

سرطان روده و معاینات وقایوی

Bowel Cancer and Screening



روده بزرگ
The large bowel



در صورت مشاهده هر یک از این اعراض و علائم، لطفاً به داکتر فامیلی یا نرس خود مراجعه کنید. تشخیص زودهنگام سرطان میتواند شانس درمان موفق را افزایش دهد و جان شما را نجات دهد.



Bowel cancer and screening: full video.



How to use a Bowel Screening Kit.



Supported by the Victorian Government, in partnership with LMICS

Information adapted from Cancer Council Australia

ACN: 136 467 715
MARCH 2025

چرا باید معاینات وقایوی سرطان روده را انجام دهیم؟

Why screen for bowel cancer?

معاینات وقایوی سرطان روده یک نوع آزمایش است که نشانه های سرطان روده را در اشخاص بدون اعراض و علائم بررسی میکند. بهترین روش برای تشخیص علائم اولیه سرطان قبل از اینکه متوجه هر نوع تغییر در بدن خود شوید، معاینات وقایوی است.



اگر سرطان روده در مراحل اولیه تشخیص داده شود، از هر 10 مورد سرطان روده 9 مورد با موفقیت قابل تداوی میباشد. مردان و زنان در سنین 50 تا 74 سال هر دو سال یک باریک کیت معاینات وقایوی سرطان روده را از طریق پست دریافت خواهند کرد.

این آزمایش رایگان، آسان و تمیز است. شما می توانید آن را به صورت خصوصی در خانه انجام دهید. اگر برای سفارش کیت جدید یا پر کردن فرم ثبت نام نیاز به کمک دارید، با خانواده یا یا کارمند صحت خود صحبت کنید.

چی قسم میتوانم خطر ابتلا به سرطان روده را کم کنم؟

How can I reduce the risk of getting bowel cancer?

سرطان روده بیشتر در مردان و زنان کلانتر از 50 سال شایع است اما در هر سن و سال میتواند رخ دهد شما می توانید خطر ابتلا به سرطان روده را با موارد زیر کاهش دهید:

- داشتن فعالیت فیزیکی
- حفظ وزن مناسب بدن
- کاهش مصرف الکل
- کاهش مصرف گوشت سرخ و گوشت پروسس شده مانند سالامی، و گوشت نمکی مانند ژامبون
- عدم استعمال سیگرت یا دخانیات
- مصرف کافی فیبر. فیبر بخشی از غذاهای گیاهی (میوه، سبزیجات، غلات) است که بدن ما نمی تواند آن را تجزیه کند. فیبر به دفع مدفوع کمک می کند. این به بدن ما کمک می کند تا مواد فاسد و اضافی را به شکل مدفوع دفع کند.
- معاینات وقایوی سرطان روده به شکل منظم بعد از 45 سالگی.

علام و نشانه های رایج سرطان روده

Common signs and symptoms of bowel cancer

اعراض و علام رایج سرطان روده میتواند شامل موارد زیر باشد:

- خون در مدفوع شما
- درد شکم
- باد و پیچش شکم
- کاهش بی دلیل وزن
- ماندگی شدید
- دانه در مقعد
- تغییر در حرکات روده که بیشتر از 3 هفته طول میکشد. به عنوان مثال، اسهال، قبضیت، یا احساس اینکه روده شما به شکل صحیح تخلیه نمیشود.

این علائم همیشه به معنای داشتن سرطان نیستند، اما بهتر است به داکتر خود مراجعه کنید. بعضی از دواها و سایر امراض نیز میتوانند باعث ایجاد این اعراض و علام شوند.

سرطان روده چیست؟

What is bowel cancer?

سرطان روده یک نوع سرطان است که در داخل روده کلان شروع به رشد میکند. روده کلان قسمتی از بدن است که نمک و آب را از غذایی که میخوریم جدا میکند تا بدن ما بتواند از آن استفاده کند. این غذا را به مدفوع تبدیل می کند و سپس آن را از بدن ما خارج می کند.

در استرالیا، این یک سرطان شایع در بین مردان و زنان است. اگر سرطان روده در مراحل اولیه تشخیص داده شود، با موفقیت قابل تداوی است.

