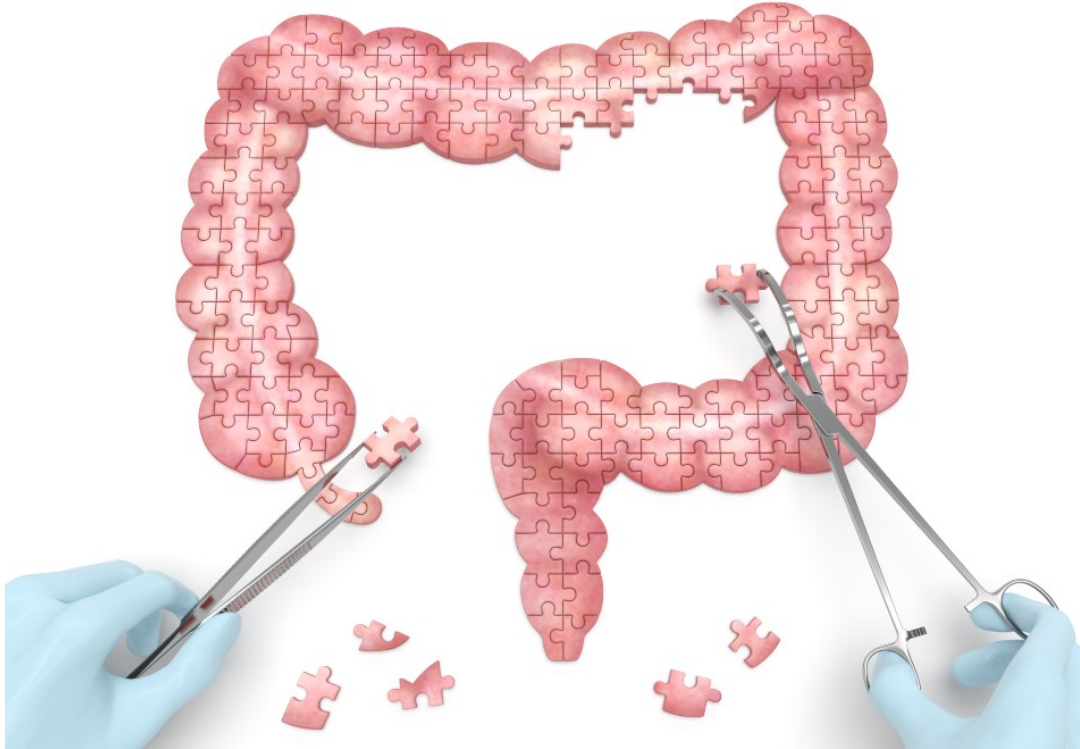
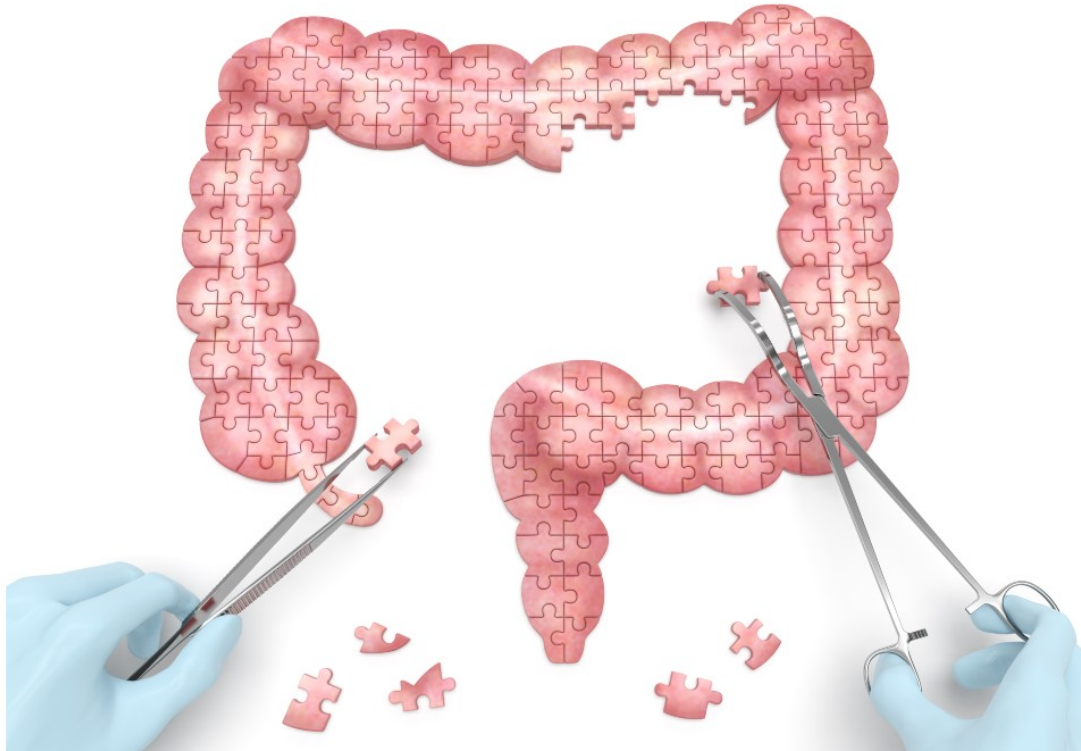


