



EU-B-031/02

# سرطان معده

## نکاتی مهم از پیشگیری تا درمان سرطان معده

سرطان معده یکی از شایع‌ترین سرطان‌ها در میان مردان و زنان است که تا کنون علت مشخصی برای آن عنوان نشده است. سرطان معده ناشی از رشد خارج از کنترل سلول‌های بدخیم در معده است که طی سالیان و به آرامی رشد می‌کند، ولی متأسفانه در مراحل ابتدایی علائم چندانی ندارد و شاید به همین دلیل بسختی تشخیص داده می‌شود. بد نیست بدانید علل حتمی و واقعی این سرطان بدرستی کشف نشده است.

دکتر سیدمحمود اسحاق حسینی، فوق تخصص گوارش و آندوسکوپی و عضو هیات علمی دانشگاه تهران در گفت و گو با جام جم می‌گوید: در بروز سرطان معده چند عامل نقش مهم دارد و عامل اول، تغذیه است. افرادی که سوءتغذیه دارند و بدنشان با کمبود کالری مواجه است بیشتر از دیگران در معرض ابتلا به این سرطان قرار دارند. کمبود پروتئین‌ها و ویتامین‌ها بویژه ویتامین‌های A و C، مصرف مداوم مواد غذایی چرب و شور و غذاهای آماده و فست‌فودها نیز از عوامل زمینه‌ساز سرطان معده محسوب می‌شود. همچنین بیماری‌های معده می‌توانند زمینه‌ساز ابتلای افراد به سرطان معده را فراهم کنند.

## حواستان به هلیکوباکتر باشد

یکی از مهم‌ترین بیماری‌های معده، عفونت هلیکوباکتری است که باعث بروز زخم معده و ورم معده می‌شود و ممکن است از جمله عوامل مهم ابتلا به سرطان معده باشد. البته این طور نیست که هر فرد مبتلا به عفونت هلیکوباکتر دچار سرطان معده شود؛ در این صورت باید بیش از ۵۵ درصد مردم جهان در اثر سرطان معده جان خود را از دست می‌دادند، چون بیش از نیمی از جمعیت جهان به این عفونت مبتلا هستند در حالی که فقط ۳ درصد از این افراد ممکن است به سرطان معده مبتلا شوند. بنابراین بیمارانی که عفونت هلیکوباکتر پیلوری دارند حتماً باید درمان شوند و تحت نظر متخصص قرار بگیرند تا در آینده مشکلی برای آنها از نظر ابتلا به سرطان معده ایجاد نشود.



## عوامل خطر را شناسایی کنید

به طور کلی افراد بالای ۴۰ سال، بیماران مبتلا به پولیپ معده، مصرف سیگار و الکل و افرادی که سابقه فامیلی ابتلا به سرطان یا سابقه جراحی معده دارند بیشتر از افراد دیگر در معرض سرطان معده هستند. البته پولیپ ها اغلب خطرناک نیست، اما یک درصد آنها ممکن است به سرطان تبدیل شود. حتی شیوع این سرطان در آقایان و افرادی که گروه خونی A دارند، هم بیشتر گزارش شده است. به گفته دکتر اسحاق حسینی هر چند معمولا این بیماری زمانی تشخیص داده می شود که شرایط بیمار وخیم است، اما گروه های در معرض خطر حتما باید از سوی پزشک مورد معاینه منظم و دوره ای قرار بگیرند، چون در صورتی که سرطان در مراحل ابتدایی شناسایی شود، امکان درمان وجود دارد.

## علائم سرطان معده

کاهش اشتها و کاهش وزن، درد معده، علائم سوء هاضمه مانند آروغ زدن و تهوع، احساس پری معده حتی پس از خوردن مقادیر کم غذا، تهوع و استفراغ، سوزش سردل و علائم شبیه به زخم معده، ورم معده، مدفوع سیاه، کم خونی و توده قابل لمس در بالای شکم از جمله علائم بروز سرطان معده است، اما ممکن است همه این علائم در بیمار مبتلا قابل مشاهده نباشد. همچنین این احتمال وجود دارد که بیمار با علائم گفته شده به متخصص مراجعه کند و تشخیص پزشک بیماری ها و مشکلات خوش خیم مانند گاستریت یا ورم معده ساده یا حداکثر زخم گوارشی باشد. با وجود این توصیه می شود در صورت بروز این علائم بلافاصله به مراکز درمانی مراجعه کنید.

