

Rizik od razvoja raka debelog crijeva znatno raste nakon 40. godine života, a 90% svih karcinoma otkrije se u osoba starijih od 50 godina. Rak debelog crijeva jedna je od najčešćih zloćudnih bolesti kod oba spola. Kirurški zahvat je osnovni oblik liječenja, a preventivnim testovima i pregledima može se otkriti u ranoj fazi, ali redoviti godišnji preventivni pregled kolonoskopije smanjuje rizičnost za ovu bolest.

Ako jedete namirnice siromašne vlaknima, a bogate mastima i kolesterolom, možda ste u opasnosti za razvijanje ove bolesti. Nastanak karcinoma debelog crijeva povezuje se, kao i nastanak polipa, s prehranom koja sadrži velike količine životinjskih masti i mesa. Vjeruje se kako redovna tjelesna aktivnost smanjuje rizik.

Prema do sada prikupljenim podacima nacionalnog programa za rano otkrivanje raka debelog crijeva može se zaključiti da se u hrvatskoj populaciji rak debelog crijeva ne otkriva rano. Svega 18 % bolesnika ima rak u početnoj fazi, u 29% slučajeva rak se proširio u limfne čvorove, a u 17 % slučajeva dao je metastaze u udaljene organe, podaci su Hrvatske lige protiv raka.

U početku bolest nema simptoma, no kada se pojave to može biti bol u trbuhu, promjena učestalosti/oblika stolice (proljevi/zatvor) te pojava krvi u stolici - svježa krv u tragovima

(hematokezija) ili crna stolica poput katrana (melena). Slabost, anemija, osjećaj nepotpunog pražnjenja crijeva i neobjašnjivi gubitak tjelesne mase rjeđe se javljaju.

### Simptomi

Ostali mogući simptomi su napuhanost (abdominalna distenzija), mučnina, povraćanje, umor.

#### 1. Umor

Umor je simptom koji može biti povezan s mnogim raznim tegobama i bolestima, no ako osjećate gubitak

#### 2. Anemija

Niska razina hemoglobina u krvi može biti simptom raka debelog crijeva, a obična krvna slika može dati

#### 3. Krvava stolica

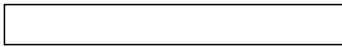
Krv u stolici znak je koji se nikako ne bi trebao ignorirati. Iako može biti više uzroka, bitno je što prije ut

#### 4. Bolovi u truhu

Bolovi u truhu mogu se javiti zbog rasta tumora u crijevima, stoga ako osjetite bolove u ovom području

*Svakako se počnite baviti tjelesnom aktivnošću, barem i šetnjom, jer prema istraživanjima, polusatna sv*

[HLPR.hr](#)



[Vecernji.hr](#)

**VEZANI SADRŽAJI**

{loadposition related}