



Nakon navršene 50. godine svake dvije godine treba raditi test na skrivenu krv u stolici, a po potrebi i kolonoskopiju koja mnogima može biti spasonosan pregled. Za nastanak raka debelog crijeva treba mnogo vremena, no nasreću, u najvećem broju slučajeva moguće ga je spriječiti relativno jednostavnim postupkom odstranjenja polipa iz debelog crijeva - kolonoskopijom.

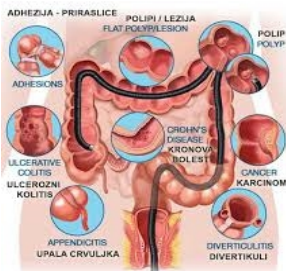
To je pretraga pri kojoj liječnik kolonoskopom pregledava lumen debelog crijeva. Debelo crijevo je dio crijeva koji dolazi nakon tankog, a njegov posljednji dio zove se rektum, gdje je stolica (feces) pohranjena prije nego što se isprazni kroz prolaz (anus, čmar). Kolonoskop je tanka savitljiva teleskopska fiberoptička cijev, debljine malog prsta na ruci i izgleda poput vrtnog crijeva. Njime je moguće pregledati cijelu sluznicu debelog crijeva, uz uvjet da je pacijent dobro očišćen i pripremljen za postupak. Tijekom prolaska kroz debelo crijevo, na ekran se prenosi povećana slika sluznice te je moguće uočiti i vrlo male polipe.

"Kroz kolonoskopsku cijev moguće je uzimanje komadića tkiva za biopsiju ili odstranjivanje cijelog polipa uz pomoć struje omčom, kao i zaustavljanje eventualnoga krvarenja pri tom postupku. Vrlo iskusni kolonoskopičari mogu odstraniti i veće polipe operativnom kolonoskopijom. Nakon odstranjenja uzorci se prosljeđuju na patohistološku analizu" objašnjava nam prof. Nataša Antoljak, spec. epidemiologije iz Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo. Pretragom je moguće pronaći i mnoge druge tvorbe koje mogu biti uzrok, kako skrivene krvi u stolici tako i pojave vidljive krvi. Vrlo je važno da se od navršene 50. godine svake dvije godine napravi test na skrivenu krv u stolici te da se, ako je nalaz pozitivan, napravi i kolonoskopski pregled.

"Ako netko ima među krvnim srodnicima nekoga tko je bolovao od raka debelog crijeva ili neke od nasljednih polipoznih sindroma, ovaj pregled treba napraviti ranije. Malobrojni su slučajevi oboljelih od raka debelog crijeva već u dobi 25-30 godine, a pojavnost raste od 40. godine" objašnjava dr. Antoljak. Prema podacima Nacionalnog programa ranog otkrivanja raka debelog crijeva, dodaje Antoljak, vrlo je visok odaziv ljudi koji obave kolonoskopiju unutar programa, a koji su imali pozitivan nalaz skrivene krvi u stolici, koja je otkrivena testovima koje su dobili na kućnu adresu.

"Kolonoskopija može biti gotovo bezbolna te se može reći da je više neugodna nego bolna. Kod ljudi koji su imali operacije na trbuhu pretraga može biti bolnija i iziskivati analgeziju ili čak anesteziju, no to je rijetkost. Nakon kolonoskopije mnogi kažu da su očekivali bol, no osjetili su samo nelagodu. Traje 20-ak minuta ako nema uklanjanja polipa" zaključuje dr. Nataša Antoljak.

### Jedini pregled koji otkriva polipe



Polipi debelog crijeva su izrasline unutar lumena crijeva koji mogu biti i vrlo maleni, pa osoba niti ne zna da ih ima. Neki od njih imaju peteljku a neki su na široj bazi. Jedan dio polipa može dovesti do zloćudne promjene te nastanka raka. Mogu se samo otkriti kolonoskopskim pregledima jer gotovo nikad ne pokazuju znakove bolesti, objašnjava epidemiologinja Nataša Antoljak.

Čak 83% oboljelih od raka nema povezanosti s obiteljskom sklonošću. Članovi obitelji u kojoj postoji povijest raka debelog crijeva nešto češće obolijevaju od njega, dok za 83% pacijenata nema povezanosti s obiteljskom sklonošću. Rak debelog crijeva u Hrvatskoj je na drugome mjestu po pojavnosti - 2014. bio je 3121 novodijagnosticirani (72/100.000) i drugome mjestu po smrtnosti u 2015. s 2056 umrlih (48/100.000).

### Prehrana uvelike pomaže zdravlju naše probave

Najvažnije je ne pušiti niti biti izložen dimu cigareta jer je to potvrđeni kancerogen za rak debelog crijeva i rak brojnih drugih sijela. Treba što rjeđe jesti dimljeno crveno i prerađeno meso i proizvode te hranu pripremanu na roštilju, gdje se pri dimljenju stvaraju spojevi koji mogu utjecati na pojavu raka. Nesumnjivo je i pitanje kvalitete namirnica. Zdravom se prehranom smatra ona koja je raznovrsna, bogata žitaricama, voćem, povrćem, divljom ribom, peradi, janjetinom uz umjerene količine crvenog mesa priređenoga kuhanjem i pečenjem.

### Simptoma raka debelog crijeva u početku nema

U početku dugo nema nikakvih znakova bolesti. Kasnije može biti nelagoda u trbuhu ili povremeni bolovi, problemi s redovitim pražnjenjem crijeva (začep, opstipacija) ili se izmjenjuju proljevi i tvrda stolica. Ako je rak smješten u završnom dijelu crijeva, onda može biti smanjen promjer stolice ili se može pojaviti krv. Idealna dob za preventivne preglede Dob od koje se provode preventivni program otkrivanja raka i prezloćudnih tvorbi debelog crijeva je od 50. do navršene 74. godine. To je dob u kojoj je moguće otkriti najviše oboljelih, ali tad se otkriva i najviše ljudi s jednim ili više polipa. (Ana Vukašinić)

[24sata.hr](http://24sata.hr)

### VEZANI SADRŽAJI

{loadposition related}