## از تشخیص تا درمان

بهترین روش تشخیص سرطان معده، آندوسکوپی است، اما عکسبرداری از معده به شیوه دبل کنتراست» نیز می تواند به تشخیص این بیماری کمک کند. اگر سرطان معده به موقع تشخیص داده شود، درمان پذیر است، اما با پیشرفت بیماری احتمال بهبودی کاهش می یابد.

برداشتن بخشی از معده که دارای سلول های سرطانی است، مهم ترین روش درمانی به حساب می آید. علاوه بر این ممکن است از شیمی درمانی یا رادیوتراپی نیز استفاده شود. از طرفی گاهی فرد بیمار به یک یا چند روش درمانی نیاز پیدا می کند که درمان های انجام شده علاوه بر سلول های سرطانی بر بافت های سالم فرد نیز تاثیر می گذارند. بنابراین عوارض جانبی مهمی را ایجاد می کنند که مهم ترین آنها تهوع، استفراغ، بی اشتها و دردهای شکمی است.



البته تغذیه بیمار در حین درمان سرطان معده و پس از آن اهمیت ویژه‌ای دارد و بیمار باید حجم کافی از پروتئین، ویتامین و مواد معدنی دریافت کند. در عین حال به دنبال عمل جراحی سرطان معده که ممکن است به صورت برداشتن کامل معده یا حجم زیادی از آن باشد، کاهش وزن به طور شایع رخ می‌دهد و بیماران در پی مصرف غذا با حجم زیاد یا غذاهای شیرین، دچار کرامپ و دردهای شکمی، تهوع و نفخ و اسهال و سرگیجه می‌شوند، اما با محدود کردن مصرف مایعات و غذاهای شیرین و زیاد کردن دفعات مصرف مواد غذایی می‌توان این عوارض را تا حدی کنترل کرد. از آنجایی که دلایل ابتلا به سرطان معده کاملاً مشخص نیستند، پس راه‌های پیشگیری قطعی از ابتلا به سرطان هم نمی‌شود بیان کرد، با این حال موارد زیر خطر ابتلا به سرطان معده را کاهش می‌دهند:

مصرف بیشتر میوه و سبزیجات. سعی کنید مقدار بیشتری میوه و سبزی از انواع مختلف و رنگ‌های مختلف مصرف نمایید. مصرف غذاهای شور و دودی را کاهش دهید. اگر شما سیگاری هستید آنرا ترک کنید، زیرا که سیگار خطر ابتلا به انواع سرطان از جمله سرطان معده را افزایش می‌دهد.

بطور کلی سه روش درمانی جهت درمان سرطان معده وجود دارد که شامل جراحی، پرتودرمانی و شیمی‌درمانی است. جراحی: شایع‌ترین روش درمانی در تمام مراحل سرطان به حساب می‌آید، این روش به طرق مختلف انجام می‌شود و بر اساس نظر پزشک و مرحله سرطان، روش‌های جراحی متفاوت است. عوارض جانبی جراحی: به محل تومور و جراحی بستگی دارد و معمولاً "در چند روز اول بعد از جراحی بیمار احساس ناراحتی می‌کند ولی معمولاً" درد با دارو قابل کنترل است. مدت زمان بهبود در بیماران متفاوت است. پرتودرمانی: در این روش از اشعه با انرژی بالا برای کشتن سلول‌های سرطانی و کوچک نمودن اندازه تومور استفاده می‌شود. تولید اشعه می‌تواند خارج از بدن توسط ماشین‌های خاص یا داخل بدن، از طریق مواد تولید کننده اشعه، صورت گیرد. پرتو درمانی به تنهایی یا همراه با شیمی‌درمانی و جراحی انجام می‌شود.

