



MARCH IS
COLORECTAL CANCER
AWARENESS MONTH

مارس؛ ماه آگاهی‌رسانی درباره سرطان کولون و رکتوم

انجام غربالگری و تشخیص زودهنگام می‌تواند جان شما را نجات دهد.

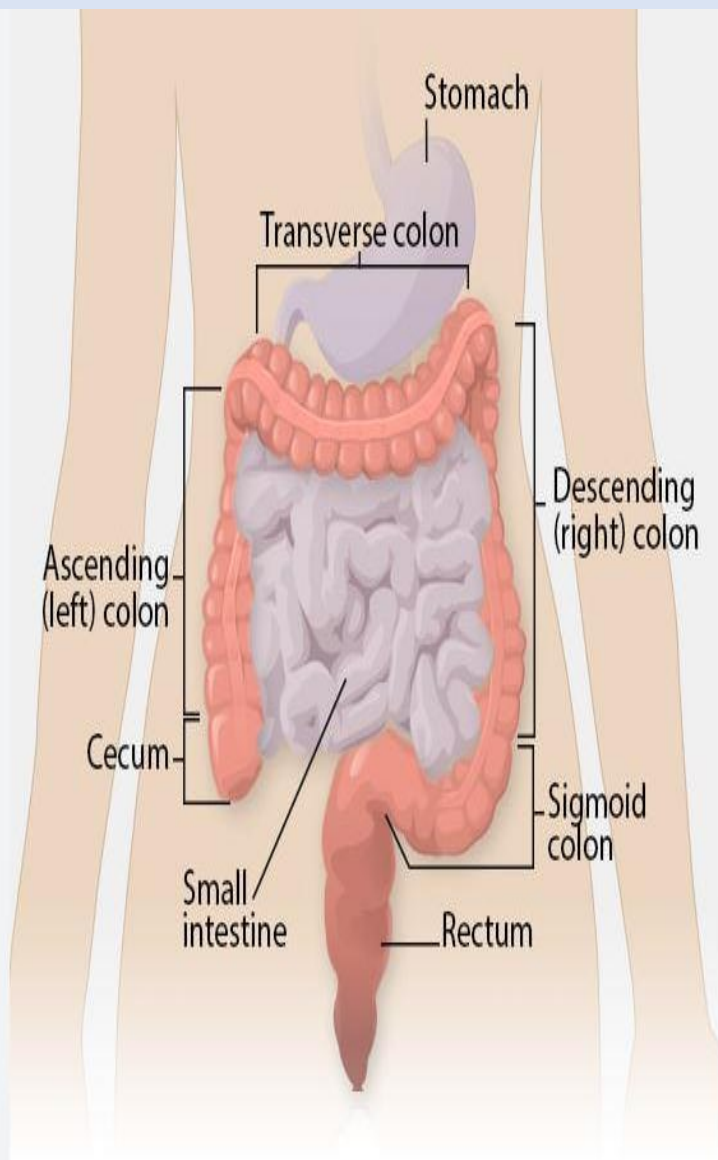


سرطان کولورکتال (کولون/رکتوم) نوعی سرطان است که از روده بزرگ یا رکتوم شروع می‌شود. طبق گزارش سازمان بهداشت جهانی، سرطان کولورکتال **سومین سرطان شایع** (تقریباً ۱۰ درصد از کل موارد سرطان) و **دومین عامل مرگ و میر ناشی از سرطان** در سطح جهان است.

ابتلا به سرطان کولورکتال در حال افزایش است - اما افزایش آگاهی و اقدام متناسب می‌تواند آینده را تغییر دهند. چه از طریق غربالگری زودهنگام، دانستن علائم یا ایجاد تغییر در شیوه زندگی، هر قدمی که امروز برداریم خطر ابتلا در فردا را کاهش می‌دهد.

Colorectal cancer is on the rise in young people.

It will be the leading cause of cancer death for people between the ages of 20-49 by the year 2030.



سرطان کولورکتال منتظر نمی ماند - پس شما هم نباید صبر کنید. این بیماری به عنوان یکی از علل اصلی مرگ و میر ناشی از سرطان در جهان، سالانه میلیون ها نفر را تحت تاثیر قرار می دهد. با غربالگری های منظم، تشخیص زودهنگام و انتخاب های آگاهانه، سرطان کولورکتال اغلب قابل پیشگیری و یا درمان موفقیت آمیز است.

به یاد داشته باشید، شایع ترین علامت سرطان کولون و رکتوم بدون علامت بودن آن است، بنابراین انجام غربالگری ضروری است.

The first signs of colorectal cancer:

None.

New Age TO START SCREENING

طبق آخرین گایدلاین‌های معتبر، اکنون سن **۴۵ سالگی** به عنوان زمان شروع غربالگری برای تمام افراد با ریسک متوسط ابتلا توصیه می‌شود.

