

Rak Jelita Grubego

Rak jelita grubego to nowotwór złośliwy rozwijający się w okrężnicy lub odbytnicy. Jest przyczyną **655 000 zgonów** w ciągu roku na świecie. Najwyższe wskaźniki zapadalności notuje się w Europie Zachodniej i Ameryce Północnej, a najniższe w rozwijających się krajach Afryki i Azji. Co roku na raka jelita grubego zapada ponad 13 000 Polaków, z czego ponad 9 000 umiera.

Czynniki ryzyka:

Nadal nie są znane bezpośrednie przyczyny występowania raka jelita grubego, aczkolwiek badania naukowe prowadzone od wielu lat pozwoliły wyróżnić następujące czynniki ryzyka:

- Wiek – rak jelita grubego raczej występuje u osób powyżej 50 r.ż., ale może też zdarzyć się u osoby młodszej, nawet młodzieży,
- Styl życia i dieta – obecnie uważa się, że palenie papierosów, brak regularnej aktywności fizycznej oraz dieta bogata w czerwone i przetworzone mięso oraz uboga w błonnik zwiększa ryzyko zachorowania,
- Inne choroby towarzyszące – badania naukowe mówią o tym, że osoby, u których rozpoznano otyłość, cukrzycę, raka piersi, macicy lub jajników są bardziej narażone na wystąpienie raka jelita grubego. Ponadto osoby wcześniej chorujące na raka jelita grubego mogą powtórnie na niego zachorować,
- Wywiad rodzinny – krewni pierwszego stopnia (rodzice, rodzeństwo, dzieci) osoby chorej na raka jelita grubego są bardziej narażeni na zachorowanie, zwłaszcza jeśli zachorowanie wystąpiło przed 60 rokiem życia lub liczba krewnych z rozpoznaniem raka jelita grubego jest większa niż jeden.

Objawy raka jelita grubego:

Nie ma swoistych objawów raka jelita grubego. Objawy niepokojące, które często występują dopiero w zaawansowanym procesie nowotworowym to:

- Zmiana rytmu wypróżnień w ostatnich kilku miesiącach,
- Krwawienie przy oddawaniu stolca,
- Stolce ołówkowate,
- Niedokrwistość,
- Osłabienie,
- Poboiewania brzucha,
- Utrata masy ciała.

Profilaktyka

Wieloletnie, regularne zażywanie niesteroidowych leków przeciwzapalnych może się wiązać ze zmniejszonym ryzykiem zachorowania i śmierci z powodu raka jelita grubego, ale ich stosowanie w profilaktyce nie jest obecnie zalecane z uwagi na ryzyko działań niepożądanych.

Test na obecność krwi utajonej w kale

W profilaktyce wtórnej raka jelita grubego użyteczne są testy na obecność w kale krwi utajonej, pod warunkiem, że badanie jest wykonywane systematycznie, co rok lub co dwa lata. Testy są łatwe do wykonania i możliwe do przeprowadzenia w warunkach domowych. Dlatego w wielu krajach są one zalecane jako badania przesiewowe w kierunku raka jelita grubego.

Badanie per rectum

Nie jest badaniem przesiewowym, ale powinno być wykonane przez każdego lekarza w sytuacji, gdy występują objawy mogące wiązać się z rakiem jelita grubego. Jest to badanie polegające na wprowadzeniu przez lekarza palca do odbytnicy przez odbyt, by sprawdzić czy nie ma tam nieprawidłowości.

Sigmoidoskopia

Badanie to umożliwia lekarzowi zbadanie ostatnich 50-60 cm jelita grubego. Polega ono na wprowadzeniu przez odbyt cienkiego, giętkiego wziernika i obejrzeniu wnętrza jelita grubego.

Kolonoskopia

Jest to metoda umożliwiająca zbadanie całego jelita grubego po wcześniejszym jego przygotowaniu środkiem przeczyszczającym. Polega ona na wprowadzeniu przez odbyt cienkiego, giętkiego wziernika zakończonego kamerą i obejrzeniu wnętrza całego jelita grubego.

Jeśli:

- jesteś w wieku 50-65 lat i nie masz objawów raka jelita grubego,
- masz ukończone 40 lat i masz co najmniej jednego krewnego pierwszego stopnia z rozpoznaniem raka jelita grubego,
- jesteś w wieku 25-65 lat i pochodzisz z rodziny szczególnego ryzyka,

zgłoś się na bezpłatne badanie kolonoskopowe organizowane przez Narodowy Program Zwalczenia Chorób Nowotworowych.

Czytaj więcej:

[Europacolon Polska](#)

[Program Badań Przesiewowych Wczesne Wykrywanie Raka Jelita Grubego](#)