عوارض جانبی پرتودرمانی: شایع‌ترین عوارض جانبی پرتو درمانی خستگی، واکنش پوستی در محل برخورد اشعه با پوست و کاهش اشتها می‌باشد. شیمی‌درمانی (کموتراپی): بعد از آنکه جراح تمامی سلول‌ها و بافت سرطانی را از طریق جراحی برداشت، یک دوره شیمی‌درمانی داده می‌شود تا سلول‌های سرطانی باقیمانده نیز، در صورت وجود از بین بروند. در این روش از داروها جهت کشتن سلول‌های سرطانی استفاده می‌شود. داروهای ضد سرطانی اکثراً" به فرم تزریق داخلی در بدن یا داخل عضلات و برخی به فرم خوراکی استفاده می‌شود. شیمی‌درمانی یک روش درمانی سیستمیک به حساب می‌آید



به این معنا که دارو از طریق جریان خون به قسمت‌های مختلف می‌رود تا سلول‌های سرطانی را بکشد. در این روش داروها بصورت دوره‌ای تجویز می‌شوند، یعنی پس از یک دوره درمانی یک دوره استراحت ادامه و بعد از آن، مجدداً دوره درمانی شروع می‌شود. در صورتی که سلول‌های سرطانی، کبد را درگیر کرده باشند، می‌توان دارو را مستقیماً به شریان‌های تغذیه کننده کبد تزریق نمود.

عوارض جانبی شیمی‌درمانی: داروهای شیمی‌درمانی معمولاً سلول‌های با سرعت تکثیر بالا را مورد هدف قرار می‌دهند. از آنجایی که در بدن علاوه بر سلول‌های سرطانی بافت‌هایی نظیر سلول‌های خونی، بافت پوششی سیستم گوارشی و سلول‌های فولیکول مو نیز از سرعت تکثیر بالایی برخوردار هستند، لذا ممکن است این بافت‌ها نیز مورد هدف داروهای شیمی‌درمانی قرار بگیرد. در نتیجه از جمله عوارض شیمی‌درمانی می‌توان به عفونت، خستگی، ریزش موی موقتی زخم‌های دهانی و غیره اشاره کرد. کاهش کلی سلول‌های خونی از جمله مهم‌ترین عوارض جانبی داروهای شیمی‌درمانی است. از آنجایی که داروهای شیمی‌درمانی، مغز استخوان را به شدت تحت تاثیر قرار می‌دهد، ممکن است کم خونی (آنمی) بصورت کاهش انرژی انجام کارها، کاهش پلاکت‌های خونی (بصورت خونریزی) و کاهش گلبول‌های سفید (بصورت افزایش استعداد ابتلا به عفونت‌ها) ایجاد می‌شود.

معمولاً همه کسانی که از این روش درمانی استفاده می‌کنند به تمامی این علائم مبتلا نمی‌شوند. هم‌چنین در طی دوره استراحت و بعد از قطع درمان تمامی این علائم برطرف می‌شوند.

### روش‌های تجویز شیمی‌درمانی

شیمی‌درمانی به روش‌های متعددی تجویز می‌شود.

- **تزریقی:** در داخل عضله بازو، ران یا باسن و یا مستقیماً داخل بافت چربی زیر پوست بازو، پا یا شکم انجام می‌شود.
- **داخل وریدی (IV):** محلول شیمی‌درمانی مستقیماً وارد سیاهرگ می‌شود.
- **موضعی:** شیمی‌درمانی بصورت کرم روی پوست مالیده می‌شود.
- **خوراکی:** شیمی‌درمانی از طریق خوراکی بصورت قرص، کپسول و شربت انجام می‌پذیرد.
- **داخل صفاقی (IP):** داروهای شیمی‌درمانی مستقیماً وارد محوطه صفاقی می‌شود (ناحیه‌ای که اندام‌هایی از قبیل روده‌ها، شکم،

کبد و تخمدان‌ها را در بر گرفته است)