Καρκίνος Παχέος Εντέρου: Ο προληπτικός έλεγχος που σώζει ζωές

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Υγεία και ιατρικά θέματα



Την αναγκαιότητα ενίσχυσης και επαναφοράς των προγραμμάτων πρόληψης που αφορούν στον καρκίνο του παχέος εντέρου - της δεύτερης αιτίας θανάτου από κακοήθεια παγκοσμίως - φέρνει στο προσκήνιο ο δρ. Νικόλαος Ζαμπιαδάκης, Γαστρεντερολόγος, Διευθυντής Γ' Γαστρεντερολογικής-Ηπατολογικής Κλινικής του Metropolitan General με αφορμή την πρόσφατη Παγκόσμια Ημέρα Υγείας του Πεπτικού Συστήματος



Στις 29 Μαΐου του 1958, τελευταία ημέρα του 1ου Παγκόσμιου Συνεδρίου Γαστρεντερολογίας, αποφασίστηκε η ίδρυση του Παγκόσμιου Οργανισμού Γαστρεντερολογίας και η 29η Μαΐου ορίστηκε ως η Παγκόσμια Ημέρα Υγείας του Πεπτικού Συστήματος.

Κάθε χρόνο, η συγκεκριμένη ημερομηνία είναι αφιερωμένη σε ένα επίκαιρο θέμα της γαστρεντερολογίας και σκοπός του οργανισμού είναι, μέσω εκδηλώσεων, δραστηριοτήτων και πρωτοβουλιών, να ευαισθητοποιείται τόσο η ιατρική κοινότητα, όσο και το ευρύ κοινό πάνω στις τελευταίες επιδημιολογικές και επιστημονικές εξελίξεις.

Η συνεχιζόμενη πανδημία COVID-19 έχει διαταράξει σχεδόν κάθε πτυχή της καθημερινότητας, με τα προγράμματα προ-συμπτωματικού, προληπτικού ελέγχου να μην αποτελούν εξαίρεση. Οι νεοπλασίες, ωστόσο, αποτελούν τη 2η αιτία θανάτου παγκοσμίως και, στο πλαίσιο αυτό, ο Παγκόσμιος Οργανισμός Γαστρεντερολογίας αποφάσισε φέτος η ημέρα να είναι αφιερωμένη στην Πρόληψη του Καρκίνου του Παχέος Εντέρου.

Φαίνεται πως καθίσταται πλέον επιτακτική η ανάγκη να αναπτύξουμε, να ενισχύσουμε και να επαναφέρουμε (αν τυχόν διακόπηκαν λόγω της πανδημίας) προγράμματα πρόληψης για τον κολοορθικό καρκίνο και ταυτόχρονα να κατανοήσουμε και να περιορίσουμε τους διαιτητικούς και περιβαλλοντολογικούς εκείνους παράγοντες που σχετίζονται με την ανάπτυξη της συγκεκριμένης

νεοπλασίας.

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου αποτελεί την 2η αιτία θανάτου από κακοήθεια παγκοσμίως. Η συντριπτική πλειονότητα των περιπτώσεων αναπτύσσεται στο έδαφος προκαρκινικών αλλοιώσεων (αδενωματώδεις πολύποδες) και στα αρχικά στάδια δεν εμφανίζονται συμπτώματα. Ένας προ-συμπτωματικός έλεγχος, προσφέρει τη δυνατότητα έγκαιρης αφαίρεσης των προκαρκινικών αυτών αλλοιώσεων, πριν δημιουργηθεί η κακοήθεια ή επιτρέπει τη διάγνωση του καρκίνου σε πρωϊμότερο στάδιο, με αποτέλεσμα την αποφυγή της νοσηρότητας πολύπλοκων χειρουργικών και ογκολογικών παρεμβάσεων για την επίτευξη της ίασης.

