته با تنظیم و تعدیل برنامه غذایی، این بیماری را می توان کنترل کرد. موارد جدی و خطرناک بیماری، نیاز به عمل جراحی و مصرف دارو دارد

داروها : پزشک برای کاهش سرعت عبور غذا از معده و تسکین علائم بیماری، داروهای خاصی را برای بیمار تجویز می کند. این داروها برای افراد مبتلا به سندرم شدید مناسب تر هستند.

غذا دادن به بیمار از راه لوله : در گروهی از بیماران که به سایر روش های درمانی جواب نمی دهند، یک لوله از خارج بدن به داخل روده باریک وارد می شود که از طریق این لوله، مواد مغذی به بدن بیمار می رسند.

رژیم غذایی سرشار از مواد مغذی و دارای میزان صحیح ویتامین ها، موادمعدنی، پروتئین ها و کالری ها با توجه به تأثیرگذاری بر قدرت بیمار و تسریع روند درمان بخش مهمی از فرایند درمان سرطان معده به شمار می رود.

بیماران مبتلا به این بیماری باید کربوهیدرات و شیرینی کمتر و پروتئین بیشتر مصرف کنند. بیمار می تواند با راهنمایی پزشک و متخصص تغذیه بهترین رژیم غذایی متناسب با شرایط خود را تنظیم کند.

بیماران مبتلا به سرطان معده به کالری و پروتئین بیشتری نیاز دارند. با مصرف شیر، تخم مرغ و پنیر بیشتر می توان میزان جذب پروتئین را افزایش داد؛ همچنین با افزودن انواع سس ها و عصاره ها می توان کالری مورد نیاز بدن در این شرایط را تأمین کرد. میزان چربی رژیم غذایی را نیز می توان با افزودن کره یا خوردن پودینگ و بستنی افزایش داد تا به رفع سندرم دامپینگ (تخلیه سریع معده) کمک کند.

بیماران مبتلا به سرطان معده باید ویتامین D ، کلسیم و آهن بیشتری را از رژیم غذایی خود جذب کنند. ماهی ساردین، کلم برگ، گل کلم، شیر، تخم مرغ، پنیر و نان کلسیم مورد نیاز بدن را تأمین می کنند. ویتامین D نیز در مارگارین، کره، ماهی چرب و تخم مرغ موجود است. آهن موجود در گوشت قرمز بهتر از آهن موجود در ماهی، سویا، زرده تخم مرغ، سبزیجات با برگ سبز و میوه های خشک شده جذب می شود. مصرف غلات کامل مانند پاستا و برنج حاوی غلات کامل و نان گندم سبوس دار با توجه به فیبر بالای آنها برای این دسته از بیماران مفید است. نوشیدن جرعه جرعه مایعات صاف و خنک شده ای چون آب سیب، چای، آب آبگوشت، سوپ سبزی برای بهبود این بیماران موثر است

سرطان معده به زمانی گفته می‌شود که سلول‌های سرطان روی پوشش داخلی معده ایجاد می‌شوند.
علائم و نشانه های سرطان معده چیست؟

علائم سرطان معده در مراحل اولیه بروز نمی‌یابد و بیمار در بعضی موارد تا زمان پیشرفت کامل با هیچ علامتی مواجه نمی‌شود. نشانه های اولیه عبارت‌اند:

درد یا ناراحتی قسمت فوقانی شکم به ویژه پس از صرف غذا
سوءهاضمه: (البته به خاطر داشته باشید که سوءهاضمه داشتن لزوماً از علائم سرطان معده نیست و اکثر موارد سوءهاضمه ارتباطی با سرطان ندارد).

احساس بیماری و یا بی‌میلی به غذا: برخی بیماران پس از صرف غذا احساس سیری و افراط در خوردن دارند.

کاهش وزن و یا کاهش اشتها

دفع خون در مدفوع: در این صورت مدفوع تیره رنگ، قیرمانند و چسبناک می‌شود یا در حالتی با شیوع کمتر در سرطان معده، خون تیره رنگ در عوض خون قرمز روشن در مدفوع دیده می‌شود. این علامت نشان دهنده خونریزی بسیار جدی معده یا روده است.

علائم سرطان معده که در مراحل شدید بیماری بروز می‌کند:

تمام علائم اولیه البته به صورت تشدید شده

کم خون شدن در صورت خونریزی مداوم تومور. کم‌خونی باعث می‌شود تا بیمار بیش از حالت طبیعی احساس خستگی کند.

تومور سرطانی بسیار بزرگ می‌شود و راه عبور غذا و نوشیدنی را مسدود می‌کند و به انسداد معده می‌انجامد.

چه عوامل موجب ابتلا به سرطان معده می‌شوند؟

مصرف طولانی مدت غذاهای سرخ شده و نمک سود شده
غذای الوده به باکتری به خصوص مصرف طولانی مدت غذاهای آماده

کاهش اسیدیته معده

جراحی معده در گذشته

تماسهای طولانی با داروهایی که ترشح اسید معده را می‌کاهند.

رژیم غذایی نامناسب، فعالیت جسمی اندک یا چاقی

درمان: جراحی، شیمی درمانی (و گاهی اوقات پرتودرمانی) از راه های درمان سرطان معده محسوب می‌شوند.

جراحی: با برداشتن تومور در مراحل اولیه سرطان معده می‌توان آن را درمان کرد؛ معمولاً بخش آسیب دیده و سرطانی معده و گاهی اوقات تمام معده از بدن خارج می‌شود.

مراقبت از خود پس از جراحی معده: بیماران مبتلا به سرطان معده پس از درمان جراحی باید در وضعیت نیمه نشسته غذا بخورند، پس از غذا ۲۰ تا ۳۰ دقیقه دراز بکشند تا تخلیه غذا از معده با تاخیر انجام شود و در صورت تجویز پزشک، مصرف داروی ضداسپاسم (ضدگرفتگی عضلات) به تاخیر در تخلیه معده کمک می‌کند.

تغذیه و رژیم غذایی: برای این بیماران مصرف مایعات به همراه غذا ممنوع است و مایعات باید یک ساعت پیش یا پس از غذا بنوشد همچنین مصرف چربی باید برحسب تحمل باشد و بهتر است کمتر شود، باید رژیم پرپروتئین برای کاهش علائم دامپینگ داشته باشند.

غذاها باید بیشتر به صورت جامد حاوی ویتامین باشد، غذا باید در وعده های کم و دفعات زیاد میل شود، همچنین تزریق طولانی مدت آمپول ویتامین ب ۱۲ پس از گاسترکتومی برای پیشگیری از کم خونی الزامی است.

این بیماران باید از کشیدن سیگار و نوشیدن مشروبات الکلی خودداری کنند.

غذاهای محرک مثل قهوه، کافئین، اسپرین، بروفن و غذاهای ادویه دار نباید خورده شود، پیگیری برنامه درمانی از جمله آزمایشهای روتین خونی و سایر تست های تشخیصی برای تعیین عود بیماری فراموش نشود و در صورت بروز مشکلاتی مثل تهوع، استفراغ، تورم شکم، درد و یا سفتی شکم، علائم عفونت نظیر تب، قرمزی، درد، حساس شدن محل جراحی، ترشحات چرکی و بدبو و گرمی محل جراحی، اسهال و کاهش وزن باید به پزشک معالج مراجعه کنند.

3

2

1