

ជម្ងឺមហារីកចុងពោះវៀនធំ

តើជម្ងឺមហារីកចុងពោះវៀនធំគឺជាអ្វី? ជម្ងឺមហារីកចុងពោះវៀនធំគឺជាជម្ងឺដែលកើតឡើងនៅក្នុងពោះវៀនធំ ឬចុងពោះវៀនធំ។ តាមធម្មតា ជម្ងឺនេះចាប់ផ្តើមពីដុំសាច់ពកតូចៗដុះចេញពីសរីរាង្គមនុស្សដែលមិនមែនជាមហារីក ហើយមានរាងដូចផ្សិត ប៉ុន្តែអាចក្លាយទៅជាមហារីក បើសិនមិនកាត់ចេញ។

ធាតុពិតនៃជម្ងឺមហារីកចុងពោះវៀនធំ:

- ❖ ការរកឃើញជម្ងឺមហារីកចុងពោះវៀនធំបានកាន់តែឆាប់ យើងក៏រឹតតែមានឱកាសព្យាបាលបានជោគជ័យ។
- ❖ លោកអ្នកអាចមានសាច់ដុំពកតូចៗ ឬមហារីកនៅក្នុងពោះវៀនធំ ឬចុងពោះវៀនធំ ដោយគ្មានអាការណាមួយទេ។
- ❖ ស្ត្រីក៏អាចកើតជម្ងឺមហារីកចុងពោះវៀនធំដូចតែបុរសដែរ។
- ❖ មនុស្សម្នាក់ក្នុងចំណោមមនុស្ស ១៧នាក់ គ្រប់សាសន៍ នឹងកើតជម្ងឺមហារីកចុងពោះវៀនធំ។
- ❖ វាគឺជាជម្ងឺមហារីកមួយដែលច្រើនតែកើតមានឡើងចំពោះបុរសនិងស្ត្រីជនជាតិអាស៊ី។
- ❖ ចំនួនមនុស្សស្លាប់ដោយជម្ងឺមហារីកចុងពោះវៀនធំ មានច្រើនជាងចំនួនមនុស្សស្លាប់ដោយជម្ងឺមហារីកដោះមហារីកព្រស្តោត ឬជម្ងឺអេដស៊ី (AIDS)។
- ❖ ចំនួនពីរភាគបីនៃការស្លាប់ដោយសារជម្ងឺនេះ អាចបង្ការបានដោយការទៅធ្វើតេស្តឱ្យបានទៀងទាត់។
- ❖ មនុស្សមួយចំនួនដែលមានដុំសាច់ពកតូចៗ ឬមានជម្ងឺមហារីកចុងពោះវៀនធំមិនមានអាការណាមួយទេ! វិធីតែម្យ៉ាងគត់ដែលយើងអាចធ្វើបាន ដើម្បីឱ្យដឹងថាមានដុំសាច់ពកតូចៗ ឬជម្ងឺមហារីកចុងពោះវៀនធំ ឬមិនមាននោះ គឺត្រូវតែទៅធ្វើតេស្តសំរាប់រោគនេះ។

តើនរណាអ្នកគ្រោះដោយសារជម្ងឺនេះ?

- ❖ អ្នកទាំងអស់ដែលមានអាយុច្រើនជាង៥០ឆ្នាំ។
- ❖ អ្នកដែលមានប្រវត្តិផ្ទាល់ខ្លួន ឬប្រវត្តិគ្រួសារធ្លាប់កើតជម្ងឺមហារីកចុងពោះវៀនធំ ឬរោគរលាកពោះវៀន (IBD) ដូចជា: ជម្ងឺក្រុន ឬជំងឺហ្វែរតូស៊ីតូស៊ីស។

- ❖ អ្នកដែលមានប្រវត្តិគ្រួសារ ឬប្រវត្តិផ្ទាល់ខ្លួនធ្លាប់មានជុំសាច់ពកតូចៗនៅក្នុងពោះវៀនធំ។
- ❖ អ្នកដែលមិនសូវបានហាត់ប្រាណ និងទទួលបានអាហារដែលមានខ្លាញ់ច្រើន និងជាតិហ្វេតិច។

អាការរោគនិងរោគសញ្ញា:

- ក) ជម្ងឺមហារីកចុងពោះវៀនធំ មិនមានអាការរោគទេពេលកើតមានថ្មីៗ ហើយអាចដឹងបាន គឺដោយការទៅពិនិត្យធ្វើតែស្ត្រីតែម្យ៉ាងគត់។
- ខ) ជម្ងឺមហារីកចុងពោះវៀនធំដំណាក់ធ្ងន់ធ្ងរ :
 - ❖ ការផ្លាស់ប្តូរទម្ងាប់បន្ទាបបង់ដូចជា: រោគចុះរាគ ឬទល់លាមក មានឈាមនៅក្នុងលាមក ចេញឈាមតាមចុងពោះវៀនធំ លាមកតូចជាងធម្មតា។
 - ❖ ឈឺពោះដោយមានជាតិខ្យល់នៅក្នុងពោះញឹកញាប់ ស្រកទម្ងន់ដោយគ្មានហេតុផល ការអស់កម្លាំងឥតឈប់ឈរ ស្លេកស្លាំងមិនដឹងហេតុផល (មានឈាមក្រហមតិច)។
 - ❖ អាការរោគទាំងនេះ អាចបណ្តាលមកពីបញ្ហាផ្សេងៗ ប៉ុន្តែអ្នកត្រូវទៅជួបជាមួយគ្រូពេទ្យរបស់លោកអ្នក បើសិនជាមានអាការរោគណាមួយ។

តើលោកអ្នកអាចបង្ការជម្ងឺមហារីកចុងពោះវៀនធំដោយរបៀបណា?

- ❖ អ្នកដែលមានអាយុចាប់ពី៥០ឆ្នាំឡើងទៅ ត្រូវធ្វើតែស្ត្រីឲ្យបានទៀងទាត់
- ❖ ទទួលបានសាច់ក្រហមឲ្យបានតិចបំផុត និងទទួលបានបន្លែឲ្យបានច្រើន
- ❖ ធ្វើខ្លួនឲ្យសកម្មរៀងរាល់ថ្ងៃ យ៉ាងតិចណាស់ឲ្យបាន៣០នាទីក្នុងមួយថ្ងៃ និងរក្សាទម្ងន់ឲ្យបានល្អ។
- ❖ បន្ថយការទទួលបានសុរា។

ការណែនាំសំរាប់ការពិនិត្យធ្វើតែស្ត្រី:

- ❖ លោកអ្នកគ្រប់គ្នាដែលមានអាយុពី ៥០ឆ្នាំឡើងទៅ ត្រូវចាប់ផ្តើមឲ្យពេទ្យពិនិត្យ។ បើលោកអ្នកស្ថិតនៅក្នុងគ្រោះថ្នាក់ខ្លាំង ដោយសាររោគនេះ ការពិនិត្យត្រូវចាប់ផ្តើមធ្វើនៅពេលដែលមានអាយុ ៤០ឆ្នាំ។ ការពិនិត្យធ្វើតែស្ត្រីអាចមានដូចខាងក្រោមនេះ:

❖ សំរាប់អ្នកដែលស្ថិតនៅក្នុងគ្រោះថ្នាក់មធ្យមដោយសាររោគនេះ ហើយដែលមានអាយុពី ៥០ឆ្នាំឡើងទៅ ក្រសួងអេស៊ីអេស (ACS) ស្នើសុំឱ្យជ្រើសរើសវិធីមួយក្នុងចំណោមវិធីដូចខាងក្រោមនេះ :

១. ត្រូវធ្វើតែស្ត្រីពិនិត្យមើលឈាមនៅក្នុងលាមកប្រចាំឆ្នាំ និងឆ្លុះពិនិត្យមើលពោះវៀនធំ (sigmoidoscopy) រៀងរាល់៣ទៅ៥ឆ្នាំម្តង ឬ

២. ពិនិត្យរបៀបខ្លួនឈាមស្បូន (Colonoscopy) រៀងរាល់ ១០ឆ្នាំម្តង។

៣. ការលាងពោះវៀន ឱ្យបានស្អាត (Double contrast barium enema) ៥ទៅ១០ ឆ្នាំម្តង

❖ ការទទួលទានម្ហូបអាហារមានជាតិខ្លាញ់តិច និងមានជាតិហ្វែប៊ីរេច្រើន និងការហាត់ប្រាណ ជាកិច្ចអាចការពារបាន ប៉ុន្តែ នៅតែត្រូវធ្វើតាមការណែនាំនៃការពិនិត្យ ព្រោះយើងម្នាក់ៗសុទ្ធតែស្ថិតក្នុងភាពមានគ្រោះថ្នាក់ ជាពិសេស នៅពេលដែលយើងមានអាយុកាន់តែច្រើន។