Ο προληπτικός έλεγχος απευθύνεται στα άτομα του γενικού πληθυσμού, ηλικίας μεταξύ 50 και 75 ετών, όπου αναμένεται στο 25% των περιπτώσεων να ανευρεθεί αδενωματώδης πολύποδας. Ωστόσο, λόγω της αύξησης της επίπτωσης του καρκίνου του παχέος εντέρου στις νεαρότερες ηλικίες αναμένεται στο άμεσο, σχετικά, μέλλον η μείωση του ηλικιακού ορίου στα 45 έτη.

Η απόφαση για τη διενέργεια προληπτικού ελέγχου στα άτομα άνω των 75 ετών εξατομικεύεται. Στις πληθυσμιακές ομάδες με προδιαθεσικούς παράγοντες, όπως είναι το οικογενειακό ιστορικό, η παρουσία συγκεκριμένων γενετικών συνδρόμων και οι ιδιοπαθείς φλεγμονώδεις νόσοι του εντέρου (νόσος Crohn και ελκώδης κολίτιδα) ακολουθείται ένα διαφορετικό, ενίοτε εξατομικευμένο χρονοδιάγραμμα επιτήρησης. Διάφορες μέθοδοι προ-συμπτωματικού ελέγχου στο γενικό πληθυσμό έχουν μελετηθεί διεξοδικά, όπως η εξέταση των κοπράνων για παρουσία λανθάνουσας αιμορραγίας, η ορθοσιγμοειδοσκόπηση σε συνδυασμό με εξέταση για παρουσία λανθάνουσας αιμορραγίας, η κολονοσκόπηση και η αξονική κολονογραφία, με κάθε μία να εμφανίζει προτερήματα και μειονεκτήματα.

Η κολονοσκόπηση είναι μία επεμβατική εξέταση και θεωρείται η εξέταση με την υψηλότερη ευαισθησία, παρέχοντας ταυτόχρονα τη δυνατότητα θεραπευτικής αντιμετώπισης των προκαρκινικών αλλοιώσεων και λήψης βιοψιών. Η εφαρμογή των πλέον σύγχρονων ενδοσκοπικών και αναισθησιολογικών μεθόδων έχει καταστήσει τον κίνδυνο επιπλοκών ιδιαίτερα χαμηλό και η εξέταση διενεργείται ανώδυνα με σύγχρονο, υψηλής ευκρίνειας εξοπλισμό.

Ο σύγχρονος τρόπος ζωής και η δυτικού τύπου δίαιτα φαίνεται ότι συνδέονται με τον κίνδυνο ανάπτυξης καρκίνου του παχέος εντέρου. Υπάρχει μία πληθώρα μελετών παρατήρησης που συσχετίζουν την ανάπτυξη καρκίνου του παχέος εντέρου με την παχυσαρκία, τον σακχαρώδη διαβήτη και την αντίσταση στην ινσουλίνη, το κάπνισμα, τα χαμηλά επίπεδα βιταμίνης D και τη μακροχρόνια και

συχνή κατανάλωση κόκκινου και επεξεργασμένου κρέατος.

Αντίθετα, διάφορες μελέτες παρατήρησης καταδεικνύουν σημαντικό όφελος από την τακτική σωματική άσκηση, την αυξημένη πρόσληψη φρούτων και λαχανικών και την ικανή πρόσληψη γαλακτοκομικών προϊόντων. Ο προστατευτικός ρόλος από τα αντιοξειδωτικά στοιχεία του καφέ, την κατανάλωση σκόρδου και ψαριών υποστηρίζεται επίσης από συγκεκριμένες μελέτες.

Ο κολοορθικός καρκίνος αποτελεί μία σημαντική αιτία νοσηρότητας και θνησιμότητας στον παγκόσμιο πληθυσμό. Ένας υγιεινός τρόπος ζωής, ακολουθώντας τις επιταγές της μεσογειακής δίαιτας και η επιλογή του έγκαιρου προληπτικού ελέγχου, αποτελούν την καλύτερη δυνατή παρέμβαση για τη δραματική μείωση της επίπτωσης και της νοσηρότητας του καρκίνου του παχέος εντέρου.

Πηγή: ygeiamou.gr