

Kolonoskopija - pretraga koja spašava živu glavu

Sjedeći u autobusu iza dvije razgovorljive gospođe bila sam prinuđena slušati njihov razgovor. Starija je gospođa bila nedavno na kolonoskopiji i prepričavala mlađoj svoje utiske. Uvjerena sam da je samo 10% gospođine priče bilo istinito. Ostatak od 90 % spadalo je u njezinu slikovitu nadgradnju i dramtizaciju.

Ta me situacija potakla da pišem o kolonoskopiji. To je pretraga koja se radi kod sumnje na bolesti debeloga crijeva. Sam naziv dolazi od starogrčke riječi kolon što znači debelo crijevo i skopija što znači promatrati.

U Hrvatskoj svake godine imamo sve više zloćudnih tumora debeloga crijeva. Ta vrsta raka se češće javlja kod ljudi nakon 40. godine života. O toj bolesti se premalo zna. Razlog je prvenstveno u tome što bolesnik u početku nema nikakvih bolova, niti opaža išta sumnjivo.

Put hrane kroz tijelo

Naš zalogaj hrane najprije se, nakon žvakanja i gutanja, jednjakom spusti u želudac. Jednjak se cjevasti organ između ždrijela i želuca. Nalazi na sredini grudnoga koša, iza prsne kosti. Želudac je pak smješten u području „žličice“, tj. iznad struka, na sredini prednje strane trupa. U želucu se sažvakana hrana pomiješa sa želučanim sokovima, te prelazi u crijevo zvano dvanaesterac koje je dugačko oko 30 cm. Na njega se nadovezuje tanko crijevo, dugo 7 metara. Crijeva se nalaze u truhu, dakle ispod ošita. Na tanko crijevo nadovezuje se debelo crijevo koje je dugo oko 1,5 metar.

U želucu se hrana miješa sa želučanim sokovima. Jedan dio smjese upija stjenka želuca, Ostatak odlazi dalje u crijeva. Tanko i debelo crijevo imaju svoje resice kojima iz dolazeće smjese upijaju vodu, elektrolite i masne kiseline. Preostali sadržaj se u vidu stolice izbacuje u WC školjku.

Nasljedne i stečene bolesti debeloga crijeva

U crijevo dospijeva sve što pojedemo i popijemo. Katkad to mogu biti i štetne tvari koje uzrokuju rak. Nasljedne zadobijemo već u času začeca. Na takve je bolesti nemoguće utjecati. No na stečene bolesti donekle možemo utjecati.

Dobročudni tumori debeloga crijeva

Dobročudni tumori debeloga crijeva su polipi. To su okruglaste izrasline na unutarnjoj stijenci crijeva. One se često nalaze na peteljci. Mogu biti različite veličine, čak i tako velike da gotovo zatvore prolaz crijevnom sadržaju. Polipi se češće javljaju nakon 60. godine života. Ako postoje dulje od 7 godina mogu prijeći u rak. Mali polipi ne uzrokuju bol. Ako su veliki, mogu uzrokovati grčevite bolove u truhu. Neke vrste polipa mogu krvariti, pa se svježa crvena krv nalazi u stolici ili na toaletnom papiru.

Zloćudni tumori debeloga crijeva

Češći su kod ljudi koji jedu mnogo mesnate i masne hrane, a premalo povrća i voća. Neke vrste životinjskih masti iz hrane mogu uzrokovati takav rak.

Otkrivanje tumora – test na skriveno ili tzv. okultno krvarenje iz crijeva

Najvažniji znak za uzbunu je vidljivo ili skriveno krvarenje iz debeloga crijeva. Ako i dobroćudni polip krvari, treba ga odstraniti. Ljudi stariji od 60 godina dobivaju od svoga liječnika na kućnu adresu upute kako se može otkriti tzv. skriveno krvarenje iz debeloga crijeva.

Ako se ustanovi krvarenje potrebno je učiniti detaljni pregled debelog crijeva, a to je kolonoskopija.

Kolonoskop

To je aparat u obliku plastičnoga savitljivoga štapa, dužine 1,5 metara. Njime se može pretražiti cijela dužina debelog crijeva. Na vrhu aparat ima ugrađenu sićušnu žaruljicu kojom se može osvijetliti unutrašnjost crijeva. Na stražnjoj strani kolonoskopa su specijalna povećala kroz koja liječnik gleda unutrašnjost crijeva. Aparat je povezan sa kompjutorskim ekranom na kojem bolesnik i liječnik istodobno mogu promatrati uvećane slike unutrašnjosti debeloga crijeva.