45 IS THE
NEW **50!**

YOU CAN PREVENT
COLORECTAL CANCER

روش‌های غربالگری

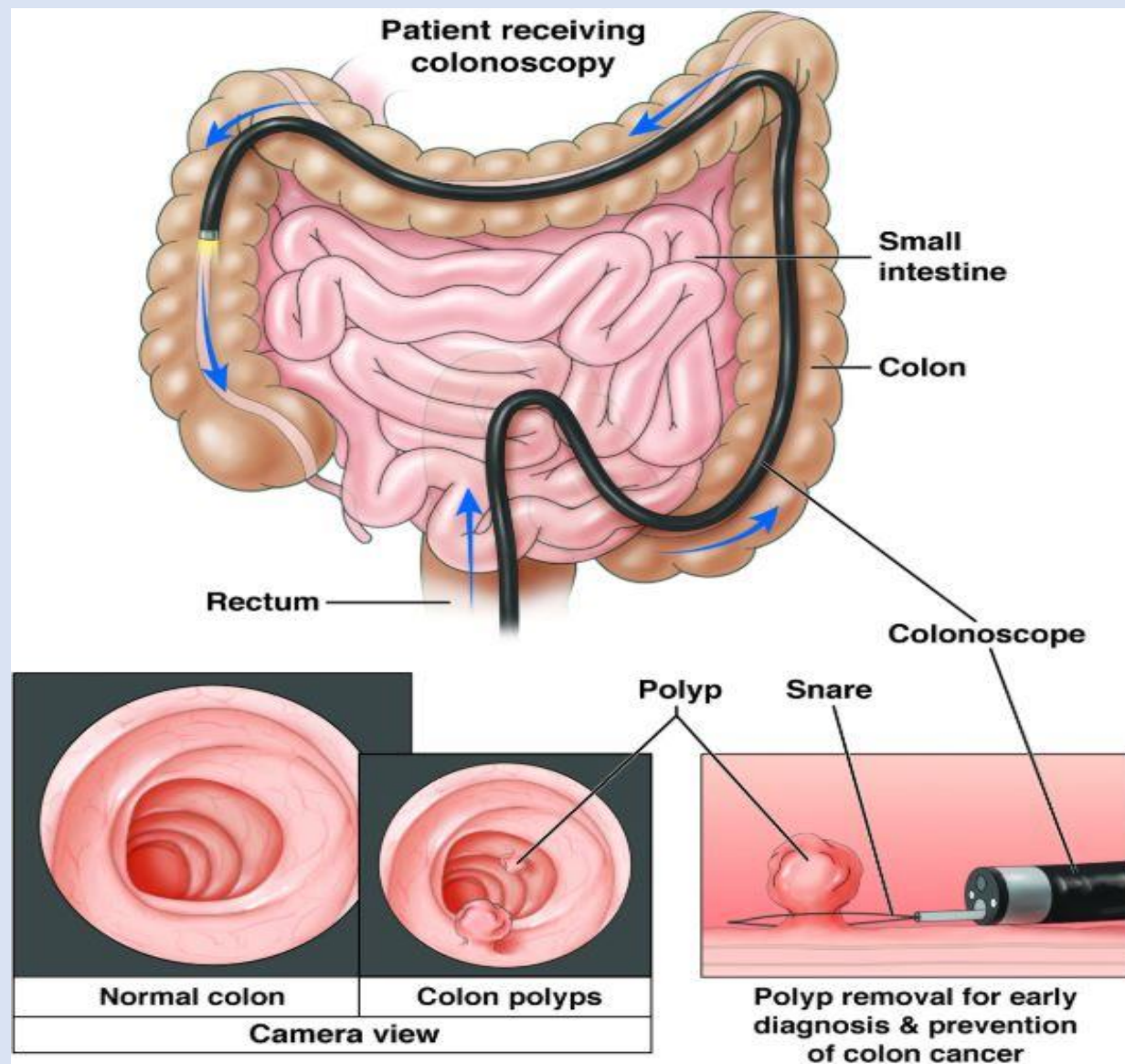
کولونوسکوپی که تست طلایی و استاندارد جهت غربالگری است، یک فرایند تک مرحله‌ای بوده و در آن پزشک با استفاده از کولونوسکوپ، توده‌هایی به نام پولیپ را در کل کولون (روده بزرگ) و رکتوم بررسی می‌کند. در حین این فرایند پزشک می‌تواند هم پولیپ‌ها را شناسایی و از آنها نمونه‌برداری کرده و آنها را حذف کند و هم از پیشرفت احتمالی سرطان پیشگیری نماید. کولونوسکوپی با برداشتن پولیپ‌ها محافظت طولانی مدت در برابر ابتلا به سرطان کولورکتال یا مرگ ناشی از آن را ارائه می‌دهد.

