

Što je najvažnije, polipi se lako mogu otkriti pregledom – kolonoskopijom i tom prilikom, lako i bezbolno odstraniti.

9. PREVENCIJA RAKA DEBELOG CREVA

Pošto se uzrok raka debelog creva ne poznaje, naš cilj je da se bolest otkrije u najranijoj mogućoj fazi razvoja, kada je procenat izlečenja preko 90%.

10. KAKO SE VRŠI RANO OTKRIVANJE RAKA DEBELOG CREVA?

Od 1. januara 2013. godine u našoj zemlji se sprovodi skrining (masovni pregledi zdravih osoba) na otkrivanje raka debelog creva, dojke i grlića materice. Rak debelog creva se otkriva pregledom stolice na okultno (nevidljivo) krvarenje, tzv. FOBT test. Obavezno se odazovite na ovaj pregled kada dobijete poziv od svog Doma zdravlja!!!

11. ŠTA AKO JE FOBT TEST POZITIVAN?

U tom slučaju dobijate poziv za detaljan pregled unutrašnjosti debelog creva – kolonoskopiju, da bi se otkrio uzročnik krvarenja. Najčešći uzročnici tog krvarenja su polipi i različita upalna oboljenja, u svega oko 3 – 6% slučajeva uzročnik je rak debelog creva, koji se u toj fazi može uspešno operisati.

12. ŠTA AKO JE NALAZ KOLONOSKOPIJE UREDAN U SMISLU CRC?

Ako je nalaz kolonoskopije uredan, odnosno da ne postoji rak debelog creva, sledeću kolonoskopiju treba uraditi za 5 – 7 godina.

13. KOJI SU RANI SIMPTOMI RAKA DEBELOG CREVA?

Ne postoje rani simptomi raka debelog creva!!! Kada se pojave simptomi, to je znak da je bolest već uzela maha i stoga su baš i organizovani tzv. skrining

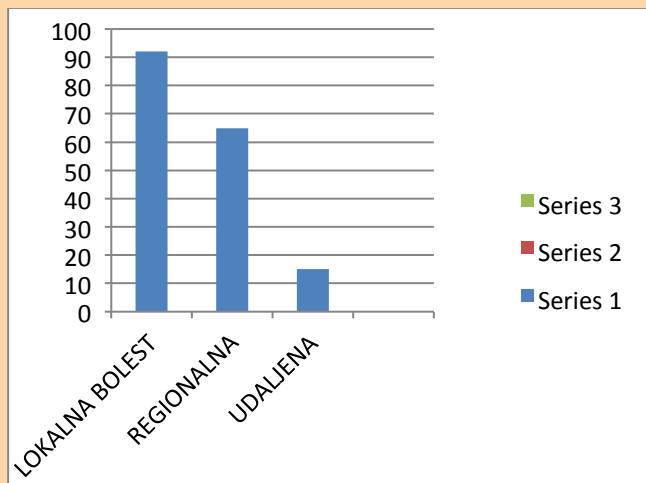
pregledi, odnosno pregledi zdravih osoba, bez tegoba, starijih od 50 godina.

- ❖ Promene u navikama pri pražnjenju debelog creva, izbacivanju stolice, naizmenično smenjivanje opstipacije (zatvora) i proliva (dijareja)
- ❖ Promene u izgledu stolice (značajno tanja, ponekad debljine olovke)
- ❖ Nelagodnosti u trbuhu, nadutost, česti gasovi
- ❖ Sveža krv u stolici
- ❖ Gubitak telesne težine

SVE TO MOGU BITI ZNACI DEBELOG CREVA ZBOG KOJIH SE TREBA **ODMAH** JAVITI SVOM LEKARU.

14. KAKVI SU REZULTATI LEČENJA RAKA DEBELOG CREVA?

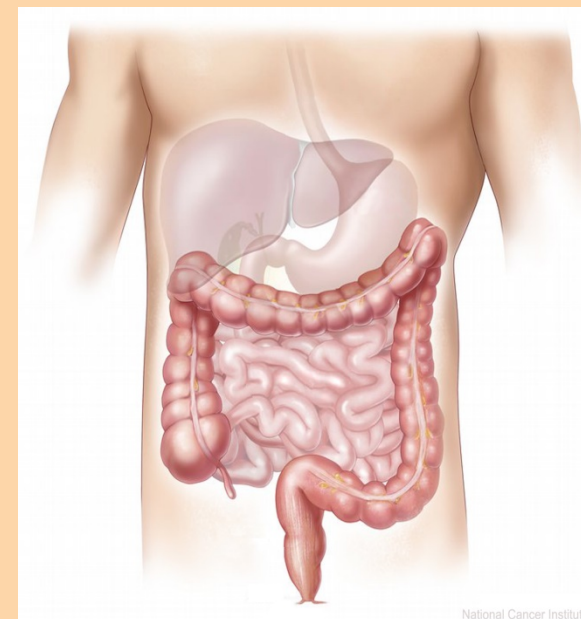
Rezultati lečenja direktno zavise od toga u kojoj fazi razvoja bolesti je lečenje započelo, što se vidi iz priloženog grafikona preživljavanja:



SAVEZ DRUŠTAVA VOJVODINE
ZA BORBU PROTIV RAKA

Novi Sad, Bulevar Mihajla Pupina 6/III
Veb-sajt: www.vojvodina-cancer.org.rs
E-mail: info@vojvodina-cancer.org.rs
Telefon: 021/66-11-619

ŠTA TREBA DA ZNAMO O RAKU DEBELOG CREVA (CRC)



Autor edicije:
Akademik prof. dr Milan Breberina

Urednik edicije:
Prof. Dušan Radulović

1. NIKO NIJE ZAŠTIĆEN OD RAKA DEBELOG CREVA:



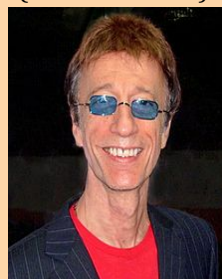
Klod Debisi
(1862 – 1918.)