Kolonoskopija

O kolonoskopiji kolaju neutemeljene priče da je to vrlo neugodna pretraga. Ako je bolesnik educiran o pretrazi, tj. ako je fizički i psihički dobro pripremljen, pretraga uopće nije bolna niti strašna. Dva dana prije pretrage bolesnik ne smije jesti krutu hranu i mora popiti dnevno do dvije litre čaja i bistre juhe. Zatim dobije dvije vrste sirupa za čišćenje crijeva (Duphalac i Moviprep). Dok pije sirupe treba mnogo šetati kako bi se crijeva aktivirala. Nakon uzimanja sirupa bolesnik ima u par sati i do 8 stolica. Zadnja stolica uoči pretrage treba biti poput čiste i biste vode. To je znak da su crijeva dobro isprana i spremna za pretragu.

Uoči kolonoskopije bolesnik dobije injekciju protiv bolova. U rijetkim slučajevima pretraga se može raditi i u općoj narkozi.

Bolesnik u početku pretrage leži na lijevom boku. Vršak kolonoskopa namaže se skliskom masti i nježno se uvede u bolesnikov čmar. Istodobno se kroz kolonoskop upuhuje zrak u crijevo. Na taj način zrak širi crijevo kako bi liječnik mogao kolonoskopom nježno napredovati kroz cijelu dužinu debeloga crijeva. Na kompjutorskom ekranu može se uočiti i snimiti i najsitnija sumnjiva promjena. Ukoliko postoji kakav polip, tijekom pretrage ga se odmah odstrani.

Psihološka priprema bolesnika

Neki se bolesnici žale da su za vrijeme pretrage trpjeli jake bolove. Radi se o tome da su oni prilikom pretrage bili u velikom strahu, imali su zgrčeno cijelo tijelo, osobito crijeva, te su rastezanje crijeva (zbog upuhanog zraka) doživljavali kao bol, a ne kao umjerenu nelagodu. Upravo zato liječnik bolesniku prije pretrage pomno objasni sve faze pretrage. Pretraga se u svakom trenutku može zaustaviti, a bolesnik se može namjestiti u ugodniji položaj. Medicinska sestra koja asistira liječniku može nježnom masažom trbuha pospješiti prolaz zraka kroz crijevo i time bolesniku smanjiti nelagodu. Bolesnik zatim sâm daje liječniku znak kada je dovoljno opušten i kada se pretraga može nastaviti.

Ako ste naručeni za kolonoskopiju, informirajte se o svemu tome isključivo kod liječnika u kojega imate povjerenje, a ne kod susjeda, rođaka ili preko Interneta.

Cijela pretraga i neizvjesnost oko dijagnoze traju samo desetak minuta.

Olakšanje pak nakon dobivenoga dobrog nalaza traje godinama.

Upute zdravima i bolesnima

Izbjegavajte svinjsko meso i općenito životinjske masti. Jediti puretinu, piletinu, ribu. Jediti što više tzv. prehrambenih vlakana kojih ima u voću, povrću (brokula, cvjetača, zelje, prokulice, lisnato povrće, salate), žitaricama, sjemenkama, orasima. Prehrambenih vlakana ima osobito u crnom kruhu, u kruhu s mekinjama (posijama), kukuruznom kruhu, zobenoj kaši, ječmu, smeđoj riži, suhim smokvama. Više puta tjedno pojedite po šaku badema, sušenih brusnica, žlicu mljevenih lanenih sjemenki ili psilium ljuskica. Svaki dan pojedite jedan jogurt i jednu jabuku. Umjesto bijelog brašna koristite integralno. Smanjite količinu šećera i soli. Koristite

maslinovo ulje. Smanjite količinu alkohola, crne kave i oštih začina. Svakodnevno popijte barem 1,5 litru vode, čajeva i bistre juhe.

Na taj način ćete imati redovitu i rahlu stolicu te odteretiti crijeva od neželjenoga sadržaja. Povremeno gledajte imate li na stolici ili na toaletnom papiru tragove crvene krvi.

Ako imate polip u debelom crijevu, strogo poštujujte liječničke upute. Ako budete naručeni i na kontrolnu kolonoskopiju, odazovite se. Ona vam može spasiti živu glavu.