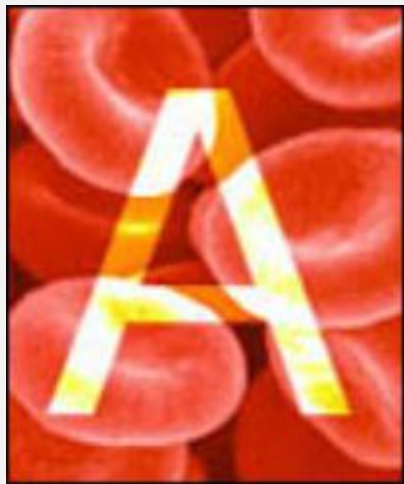


گروه خونی A، زخم معده می آورد!

همه ما تا به حال معده درد، مسمومیت، تهوع، استفراغ و سایر مشکلات گوارشی را تجربه کرده‌ایم و می‌دانیم وقتی معده درد بگیرد تمام فعالیت‌های روزمره مان مختل می‌شود! این عضو مهم بدن یکی از حساس‌ترین ارگان‌هایی است که با کوچک‌ترین حس اضطراب هم دچار اختلال می‌شود.



سلامت نیوز : همه ما تا به حال معده درد، مسمومیت، تهوع، استفراغ و سایر مشکلات گوارشی را تجربه کرده‌ایم و می‌دانیم وقتی معده درد بگیرد تمام فعالیت‌های روزمره مان مختل می‌شود! این عضو مهم بدن یکی از حساس‌ترین ارگان‌هایی است که با کوچک‌ترین حس اضطراب هم دچار اختلال می‌شود.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از سیب سبز؛ جالب است بدانید در بین انواع سرطان‌ها، سرطان معده شایع‌ترین عامل مرگ و میر در مردان ایرانی است و خانم‌ها نیز در این میان چندان عقب‌تر از آقایان نیستند! اما چه عواملی باعث ایجاد این سرطان می‌شوند و چگونه می‌توان از آن جلوگیری کرد؟

زخم معده‌ای که خوب نمی‌شود

در مراحل اولیه، علائم گوارشی مانند بی‌اشتهایی، تهوع، احساس پری زودرس معده، سوء هاضمه، درد ملایم و متناوب معده می‌توانند از علائم سرطان معده باشند و افراد با مشاهده این علائم باید برای بررسی بیشتر به پزشک مراجعه کنند. در مراحل پیشرفته نیز کاهش وزن، وجود خون در مدفوع و مدفوع سیاه رنگ (ملنا) و در مراحل پیشرفته‌تر استفراغ خونی بروز می‌کند. علاوه بر این، احتمال سرطانی شدن زخم‌های معده نیز وجود دارد. از این رو چنانچه زخم معده‌ای پس از 3 ماه دارو درمانی به درمان پاسخ ندهد باید مورد بررسی بیشتری قرار گیرد و در صورت لزوم جراحی انجام شود.

کرمانی‌ها کمتر مبتلا می‌شوند

سرطان معده در حال حاضر از نظر میزان بروز، چهارمین و از نظر میزان مرگ و میر، دومین سرطان شایع در دنیا به حساب می‌آید. این میزان بروز در همه نقاط دنیا یکسان نیست و حدود 01 برابر اختلاف بین نواحی با شیوع بالا و نواحی با شیوع پایین این سرطان، حتی در محدوده داخل برخی کشورها، وجود دارد. در ایران نیز سرطان معده سومین علت مرگ و میر بعد از بیماری‌های قلبی-عروقی و تصادفات و اولین علت مرگ ناشی از سرطان است. این بیماری شایع‌ترین سرطان در مردها و سومین سرطان شایع بعد از سرطان‌های سینه و کولون در زنان ایرانی است. سال‌های از دست رفته و سپری شده با معلولیت و ناتوانی حاصل از آن حدود 80 هزار سال است!

بر اساس آخرین گزارش برنامه ملی ثبت سرطان در ایران در فاصله سال‌های 2004-2005 در کل 35242 مرگ ناشی از سرطان در کشور گزارش شده است که از این میان سرطان معده با 8106 (23 درصد) در بالای فهرست قرار دارد و سرطان ریه با فاصله قابل توجه و تعداد 4475 (6/12 درصد) در رده دوم قرار دارد. میزان بروز این بیماری در نواحی مختلف ایران متفاوت است. میزان شیوع سرطان معده در نواحی شمالی و شمال شرق و شمال غرب ایران مثل خراسان، سمنان، گلستان، مازندران، کردستان، اردبیل، آذربایجان و تهران بالاتر و در مناطق مرکزی و جنوبی ایران مثل کرمان پایین‌تر است. دلایل این اختلاف کاملاً مشخص نشده است اما به نظر می‌رسد سبک زندگی، عوامل محیطی و حتی مواد موجود در خاک این نواحی در این اختلاف تاثیر گذارند.

سرطان معده از نوع ژنتیک

از نظر آسیب‌شناسی سرطان معده به 2 نوع منتشر و روده‌ای تقسیم‌بندی می‌شود. معمولاً 50 درصد سرطان‌های معده از نوع روده‌ای،

35 درصد از نوع منتشر و 15 درصد بقیه به عنوان unclassified یا mixed طبقه‌بندی می‌شوند. به نظر می‌رسد عوامل خطر محیطی نقش مهمی در به وجود آمدن نوع روده‌ای بازی می‌کنند در حالی که عوامل مستعد کننده ژنتیک در نوع منتشر تعیین‌کننده هستند. نوع روده‌ای بیشتر در مردان (با نسبت مرد به زن 2 به یک) و در گروه‌های سنی بالا و در کشورهای در حال توسعه شایع است. در حالی که نوع منتشر به طور نسبی در افراد جوان‌تر، با نسبت مساوی در مرد و زن دیده می‌شود.

