

Kako poteka zdravljenje raka debelega črevesa in danke?

Zdravljenje je odvisno od stadija bolezni, lokacije tumorja in splošnega zdravstvenega stanja bolnika, pogosto pa se uporablja kombinacija različnih metod, prilagojenih posamezniku.

- **Kirurško zdravljenje:** Osnovno za zgodnje stadije, priporočljivo tudi pri napredovali bolezni, saj preprečuje zaporo črevesa. Odstranijo tumor z delom črevesa in pripadajočimi bezgavkami; zdrave dele zašijejo. Včasih je potrebna stoma, začasna ali stalna odprtina za izločanje blata, s katero se bolniki ob podpori strokovnjakov naučijo normalno živeti. Pri raku danke skušajo ohraniti analni kanal in živce za nadzor izločanja.
- **Sistemska terapija:** Zdravila, ki se dajejo v žilo ali se zaužijejo v obliki tablet in delujejo po celem telesu.
 - **Kemoterapija:** Zdravila uničujejo rakave celice, uporabljajo se pred ali po operaciji ter pri razsejanem raku, kot tablete ali v žilo v ciklih. Pogosti neželeni učinki so utrujenost, slabotnost, slabost, izpadanje las in večje tveganje za okužbe, ki jih je mogoče obvladovati z zdravili in podporo.
 - **Tarčna terapija:** Usmerjena na molekularne spremembe rakavih celic, manj vpliva na zdrave celice, uporablja se pri napredovali bolezni.
 - **Imunoterapija:** Učinkovita pri raku z določenim genetskim profilom; spodbuja imunski sistem k napadu rakavih celic.
- **Obsevanje (radioterapija):** Uporablja se predvsem pri raku danke za zmanjšanje tumorja pred operacijo ali paliativno. Zunanje obsevanje poteka v več zaporednih dnevih ali tednih, neželeni učinki pa so običajno začasni in obvladljivi.
- **Podpora med zdravljenjem:** Prehranska podpora, rehabilitacija in psihološka pomoč bolnikom olajšajo okrevanje in izboljšajo kakovost življenja.

Skupaj smo v tem!

Združenje EuropaColon Slovenija že več kot 18 let povezuje bolnike z raki prebavil, njihove bližnje in strokovnjake. Nudi podporo, informacije in povezovanje skozi različne programe:

- strokovno svetovanje: psihosocialno (klinični psiholog), prehransko (klinični dietetik) in zdravstveno (zdravniki specialisti),
- podporna skupina za mlade bolnike do 55 let,
- programi za svojce in bližnje,
- izobraževanja o celostnem zdravljenju in življenju z boleznijo,
- glasilo Koloskop in druge publikacije,
- svetovanje in pomoč prostovoljcev.

Rak debelega črevesa in danke

EUROPACOLON.SI



EuropaColon
Slovenija

**Združenje
EuropaColon Slovenija**
Einspielerjeva 6
1000 Ljubljana

W europacolon.si
E zdruzenje@europacolon.si
T 041 349 136

Pripravo in izdajo knjižice so omogočili



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Projekt sofinancira Ministrstvo za zdravje RS



FUNDACIJA ZA
FINANCIRANJE
ONKOLOŠKIH
ORGANIZACIJ
V REPUBLIKI
SLOVENIJI



DIGESTIVE CANCERS
EUROPE

IZDALO IN ZALOŽILO
Združenje EuropaColon
Slovenija,
2025 (1. izdaja)

BESEDILO
prof. dr. Janja Ocvirk, dr. med.
izr. prof. dr. Martina Reberšek, dr. med.
izr. prof. dr. Tanja Mesti, dr. med.
Onkološki inštitut Ljubljana

OBLIKOVANJE
Teja Ideja,
Špela Razpotnik

TISK
Tiskarna Atlantik d.o.o.

NAKLADA
3.000 izvodov

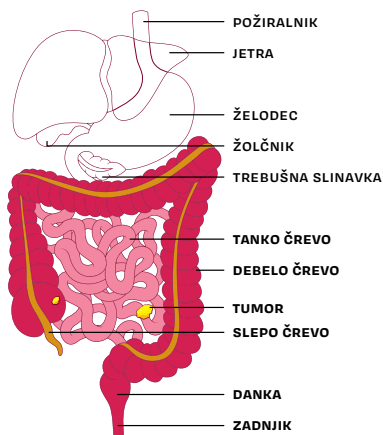


EuropaColon
Slovenija



Kaj je rak debelega črevesa in danke?