សេចក្តីអត្ថាធិប្បាយអំពីការធ្វើតែស្ត្រី :

ការពិនិត្យមើលឈាមនៅក្នុងលាមក (Fecal Occult Blood Test): ធ្វើដើម្បីរកមើលឈាមនៅក្នុងលាមកដែលយើង ធម្មតាមិនអាចមើលឃើញ។ អ្នកដែលត្រូវធ្វើតែស្ត្រីបែបនេះ នឹងទទួលបានប្រដាប់ប្រដារសំរាប់ធ្វើតែស្ត្រី និងគំរូណែនាំ ដើម្បីទៅធ្វើនៅផ្ទះ។ នៅពេលធ្វើតាមការណែនាំហើយ ប្រដាប់ប្រដារនោះត្រូវផ្ញើទៅមន្ទីរពិសោធន៍។

ការឆ្លុះពិនិត្យមើលពោះវៀនធំ (Sigmoidoscopy): គ្រូពេទ្យនឹងប្រើបំពង់ដីស្តើងតូចមួយ សឹកចូលតាមចុងពោះវៀនធំ។ មានប្រដាប់ចតតូចមួយភ្ជាប់នៅចុងម្ខាងដែលនៅខាងក្រៅខ្លួនអ្នកជម្ងឺ សំរាប់ឱ្យគ្រូពេទ្យពិនិត្យឆ្លុះមើល ជុំសាច់ពកតូចៗ ឬជម្ងឺមហារីកនៅផ្នែកខាងក្នុងនិងផ្នែកចុងក្រោយបង្អស់របស់ចុងពោះវៀនធំ។

ការឆ្លុះពិនិត្យមើលពោះវៀនធំ (Colonoscopy): គ្រូពេទ្យនឹងប្រើបំពង់ដីវែងមួយដែលមានប្រដាប់ចតវិធីភ្ជាប់ជាមួយ ជង សឹកចូលតាមចុងពោះវៀនធំសំរាប់ពិនិត្យមើលជុំសាច់ពកតូចៗ ឬជម្ងឺមហារីកដែលអាចមាននៅក្នុងពោះវៀន ធំទាំងមូល។ បើមានជុំសាច់ពកតូចៗ គ្រូពេទ្យអាចប្រើប្រដាប់កាត់ដែលមានភ្ជាប់នឹងចុងបំពង់កាត់ចេញ ហើយ បញ្ជូនទៅមន្ទីរពិសោធន៍ ដើម្បីពិនិត្យមើលខ្លាចមានជម្ងឺមហារីក។

ការលាងពោះវៀនធំ (Double-Contrast Barium Enema): គ្រូពេទ្យនឹងបញ្ជូលវត្ថុរាវម្យ៉ាងទៅក្នុងពោះវៀនធំ ហើយ បន្ថែមខ្យល់ ដើម្បីពង្រីកវាឱ្យធំ។ បន្ទាប់មក គ្រូពេទ្យនឹងថតរូបពោះវៀនធំដោយប្រើកាំរស្មីអ៊ិក។

ការពិនិត្យចុងពោះវៀនធំដោយប្រើឌីជីថាល់ (Digital Rectal Examination): គ្រូពេទ្យសិក្រមាមដៃដែលពាក់ស្រោម កៅស៊ូចូលទៅតាមចុងពោះវៀនធំ ដើម្បីស្ទាបរកមើលសាច់ដុះដែលខុសពីប្រក្រតីនៅក្នុងចុងពោះវៀនធំ។ នៅពេលអ្នក ទៅជួបគ្រូពេទ្យតាមធម្មតា អ្នកអាចសុំឱ្យគ្រូពេទ្យធ្វើការពិនិត្យបែបនេះជូនបាន។

ឯកសារជំនួយ:

- 1) American Gastroenterological Association (<http://www.gastro.org/public/drda-colc.html>)
- 2) American Cancer Society – Colon and Rectum Cancer Resource Center (www.cancer.org)
- 3) National Cancer Institute’s Cancer Information Service (<http://cancer.net.nci.nih.gov>)
- 4) Harvard Center for Cancer Prevention (www.yourcancerrisk.harvard.edu)

ព័ត៌មានផ្សេងៗនៃជំងឺមហារីកចុងពោះវៀនធំ

- ❖ Cancer Information Service (800) 4-CANCER, ជាកម្មវិធីរបស់វិទ្យាស្ថានជាតិផ្នែកជម្ងឺមហារីក
- ❖ American Cancer Society (800) ACS-2345