**داخل سرخرگی (IA):** شیمی‌درمانی مستقیماً به داخل سرخرگی تزریق می‌شود که سلول‌های سرطانی را تغذیه می‌کند.

قبل از شروع دوره شیمی‌درمانی موارد زیر را به پزشک خود حتماً اطلاع بدهید:



مصرف هر نوع دارو که بدون نسخه پزشک مصرف می کنید بویژه آسپیرین (خیلی از داروها در دسته خطرناک قرار دارند)، انجام هر نوع واکسیناسیون، بروز هرگونه حساسیت به غذا یا دارو، خانم ها و آقایان در مورد حاملگی یا احتمال حاملگی با پزشک خود مشورت کنند. از شیردهی در زمان انجام شیمی درمانی خودداری کنید. رژیم های شیمی درمانی شایع در هر بیماری حتماً با ایستی با صلاحدید پزشک باشد.

بسته به نوع بیماری و رژیم دارویی یکسری از عوارض پیش بینی شده و پیش بینی نشده برای کلیه بیماران بوقوع می پیوندد که برخی عوارض جانبی متداول حاصل از شیمی درمانی عبارتند از:

اضطراب، افسردگی، نگرانی، عصبانیت، دل سردی، درماندگی، تنهایی، خستگی، تهوع، استفراغ، کاهش تعداد سلول های خونی، ریزش مو، آفت دهان و درد.

**داروهای شیمی درمانی غیر از عوارض کلی که دارند ممکن است بسته به نوع دارو عوارض خاص آن دارو را هم نشان دهند که در زیر به تفکیک نوع رژیم شیمی درمانی در سرطان معده بصورت خلاصه برای شما توضیح داده می شود:**

- **فلوئوراسیل:** این دارو می تواند هم از طریق سرم به شما تزریق گردد هم بصورت خوراکی (زلودا).
- اسهال، سوزش سر دل و زخم های دهانی یا پوسته پوسته شدن لبها، قرمزی کف دست و پا که بعنوان سندرم دست و پا شناخته می شود، از عوارض شایع این دارو می باشد.
- این دارو پوست شما را نسبت به نور حساس می کند بنابراین بایستی زمان مواجهه شما با نور افتاب به حداقل برسد و در زمان مواجهه با نور افتاب حتماً از کرم ضد افتاب، کلاه، عینک افتابی و لباس آستین بلند استفاده کنید (در صورت بروز هر نوع افتاب سوختگی حتماً به پزشک خود اطلاع دهید) جهت استفاده از کرمهای آرایشی حتماً با پزشک خود مشورت کنید.
- علائم قلبی در ۱۰ درصد موارد ممکن است وجود داشته باشد.
- جهت درمان آفت دهان موارد زیر توصیه می شود استفاده از دهانشویه و قرقره کردن دهانشویه حتی اگر آب نمک معمولی باشد (یک قاشق چایخوری در یک لیوان آب جوشیده سرد شده) این کار جهت مرطوب نگه داشتن محیط دهان پیشنهاد می شود (هرنوع خشکی دهان زخم ها را بدتر می کند) می توانید دهانشویه را به مدت ۲-۵ دقیقه در دهان نگه دارید و سپس دور بریزید.
- از تکه های کوچک یخ استفاده کنید اما در صورت مصرف اگزالی پلاتین از این کار بپرهیزید.
- طبق دستور پزشک از قطره نیستاتین جهت جلوگیری از عفونت یا اسپری موکوزامین جهت مرطوب نگه داشتن دهان و ترمیم بافت مخاطی دهان می توانید استفاده کنید.



اگر شما دچار زخم دهان هستید پیشنهاد می‌شود غذاهای نرم (فرنی، حلیم، سوپ و...) مصرف کنید و از مصرف غذاهای تند، پر ادویه، شور و ترش و خشک بپرهیزید.  
خمیر دندان بدون طعم استفاده گردد.  
طبق دستور پزشک از کوکتل شربت آلومینیوم ام جی و شربت دیفن هیدرامین به مقدار مساوی به اضافه قطره نیستاتین می‌توانید جهت درمان و تسکین زخم استفاده کنید.  
هیچ نوع محدودیت فعالیت بدنی ندارید.

