

Kolon Kanseri Nedir?

Kolon diye adlandırılan kalın bağırsakta gelişen poliplerin neden olduğu kanser türüdür. Yanlış beslenmenin önemli bir rol oynadığı hastalık; erkeklerde kadınlara oranla daha fazla görülür. Özellikle batı ülkelerinde daha sık rastlanan kolon kanseri dünyada görülme sıklığı bakımından 3. sırada yer alıyor. Dünyada her yıl yaklaşık 1 milyon kişinin yakalandığı hastalıklardan olan kolon kanseri, Türkiye'de giderek artış gösteriyor. Nedeni kesin olarak bilinmeyen kolon kanserinin oluşumunda çevresel ve genetik faktörler söz konusu. Kolon kanseri kolonda gelişen polip zemininden kaynaklanabildiği gibi iç yüzeyi oluşturan mukozadan da gelişebilir.

Belirtileri Nelerdir?

Sinsi bir şekilde ilerleyen ve uzun yıllar belirtilerini göstermeyen hastalık; ileri evrede karında kitle hissedilmesi, dışkıda kan görülmesi, iştahsızlık, çabuk yorulma, ishal ya da kabızlık şeklinde dışkılama alışkanlıklarının değişimi, dışkının kalem gibi incilmesi, tam olarak dışkı yapamama hissi, gizli kan kaybına bağlı solukluk, dışkıda mukus görülmesi, zayıflama belirtileriyle kendisini gösteriyor.

Kimler Risk Altındadır?

- Ailesinde kolon kanseri olan kişiler,
- Bağırsağından polip olanlar,
- Daha önceden meme, rahim ve yumurtalık kanseri geçirmiş kişiler,
- Gardner Sendromu ve Ailesel Polipozis hastalığı geçirmiş olanlar,
- Ülseratif Kolit ve Crohn Hastalığı olanlar,
- 50 yaş ve üstünde olanlar,
- Batı tipi diyet yapanlar,
- Hayvansal yağları, kırmızı eti daha fazla tüketenler,
- Aşırı sigara ve alkol tüketenler,
- Egzersizden uzak bir hayat yaşayanlar,
- Obezite hastaları risk altındadır.

Erken Teşhis ve Tedavi

Hastalık sinsi ilerlediği için fark etme süreci geç olsa da; düzenli tarama testleriyle erken teşhis edilirse tedaviyle bu hastalıktan kurtulma ihtimali artıyor. Özellikle aile geçmişinde kolon kanseri olan kişilerin aşağıdaki testleri düzenli olarak yaptırmaları gerekiyor.

Her yıl dışkıda kana bakılması; gizli kan testi pozitif çıkarsa kolonoskopi (bütün kalın bağırsağın görüntülenmesi),

Beş yılda bir rektum ve kalın bağırsağın son 50 cm'lik bölümünün endoskopisinin yapılması (rektosigmoidoskopi),

Her on yılda bir kolonoskopi yapılması (aile geçmişinde kolon kanseri görülen kişilerin bu testi doktor kontrolünde her yıl yaptırmaları gerekir)

Ülkemizde belirtiler görüldüğünde doktora başvurulmadığı için kolon kanserleri başlangıç evresinde tespit edilememektedir. Kolon kanserinin tüm evrelerinde başlıca tedavisi cerrahidir. Tümörlü bölge cerrahi yöntemlerle çıkarılır ve bağırsağın çıkarılan yerinin alt/üst tarafı birbirine bağlanır. Ancak tümörün yeri, boyutu, evresi ve hastada yarattığı sorunlara göre cerrahi tedavinin şekli (tümör anüse yakın yerleşmişse bu bölgenin kısa olması nedeniyle anüs tümüyle çıkarılır ve kolon karın duvarına bağlanır) değişir. Ameliyat sonrasında hastalığın evresine göre kemoterapiyle tedavisine devam edilir. Bu hastalıkta radyoterapi kullanılmaz.

Korunma Yolları

Fazla lifli gıdalarla beslenme kolon kanserine karşı koruyucudur. Yağlı besinlerle kolon kanseri arasında direkt bir ilişki söz konusu olduğu için yağ oranı düşük besinlerin tüketilmesi; kırmızı et ve yağlı besinlerden mümkün olduğunca uzak durulması, düzenli egzersiz yapılması gerekir. Kolon kanserinden korunmanın diğer bir yolu ise düzenli kontroller yaptırmaktır. Bu kontrollerle hastalığı önlemek ve erken tanı koymak mümkündür. Son yıllarda yapılan çalışmalarda kalsiyumdan zengin besinlerin tüketilmesi ve nonsteroid antiinflamatuvar ilaçların da koruyuculuk yönünden katkıları saptanmıştır.