

شیوع سرطان معده در ایران

از بیماری‌های خطرناک دستگاه گوارش، سرطان‌ها محسوب می‌شوند. در ایران سرطان معده شیوع بیشتری دارد سپس سرطان کولون یا روده‌ی بزرگ و مری محل‌های شایع سرطان‌های دستگاه گوارش هستند. در کشورهای غربی مثل آمریکا، شایع‌ترین سرطان‌ها، سرطان کولون بعلت مصرف زیاد گوشت قرمز و غذاهای پرچرب است.

برای پیشگیری از این سرطان‌ها، آنچه که خیلی اهمیت دارد و ما می‌توانیم مداخله داشته باشیم جدای از اختلالات ژنتیکی و شکست‌های کروموزومی، تغذیه است.

در بحث تقدیم نکاتی که اهمیت دارد خوردن غذای سالم است مفهوم غذای سالم یعنی غذاهای که قازه باشد مواد اولیه غذا هم قازه و با کیفیت باشد. مصرف غذاهای فیبردار، سبزیجات و میوه‌ها، طبخ غذا و استرس نیز دخیل است. طی تحقیقات انجام شده بیماران مبتلا به سرطان دستگاه گوارش از الکوئی تغذیه‌ای مشابهی نسبت به یکدیگر برخوردار بودند

دبستان دخترانه امام حسین (ع) واحد سه مشهد



تئیه و تاییدکننده : الهام سلطانی
آموزگار علوم و آزمایشگاه
سال تحصیلی ۱۳۹۷-۹۸



علت اصلی شیوع سرطان معده در ایران عادت‌های غذایی نادرست است.

علت اصلی شیوع سرطان معده در ایران عادت‌های غذایی نادرست مثل استفاده از غذاهای مانده، غذاهای پرنمک، غذاهای دودی، غذاهای سرخ شده‌ای که در روغن مقاوم به حرارت سرخ نشده باشد غذاهایی که در آنها مواد نگهدارنده با ماندگاری طولانی باشد و مصرف غذاهای آماده بعلت داشتن نیتریت که در بدن تبدیل به ماده‌ای می‌شود که سلول‌ها را برای ایجاد سرطان تحریک می‌کند غذاهای کنسروشده، استفاده از سوسیس‌ها و کالباس‌ها مصرف ترشی‌ها و چاشنی‌های آماده است که ریسک سرطان را افزایش می‌دهد.

آنچه که نیاز است آموزش صحیح و اطلاع‌رسانی به افراد جامعه است که متأسفانه این مسئله زیاد جدی گرفته نشده است. بطور کلی در خصوص بیماری‌های گوارشی نیز همانند دیگر بیماری‌ها، پیشگیری مقدم بر درمان است.

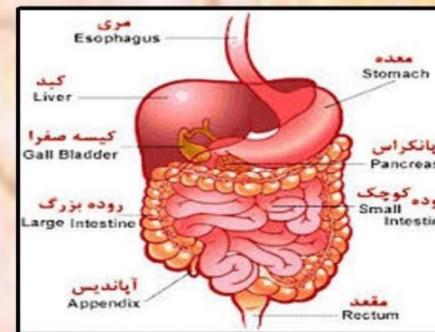
۱۰ تا ۲۰ درصد افراد جامعه سندروم روده‌ی تحریک‌پذیر دارند

حدود ۱۰ تا ۲۰ درصد افراد جامعه با این بیماری درگیر هستند و علل آن اختلال عملکردی در حرکات روده‌ای است که این حرکات روده می‌تواند افزایش یافته، به شکل اسهال‌هایی گاهی و یا کاهش یافته به شکل بیوست به همراه دردهای شکمی خود را نشان می‌دهد که این اختلال خطری به همراه ندارد و بیشتر باعث آزار و کاهش کیفیت زندگی می‌شود که علت اصلی آن هم استرس است.

زخم معده و اثنی‌عشر یا دوازده‌هه از دیگر بیماری‌های شایع دستگاه گوارش است که علل گوناگونی دارد. بر روی مخاط و زیر مخاط مری، معده و بخش‌های فوقانی روده‌ی کوچک در نتیجه‌ی فرسایش این بافت‌ها، توسط اسید معده رخ می‌دهند، یعنی زمانی که تعادل میان اسید معده و سد دفاعی مخاط معده به هم می‌خورد باعث ایجاد این زخم‌ها می‌شود. که بعلت ورود میکروبی به نام اج پیلوری و یا مصرف ب Roxی داروهای مسكن آغاز‌کننده‌ی التهاب، خراشیدگی و گاهی اوقات زخم می‌شود استرس هم به تنها‌یی از عوامل ایجاد‌کننده‌ی زخم مطرح نمی‌شود، بلکه باعث تشدید زخم‌های گوارشی می‌شود.

شایع‌ترین بیماری دستگاه گوارش ترش گردن است

دستگاه گوارش از دهان آغاز می‌شود و تا انتهای روده‌ی بزرگ که محل خروج مواد دفعی است ادامه می‌یابد این دستگاه، در یک مسیر طولانی که شامل لوله‌ی مری است به معده که کار آن خرد و آسیاب کردن غذاست منتهی می‌شود سپس به روده‌ی باریک می‌رود که محل اصلی جدب غذاست.



شایع‌ترین بیماری‌های دستگاه گوارش رفلاکس یا همان ترش گردن بعد از غذاست که ناشی از برگشت ترشحات اسیدی و مواد غذایی از داخل معده به لوله مری است که با احساس داغی و سوزش پشت جناغ سینه همراه است و این ترش گردن در حالت طبیعی اتفاق نمی‌افتد، بلکه به علت نوع غذا، حجم غذا و فرم خوردن غذا، مثلاً پرخوری یا خوردن غذاهای پرچرب، ادویه‌دار، غذاهای اسیدی، یا دراز کشیدن بلافاصله پس از غذا و افرادی که با معده پر فعالیت فیزیکی انجام می‌دهند دچار رفلاکس می‌شوند.

مقدمه

ما برای زنده ماندن، به انرژی نیاز داریم و برای اینکه سلول‌های بدن بتوانند زنده بمانند نیازمند دریافت غذا هستند از هنگامی که شروع به جویدن لقمه‌ی غذا می‌کنیم هضم غذا و در واقع کار دستگاه گوارش آغاز می‌شود. دستگاه گوارش یکی از دستگاه‌های فعال در بدن انسان است که کار خود را در ۴ بخش بلع، گوارش، جدب و هضم انجام می‌دهد.

به گزارش خبرنگار خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا)، منطقه‌ی کویر، مواد غذایی پس از ورود به معده با آنزیم‌های درون معده مخلوط می‌شود تا به اجزای ساده‌تری تجزیه شود سپس این مخلوط از معده خارج شده و به روده‌ها می‌رود تا از آنجا مواد غذایی تجزیه شده جدب جریان خون شود مواد غذایی تجزیه شده از طریق جریان خون در اختیار یاخته‌های بدن قرار می‌گیرد و مواد غذایی که جدب نمی‌شود بطور طبیعی دفع می‌شود.

دستگاه گوارش بعنوان یکی از مهم‌ترین دستگاه‌های بدن بیماری‌های مربوط به خود را دارد که گریبان‌کیر بسیاری از افراد است. دستگاه گوارش شامل دهان، مری، معده، روده باریک و روده بزرگ است.