**تاکسوتر:** این دارو بصورت وریدی از طریق سرم تزریق می‌گردد که در حین تزریق احتمال بروز حساسیت وجود دارد به همین دلیل ده دقیقه اول تزریق این دارو به آهستگی باشد. البته ممکن است این عوارض را همه بیماران تجربه نکنند و تعداد محدودی دچار این عوارض شوند.  
عوارض ناشی از تاکسوتر اغلب قابل برگشت هستند و قبل از اتمام درمان بهبود می‌یابند، ممکن است دوز بالاتر تاکسوتر عوارض جانبی بیشتری ایجاد کند.  
در صورت حساسیت به دارو در زمان تزریق علائمی از قبیل راش، برافروختگی، تب، افت فشار خون، اتفاق می‌افتد که بایستی سریعاً به پرستار خود اطلاع دهید.  
۴ تا ۷ روز پس از دریافت دارو سلول‌های خونی شما (گلبول سفید، گلبول‌های قرمز و پلاکتها) ممکن است شروع به کاهش کند، به مدت ۵ تا ۹ روز گلبول‌های خون در پایین‌ترین سطح خود قرار می‌گیرند و سپس شروع به افزایش می‌کنند، بعد از سه هفته گلبول‌ها به شرایط طبیعی خود برمی‌گردد.  
به همین دلیل در طی این مدت حواس شما به عفونت (در صورت تب بالای ۳۸ درجه و لرز حتماً) به پزشک اطلاع دهید، خونریزی، خستگی و کاهش هموگلوبین باشد.  
سایر عوارض دارو: احتباس مایعات که خود با افزایش وزن، تورم در ناحیه زانو و شکم نشان می‌دهد. در بستری‌های دوم به بعد بی‌حسی در انگشتان دست و پا، استفراغ، اسهال، ریزش مو، چاقی و ضعف ممکن است دیده شود.

**سیس پلاتین:** این دارو قرص ندارد و فقط بصورت تزریقی می‌باشد. عوارض این دارو شامل موارد زیر می‌باشد که ممکن است در همه بیماران دیده نشود.



تهوع و استفراغ که امکان دارد یک هفته پس از درمان دارو اتفاق بیافتد.

افت پلاکت، افت گلبول سفید و گلبول قرمز ۱۸ تا ۲۳ روز پس از تزریق دارو میزان میزان گلبول سفید، گلبول قرمز و پلاکت به کمترین حد ممکن می رسد و پس از ۳۹ روز بهبود پیدا می کند.

سمیت کلیوی : ۱۰ تا ۲۰ روز پس از درمان ممکن است مشاهده شود و عموماً قابل برگشت است .

کاهش حجم برونده ادراری را حتماً " به پزشک اطلاع دهید و تورم اندامهای تحتانی و یا صورت سمیت گوش بصورت کاهش شنوایی و یا شنیدن صدایی در گوش احساس می شود.

نوروپاتی ( سمیت عصبی ) بی حسی اندام ها ( دست یا پا ) مور مور شدن، بی حسی اندام ها ممکن منجر به اختلال در راه رفتن شود در صورت شدت عارضه ممکن است دکتر دوز درمانی داروی شما را تغییر دهد، تغییر در طعم دهان ( احساس طعم فلز ) که می توانید جهت برطرف شدن آن آدامس بجوید یا آب میوه بخورید یا آبنبات بدون شکر میل کنید .

اختلالات کبدی ( در صورت زردی چشم یا پوست یا خارش پوست به پزشک اطلاع دهید ) و ریزش مو .

این دارو روی نازایی خیلی تاثیر دارد .



Amir Oncology Hospital





بیمارستان آنکولوژی امیر  
ساناز عبدالرضا پور

سو پروایزر آموزش سلامت

مرضیه محبی

سو پروایزر آموزش

تایید کننده: طوبی کوشکی

مدیر خدمات پرستاری

دی ماه ۱۴۰۱

منبع: American Cancer Society 2018 WebMD 2017

[www.cnin.ir](http://www.cnin.ir)

EU-B-031/02