Odri Hepbern
(1929. – 1993.)



Bobi Mur
(1943.-1993.)

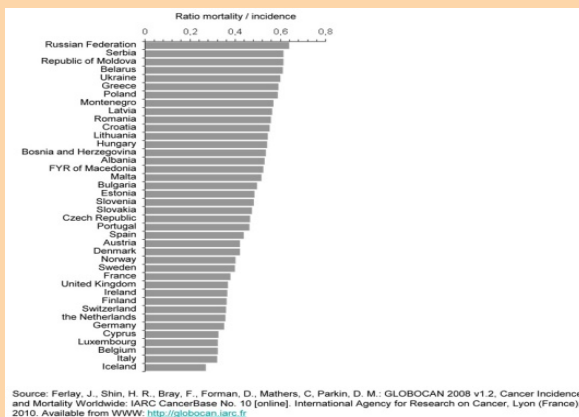


Robin Gib - Bi Džiz
(1949 – 2012.)

2. KOLIKO JE ČEST RAK DEBELOG CREVA?

Poslednjih godina u svetu od raka debelog creva oboli godišnje oko 1,5 miliona ljudi, u Evropi oko 500 000 ljudi, u Srbiji oko 4 500, a u Vojvodini oko 1500. To je, po učestalosti, drugi uzročnik smrti od malignih tumora u Srbiji, kako kod muškaraca, tako i kod žena.

3. SMRTNOST OD RAKA DEBELOG CREVA



4. ČEMU SLUŽI DEBELO CREVO?

Debelo crevo je deo organa za varenje, dužine oko 1,5 – 2 m, a poslednjih njegovih 15 cm se naziva rectum (pravo crevo). Služi za resorbovanje (upijanje iz creva u krv) vode i minerala (elektroliti, soli), kao i za sprovođenje nekorisnog, otpadnog materijala iz organizma.

5. ŠTA JE RAK DEBELOG CREVA?

Rak predstavlja nekontrolisano razmnožavanje nezdravih, nenormalnih ćelija nekog organa – u ovom slučaju debelog creva, koje oštećuju sam taj organ, ali se šire i na druge organe (jetra, pluća, mozak, kosti itd), oštećujući i njih i tako dovode do smrti.

6. ŠTA JE UZROK RAKA DEBELOG CREVA?

Za sada je uzrok nepoznat, ali se najverovatnije radi o oštećenju genetskog materijala DNK – dezoksiribonukleinska kiselina) u ćelijama. Te genetske mane mogu biti urođene, one zahvataju sve ćelije našeg tela i prenose se na decu, ali su uzrok malog broja tumora. Daleko češće su stečene genetske mane, koje se dešavaju u pojedinačnoj ćeliji nekog organa, ali svojim haotičnim, nekontrolisanim rastom dovode do smrti.

7. FAKTORI RIZIKA

Faktori rizika nisu uzročnici raka, ali su činioци, koji povećavaju mogućnost za obolevanje. Svaka vrsta raka ima svoje faktore rizika, npr. za rak kože faktor rizika je preterano sunčanje, za rak pluća, pankreasa, mokraćne bešike je pušenje cigareta itd. Za CRC faktori rizika su:

- **Godine života** – u 80 – 90% slučajeva rak debelog creva se javlja u osoba starijih od 50 godina.

- **Način ishrane** – ishrana bogata crvenim mesom (govedina, svinjetina, ovčatina), mesnim prerađevinama (suhomesnati proizvodi).
- **Prekomerna telesna težina** – gojazne osobe, koje se nedovoljno kreću, češće obolevaju od raka debelog creva, raka dojke, ali i drugih bolesti (šećerna bolest, bolesti srca i krvnih sudova), imaju kraći i manje kvalitetan životni vek.
- **Pušenje duvana i konzumacija alkohola** povećavaju rizik od nastanka CRC.
- **Šećerna bolest – dijabetes tip 2** povećava rizik od nastanka CRC, verovatno u vezi sa prekomernom težinom i umanjenom fizičkom aktivnošću.
- **Upalne bolesti debelog creva**, kao što je ulcerozni kolitis, u manjoj meri i Kronova bolest, češće dovode do CRC.
- ✓ **Ishrana bogata voćem i povrćem** umanjuje rizik od nastanka raka debelog creva. Dodaci hrani u vidu biljnih vlakana do sada nisu pokazali zaštitne efekte.
- ✓ **Fizičke vežbe** svakodnevno barem 20 – 30 minuta (sportske igre, plivanje, vožnja bicikla, šetnja bržim hodom) umanjuje rizik od obolevanja od CRC

8. POLIPI DEBELOG CREVA

Polipi debelog creva najčešći su uzročnik raka debelog creva!!!

