



Dr ALLABO

**AL PLUS** 011/31-87-981  
**ALP** 012/542-565  
**ALV** 013/801-995  
**ALLABO+** 035/870-509  
**ALM** 011/343-62-35  
www.allabobgd.com

## RANO OTKRIVANJE RAKA DEBELOG CREVA SPAŠAVA ŽIVOT

U opštoj populaciji rizik za nastanak raka debelog creva se značajno povećava od 40-e godine i udvostručuje u svakoj sledećoj dekadi života. Po učestalosti javljanja u oba pola se nalazi se na trećem mestu i to posle karcinoma pluća i prostate kod muškaraca a posle karcinoma dojke i grlića materice kod žena.

### Uzrok

1. nasledni faktor (u oko 5 % obolelih od karcinoma);
2. ishrana bazirana na hrani bogatoj mastima životinjskog porekla (meso i mesne prerađevine), konzervansima i aditivima, a siromašna u sadržaju dijetetskih vlakana (celuloza, pektini, sluzi);
3. sedenteran način života (bez fizičke aktivnosti);
4. hronične bolesti debelog creva (ulcerozni kolitis, Kronova bolest) imaju sklonost razvoja u karcinom debelog creva;
5. alkoholizam, pušenje, gojaznost.

### Simptomi

Često se javle tek u odmaklom stadijumu bolesti kad su se već razvile metastaze i to od strane organa u kom se ona razvila. S tim je i prognoza za izlečenje i preživljavanje veoma loša. Najčešći simptomi zavisno od lokacije i veličine tumora su:

1. bol u stomaku u miru ili prilikom nekog fizičkog rada;
2. promene u načinu pražnjenja stolice, smenjivanje prolivaste i tvrde stolice (opstipacija, konstipacija);
3. krvarenje iz debelog creva (sveža krv u stolici ili promena boje stolice-tam-nija);
4. promene u kalibru stolice (feces kao olovka);
5. osećaj nadutosti i grčeva u stomaku;
6. gubitak apetita i kilaže;
7. anemija (malokrvnost), malaksalost, zamaranje.

### Dijagnoza

Kod osobe sa sumnjom na karcinom debelog creva treba započeti osnovnu obradu u koju spadaju osnovne laboratorijske analize: kompletna krvna slika, sedimentacija, transaminaze, bilirubini, urea, kreatinin, nivo gvožđa u serumu, glikemija, lipidni status, fibrinogen, C reaktivni protein, elektroliti i bitni specifični tumor markeri za karcinom debelog creva- CEA i Ca 19-9.

### Prevenција i rano otkrivanje raka debelog creva

Danas je u celom svetu sve veća težnja da se u opštoj populaciji rade takozvani skrining testovi za rano otkrivanje i prevenciju raka debelog creva.

### Test na okultno krvarenje u stolici (Hemookult ili Adler-Weber test)

Spada u osnovni polazni test za otkrivanje jer je jednostavan, jeftin, bezbolan i praktičan. Preporuka je da se ovaj test radi posle 40-e godine svake druge godine, a iznad 50-e i kod osoba u čijoj rodbini ima obolelih raditi ga svake godine i češće! Neophodno je napomenuti da se test ispravno izvodi na sledeći način: prvo pre testa i u toku je neophodna trodnevna tzv. bela dijeta kako bi se smanjio procenat lažno pozitivnih i negativnih rezultata. Ova dijeta podrazumeva konzumiranje više ugljenih hidrata, voća i povrća ( barenog ), a izbegavanje mesa, vitamina C i aspirina (andola). Najidealnija je ishrana na hlebu, mleku i mlečnim proizvodima. Test se ne izvodi tokom menstruacije, krvarećih šuljeva, proliva treba sačekati da se normalizuje stanje. Stolica se donosi tri dana na analizu. Kako bi se povećala osetljivost ovog testa uzorak uzeti sa dva različita mesta stolice.

Pored ovog testa radi se digito-rektalni test (DRE ili rektalni tuše), endoskopski pregled debelog creva i rektuma, irigografija (rengensko snimanje debelog creva), ultrazvuk stomaka, cistoskopija, Rtg pluća, skener, magnetna rezonanca itd.

### Napomena

Svako krvarenje u stolici, gubitak težine, pojava anemije kod starijih od 40 godina, naročito muškaraca usmerava sumnju na karcinom dok se ne dokaže suprotno. Test na okultno krvarenje u stolici ili Adler-Weber test može vam pomoći u rešavanju te dileme.

### Preporuka laboratorije

1. obratite pažnju na ishranu - ubacite u vaš jelovnik namernice bogate biljnim vlaknima, više voća i povrća, a smanjite unos životinjskih masti i mesa, imajte 5 redovnih obroka i to 3 glavna i 2 užine;
2. otklonite ako imate polipe debelog creva;
3. vodite računa o redovnom pražnjenju creva;
4. pratite porodičnu istoriju oboljevanja od raka debelog creva;
5. vodite računa o zdravom stilu života - izbegavajte pušenje, alkohol, održavanje normalne telesne težine, uvedite svakodnevnu fizičku aktivnost.

**Vaš ALLABO  
VREME JE ZA KONTROLU ŽIVOTA!**