



چقدر درباره سرطان مثانه می‌دانید؟

بیماری دهه هفتادی!



همیشه انواع و اقسام بیماری‌ها در یک قدمی ماقرار دارند و بسیاری از افراد چون بدن‌شان سالم است، تصور می‌کنند که دیگر بیماری‌های جدی به سراغ‌شان نمی‌آید. همین‌ها باور باعث انجام کارهایی می‌شود که زمینه‌ساز ابتلا به بیماری‌های مختلف است. برای مثال، افراد عواقب مصرف دخانیات را جدی نمی‌گیرند، غذاهای حاوی نگره‌دارنده مصرف می‌کنند، جایی برای ورزش در زندگی‌شان باز نمی‌کنند و خیلی چیزهای دیگر که بدن را مستعد ابتلا به بیماری می‌کند. سرطان مثانه، یکی از همین بیماری‌هاست که کمتر کسی به آن توجه دارد در حالی که یکی از سرطان‌های شایع به حساب می‌آید. **دکتر محمد علی همتیان**، متخصص ارولوژی، موارد بسیار مهمی را در رابطه با سرطان مثانه به شما می‌گوید.

سرطان مثانه چقدر شایع است؟

به‌طور کلی سرطان مثانه، دومین سرطان شایع دستگاه ادراری - تناسلی محسوب می‌شود. برخی آمارهای گذشته نشان می‌دهد که از نظر کل سرطان‌های بدن در ایران، سرطان مثانه سومین سرطان شایع در آقایان و سرطان نهم در خانم‌هاست. میزان شیوع این سرطان در سنین بالاتر بیشتر است اما این به آن معنا نیست که افراد در سنین پایین‌تر نمی‌توانند به سرطان مثانه دچار شوند. البته احتمال بروز آن در سنین پایین، کم است. به‌طور کلی، سرطان مثانه از ۷۰ سالگی به بعد افراد را تهدید می‌کند و میزان ابتلای آن در سیاه‌پوستان کمتر از سفیدپوستان، اما میزان مرگ و میر ناشی از آن در سیاه‌پوستان بیشتر است.

سیگار و سرطان

فاکتورهای زیادی می‌توانند در ابتلا به سرطان مثانه نقش داشته باشند، اما یکی از مهم‌ترین فاکتورهای ابتلا به سرطان مثانه، دخانیات به ویژه سیگار است به طوری که بررسی‌ها نشان می‌دهد سیگار حدود ۵۰ درصد در مردان و حدود ۳۱ درصد در زنان، عامل زمینه‌ساز ابتلا به این نوع سرطان است.

برخی مواد سمی سیگار در ادرار ترشح می‌شود. ابتلا به سرطان مثانه با دوز مصرف و مدت زمان مصرف رابطه مستقیم دارد به طوری که هر چه میزان مصرف و مدتی که فرد از سیگار استفاده کرده بیشتر باشد، شانس ابتلا به سرطان مثانه نیز افزایش می‌یابد. شاید خیلی از افراد تصور کنند که با ترک سیگار همه چیز حل می‌شود در حالی که افراد پس از ترک سیگار نیز باید تحت نظر پزشک متخصص ارولوژی باشند، چون احتمال بروز سرطان مثانه در چنین شرایطی از بین نمی‌رود.

برای مثال، اگر فردی یک سال سیگار بکشد و آن را ترک کند، ممکن است ۲۰ سال بعد به سرطان مثانه دچار شود. شاید برخی افراد تصور کنند که قلیان مشکلی برایشان ایجاد نمی‌کند در حالی که بین سیگار و قلیان تفاوت چندانی نیست و قلیان هم می‌تواند زمینه‌ساز ابتلا به سرطان مثانه باشد. حتی آن دسته از افرادی که سیگاری نیستند و در مجاورت دود سیگار قرار دارند، می‌توانند به سرطان مثانه مبتلا شوند. همچنین اعتیاد به مواد مخدر نیز یکی دیگر از موارد مهمی است که در ابتلا به سرطان مثانه نقش دارد.

پس از تشخیص چه باید کرد؟

اقداماتی که پس از تشخیص برای درمان صورت می‌گیرد، گسترده و از هر بیمار به بیمار دیگر متفاوت است و کاملاً به نوع تومور یعنی سطحی یا تهاجمی بودن آن بستگی دارد. احتمال عود پس از درمان می‌تواند وجود داشته باشد به همین دلیل بیماران باید حتماً تحت نظر پزشک متخصص ارولوژی باشند. معمولاً احتمال عود تومور در ۱۲ ماه اول پس از تشخیص شایع‌تر است و افراد نباید ارتباط خود را با پزشک قطع کنند.