پیشنهاد می‌شود کولونوسکوپی از ۴۵ سالگی و هر ۱۰ سال یکبار انجام شود.

1-Step Test

COLONOSCOPY

Your doctor can see and remove pre-cancers called polyps and prevent or detect or confirm colorectal cancer **ALL IN 1 STEP.**



آزمایشات مبتنی بر مدفوع:

این آزمایش‌ها خون یا DNA تغییر یافته در مدفوع را تشخیص می‌دهند. نتیجه **مثبت** این آزمایشات منجر به شروع مرحله بعدی غربالگری که کولونوسکوپی است می‌شود. آزمایش خون مخفی در مدفوع معمولاً باید **بصورت سالانه** انجام شود.

2-Step Test

1ST STEP

Stool-Based Test
FIT Test (Fecal
Immunochemical Test)
Multitarget Stool DNA

OR

Flexible Sigmoidoscopy

OR

Imaging Test
CT Colonography
Colon Capsule

POSITIVE TEST?

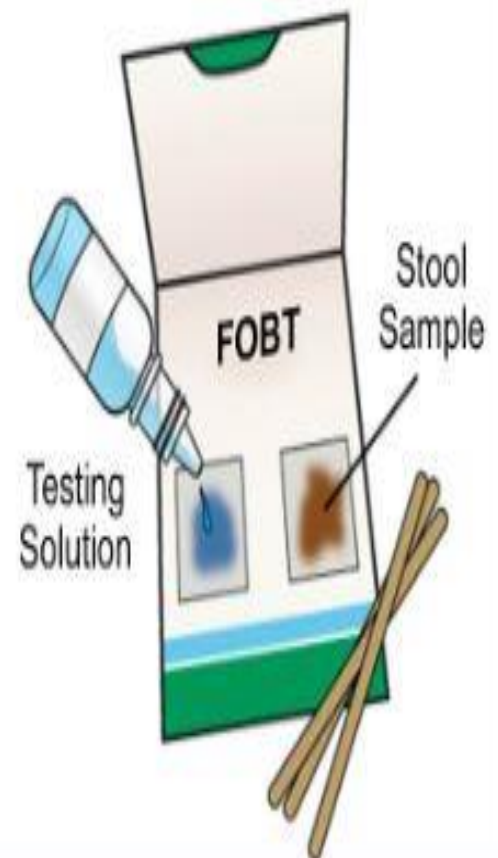
2ND STEP
Colonoscopy

Stool Tests

Fecal immunochemical
test (FIT)



Fecal occult blood
test (FOBT)



ریسک فاکتورهای ابتلا

- ❖ افزایش سن (بالای ۴۵ سال)
- ❖ سابقه وجود پولیپ و یا سرطان
- ❖ ابتلا به بیماری التهابی روده (IBD)
- ❖ سابقه خانوادگی ابتلا به سرطان کولون
- ❖ مصرف دخانیات و نوشیدن بیش از اندازه الکل
- ❖ رژیم‌های غذایی پر چرب
- ❖ چاقی

RISK FACTORS



AGE
(GETTING OLDER)



PERSONAL HISTORY
OF POLYPS OR
CANCER



INFLAMMATORY
BOWEL DISEASE
(IBD)



FAMILY HISTORY
AND GENETICS



SMOKING,
EXCESSIVE ALCOHOL
USE



FATTY
DIET



OBESITY

علائم خطر را بشناسید!

- ❖ هرگونه تغییر مداوم (بیش از ۳ هفته) در عادات روده (مانند یبوست/اسهال و...)
- ❖ دفع مکرر مدفوعی که از حالت عادی باریکتر شده باشد
- ❖ وجود خون در مدفوع
- ❖ خونریزی از مقعد
- ❖ احساس نفخ، پُری و یا عدم احساس تخلیه کامل روده
- ❖ کاهش وزن بدون دلیل و ناخواسته
- ❖ احساس خستگی و ضعف
- ❖ از دست دادن اشتها

مهم است که در صورت داشتن علائم بدون در نظر گرفتن سن، با پزشک خود تماس بگیرید. در به اشتراک گذاری علائم جدید یا نگران‌کننده، حتی علائمی که صحبت در مورد آنها سخت به نظر می‌رسد، با پزشک معالج تردید نکنید.

SIGNS AND SYMPTOMS



AN ONGOING
CHANGE IN BOWEL
HABITS



STOOLS THAT ARE
NARROWER THAN
USUAL



BLOOD
IN THE STOOL



RECTAL
BLEEDING



FREQUENT GAS
PAINS, BLOATING,
FULLNESS, OR
CRAMPING



WEIGHT LOSS FOR
NO KNOWN REASON



FEELING VERY TIRED
(WEAKNESS AND
FATIGUE)