دهه‌های پنجم و ششم زندگی سن شایع ابتلا به سرطان معده است اگرچه بروز این سرطان در سنین پایین‌تر و حتی دهه سوم زندگی نیز امکان دارد که در این صورت مسائل ژنتیک مهم‌ترین نقش را در ابتلای افراد بازی می‌کنند. سرطان معده بر اساس محل درگیری معده نیز به 2 گروه تقسیم‌بندی می‌شود: سرطان ابتدای معده یا قسمت کاردیا، سرطان سایر مناطق معده یا غیر کاردیا. در حال حاضر سرطان قسمت کاردیای معده در همه جای دنیا از جمله کشور ما در حال افزایش است. در حالی که میزان بروز نوع غیر کاردیای این بیماری در دو دهه گذشته در کشورهای غربی رو به کاهش بوده است اما این میزان در ایران کاهش نداشته است.

از هر 10 نفر مبتلا، یکی سرطان می‌گیرد

171«؛ هلیکوباکتریلوری؛ نوعی باکتری است که در معده بیش از نیمی از مردم دنیا وجود دارد. این باکتری در لایه زیرین مخاط معده سکونت می‌گزیند و قوی‌ترین عامل شناخته شده برای ابتلا به بیماری‌هایی مثل زخم معده، دوازدهه و سرطان معده است. در عین حال ابتلا به عفونت هلیکوباکتر شرط لازم و نه کافی برای ابتلا به سرطان غیر کاردیای معده است. این باکتری مشخصات ژنتیک متنوعی دارد و عواملی مثل ویژگی‌های ژنتیک باکتری و فرد میزبان و فاکتورهای محیطی مختلف در ابتلا به این بیماری موثر هستند. در واقع از هر 10 نفر مبتلا به عفونت هلیکوباکتر یک نفر به سرطان معده مبتلا می‌شود. در بیشتر مواقع ابتلا به عفونت در بچگی اتفاق می‌افتد. مصرف غذا یا آب آلوده مثل آب غیر لوله‌کشی، زندگی در جمعیت‌های شلوغ و شرایط غیر بهداشتی و وضع بد اجتماعی و اقتصادی، احتمال بروز این عفونت را در مردم بالا می‌برد.

بیشترین راه انتقال بیماری نیز انتقال از فردی به فرد دیگر از طریق دهانی-دهانی (مثل بزاق آلوده) یا دهانی-مدفوعی است. متأسفانه میزان ابتلا به عفونت هلیکوباکتر در کشور ما بسیار بالاست. حدود 70 تا 90 درصد بالغان در نواحی مختلف کشور به این باکتری آلوده هستند. از طرف دیگر سن ابتلا به این عفونت نیز در ایران پایین است. بر اساس مطالعه‌ای در شیراز 82 درصد از بچه‌های 9 ماهه و 98 درصد از بچه‌های 2 ساله آلوده به این عفونت هستند. البته با توجه به بهبود وضع اقتصادی و بهداشتی جامعه این میزان ابتلا در حال کاهش است.

امپرازول سرطان نمی‌آورد

داروهای مهارکننده پمپ پروتون مثل امپرازول، پنتوپرازول و لنزوپرازول که برای کاهش اسید معده استفاده می‌شوند داروهای مناسبی هستند که می‌توان تحت نظر و با تشخیص پزشک معالج برای طولانی مدت از آنها استفاده کرد. دلایل محکمی که نشان‌دهنده وجود عارضه برای این داروها باشد در دسترس نیست و مطالعات موجود نشان داده‌اند که عوارض مصرف طولانی مدت این داروها نادر هستند. به عنوان مثال در مطالعه‌ای که لنزوپرازول به مدت 10 سال برای افرادی که مشکل افزایش ترشح اسید معده داشتند استفاده شده این دارو، دارویی ایمن و موثر بوده است. به یاد داشته باشید که این داروها هم مثل همه داروهای دیگر باید با دستور پزشک و به طور صحیح استفاده شوند.

اگر گروه خونی A دارید بیشتر مراقب باشید!

مطالعات نشان داده‌اند میزان بروز سرطان معده در افراد دارای گروه خونی A نسبت به گروه خونی O بیشتر است. همچنین سبک زندگی و رژیم‌های غذایی مهم‌ترین عوامل در ابتلا به سرطان معده هستند. به طور کلی عوامل ژنتیک و محیطی که شانس فرد را برای ابتلا به سرطان معده افزایش می‌دهند عبارتند از: عفونت هلیکوباکتر، جنس مرد، سن بالای 55 سال، مصرف سیگار، سابقه فامیلی ابتلا به سرطان معده، مصرف زیاد نمک و مواد غذایی نمک سود شده، مصرف زیاد گوشت قرمز، مصرف غذاهای حاوی نیترات و مواد نگهدارنده، مصرف زیاد غذاهای سرخ شده، مصرف کم سبزیجات و میوه‌ها.