یک نکته بسیار مهم

قرار گرفتن در معرض آلاینده‌های هوای می‌تواند شانس ابتلا به انواع سرطان به ویژه سرطان مثانه را بالا ببرد. به همین دلیل افراد باید تا جای ممکن از خوراکی‌ها و مواد غذایی حاوی آنتی‌اکسیدان استفاده کنند. بعد از استفاده از پاک‌کننده‌ها، ظروف باید به خوبی شسته شوند. علاوه بر این، تا جای ممکن باید از سبزی‌ها و میوه‌های ارگانیک استفاده کرد و در صورت مصرف میوه‌های غیر ارگانیک، آنها را به خوبی شست تا سموم روی پوست میوه تا حدودی پاک شود. مصرف نکردن غذاها و خوراکی‌های حاوی نگره‌دارنده در پیشگیری از سرطان نقش مهمی را ایفا می‌کند.

عوامل دیگر

یکی دیگر از عواملی که می‌تواند در ابتلا به سرطان مثانه نقش داشته باشد، شغل افراد است و آن دسته از افرادی که با مواد شیمیایی و صنعتی در کارخانه‌های مختلف رنگسازی، لاستیک‌سازی، پتروشیمی، معادن فلزات، زغال، سرب و... در ارتباط هستند، بیش از بقیه می‌توانند مستعد ابتلا به این نوع سرطان باشند. به‌طور کلی، قرار گرفتن در مجاورت سموم به صورت تنفسی یا پوستی، شانس ابتلا به سرطان مثانه را بالا می‌برد. آن دسته از افرادی که به سرطان رحم یا تخمدان مبتلا شده و تحت پرتو درمانی قرار داشته‌اند، دو تا چهار برابر بیشتر از سایر افراد مستعد ابتلا به سرطان مثانه هستند.

اختلالات ژنتیکی یکی دیگر از عواملی است که می‌تواند به سرطان مثانه منجر شود. مصرف بی‌رویه دارو، یکی دیگر از مواردی است که می‌تواند منجر به ابتلای سرطان مثانه شود به ویژه در شرایطی که فرد خود درمانی و از مسکن‌ها به مقدار زیاد مصرف کند. برای مثال، اگر فردی طی ده سال حدود پنج تا ۱۵ کیلوگرم مسکن استفاده کند، احتمال ابتلا به سرطان مثانه و سرطان لگنچه در او افزایش می‌یابد.

مراقب بدن‌تان باشید

پیشگیری و تشخیص زودهنگام مساله بسیار مهمی است که بسیاری از افراد توجه چندانی به آن ندارند. همه افراد باید در دهه ۷۰ زندگی خود مورد معاینه و بررسی قرار بگیرند تا در صورت ابتلا به سرطان مثانه، اقدامات درمانی لازم صورت بگیرد. با توجه به این که افراد سیگاری یا به طور کلی مصرف کنندگان دخانیات و مواد مخدر، بیش از سایر افراد در معرض ابتلا به سرطان مثانه قرار دارند، باید برای بررسی و معاینه از سن پایین‌تری به پزشک متخصص ارولوژی مراجعه کنند. این دسته از افراد باید تحت نظر باشند و بنا بر صلاح دید پزشک، معاینات دوره‌ای را برای تشخیص زودهنگام سرطان مثانه انجام بدهند.

از کجا بدانیم؟

بسیاری از افرادی که دارای تومور مثانه هستند، خونریزی بدون درد در ادرار دارند که این خون را گاهی خود افراد می‌بینند و گاهی هم به صورت خون مخفی در ادرار در آزمایشگاه دیده می‌شود. علائم ابتلا به سرطان مثانه می‌تواند تکرر ادرار، سوزش ادرار و احساس پری در مثانه باشد که این علائم در همه انواع سرطان مثانه دیده نمی‌شود. گاهی در موارد پیشرفته، درد استخوانی و درد در پهلوها به وجود می‌آید و در صورت بزرگ شدن تومور، زیر دست قابل لمس می‌شود. برای تشخیص قطعی ابتلا، کارهای زیادی از سوی پزشک متخصص ارولوژی برای بیمار انجام می‌شود که شامل معاینه بالینی، انواع آزمایش، سونوگرافی، سی‌تی‌اسکن و سیتوسکوپی (آندوسکوپی مثانه) است و انجام هر یک از این روش‌ها به نظر پزشک بستگی دارد.