Rak debelega črevesa in danke je ena najpogostejših oblik raka v Sloveniji in po svetu. Pojavi se v spodnjem delu prebavnega sistema, v debelem črevesu in danki, kjer se oblikuje in izloča blato. Pogostejši je pri osebah, starejših od 50 let, vendar v zadnjih letih za njim zboleva vse več mlajših. Če ga odkrijemo zgodaj, so možnosti za uspešno zdravljenje in ozdravitev veliko večje.



Kako nastane rak debelega črevesa in danke?

Večina rakov se razvije iz polipov, drobnih izrastkov na črevesni sluznici, ki sprva ne povzročajo težav. Nekateri lahko povzročajo krvavitev ali zaporo črevesa, pogosto pa jih odkrijemo in odstranimo med kolonoskopijo, še preden se razvije rak.



Presejalni program Svít, ki deluje na nacionalni ravni v okviru Nacionalnega inštituta za javno zdravje, od leta 2009 omogoča zgodnje odkrivanje predrakavih sprememb in raka na debelem črevesu in danki. V program so vključeni moški in ženske med 50. in 74. letom starosti, ki vsaki dve leti opravijo test blata. Zato vse, ki prejmejo vabilo, spodbujamo, da se odzovejo in s tem naredijo pomemben korak za svoje zdravje.

Kaj povečuje tveganje?

Natančen vzrok raka debelega črevesa in danke ni znan, na njegov razvoj pa vplivajo številni dejavniki. Največje tveganje prinašajo **starost nad 50 let**, **nezdrav življenjski slog** z veliko predelane hrane, alkohola in kajenja ter premalo gibanja, **polipi v črevesu**, **kronične vnetne črevesne bolezni**, kot sta Crohnova bolezen in ulcerozni kolitis, ter **družinska obremenjenost** ali **dedne bolezni**, na primer Lynchov sindrom in družinska adenomatozna polipoza. Zgodnje odkrivanje in odstranitev polipov pomembno zmanjšata možnost, da bi se razvil rak.

Simptomi raka debelega črevesa in danke

Znaki bolezni so pogosto neznatni in se razvijajo počasi, zato jih bolniki, včasih pa tudi zdravniki, sprva ne prepoznajo kot resne. Bodite pozorni, če se pojavijo in trajajo več tednov:

- **spremembe v odvajanju blata** (driska, zaprtje ali občutek, da se črevo ni popolnoma izpraznilo),
- **blato, ožje kot običajno**,
- **kri v blatu** ali **krvavitev iz danke**,
- **napihjenost**, **trebušni krči**, **bolečine zaradi plinov** in **občutek polnosti**,
- **nepojasnjena izguba telesne teže**,
- **stalna utrujenost**, **slabost in pomanjkanje energije**,
- **slabokrvnost** brez jasnega vzroka (pogosto zaradi prikritih krvavitev v črevesju).

Če težave vztrajajo več tednov, se posvetujte z zdravnikom. Pravočasna diagnostika omogoča zgodnje odkrivanje bolezni in povečuje možnosti za uspešno zdravljenje ter boljšo kakovost življenja.

Kako se postavi diagnoza raka debelega črevesa in danke?

Bolezen se pogosto odkrije v okviru **presejalnega programa Svít**, kjer test blata pokaže prikrito krvavitev. Če je test pozitiven, bolnik prejme napotitev na kolonoskopijo. To je pregled, pri katerem zdravnik s kamero pregleda notranjost črevesa in po potrebi odvzame vzorce tkiva za biopsijo. Osebe z večjim tveganjem opravijo kolonoskopijo že prej, običajno po 40. letu starosti ali deset let pred najzgodnejšim primerom raka v družini.

Za dokončno diagnozo se uporabljajo tudi **laboratorijske preiskave**, kot sta krvna slika in določanje tumorskih označevalcev, ter **slikovne preiskave**, med njimi ultrazvok trebuha, CT, MRI ali PET-CT, s katerimi ugotavljajo razširjenost bolezni in morebitne zasevke.

Končno diagnozo in načrt zdravljenja potrdi **multidisciplinarni tim zdravnikov na konziliju**, kjer sodelujejo strokovnjaki radiologije, patologije, gastroenterologije, kirurgije, internistične onkologije in radioterapije.

Pomembna vprašanja, ki jih lahko zastavite zdravniku:

Bolnikom pomaga, če si vprašanja pripravijo vnaprej in na pregled vzamejo bližnjo osebo za dodatno podporo.

- Kaj pomeni pozitiven test blata?
- Katere nadaljnje preiskave mi svetujete?
- Kako poteka kolonoskopija in ali je boleča?
- Kaj bo pokazala biopsija?
- Kakšni so naslednji koraki, če se potrdi rak?
- Kako hitro bom izvedel/a rezultate?
- Ali lahko sodelujem pri odločanju o zdravljenju?
- Kam se lahko obrnem po dodatne informacije ali podporo?