السرطان  
  
مقــدمة:  
  
إن السرطان لا يحترم العمر والجنس، بل يصيب أي إنسان في أي وقت. وهو بلاء قديم يصيب الإنسانية منذ العام 1500 قبل الميلاد، ولم يحصل تقدم ملحوظ باتجاه كشف أسرار هذا المرض إلا في السنوات الخمس والعشرون الماضية. إن السرطان مدفون في غموض الحياة نفسها. ففي أسرار الخلية البشرية يكمن المفتاح الذي يعتقد العلم أنه سيحل لغز السرطان، واليوم الذي سيكتشف فيه هذا اللغز يقترب منا.  
  
الهدف هنا ليس التخويف بل هو التثقيف. ولخير الإنسان أن يسعى للاطمئنان من أن يترك نفسه وهو لا يدري أن هناك مرضا ما ينخر في جسده، وإذا كانت الوقاية خير من العلاج فإن الاكتشاف المبكر خير وسيلة للتخلص من هذا الداء العضال إذا لم يكن الابتعاد والوقاية ممكنين.  
  
وربما كانت إحدى أهم مصائبنا لا المرض بحد ذاته، بل الخوف من المرض أو معالجته بالخوف أو بالهروب من مجابهته إن كان ذلك يجدي. ففي البلدان الراقية لا يذهب الناس إلى الطبيب لأنهم مرضى، بل لأنهم أصحاء ولأنهم يريدون الحفاظ على صحتهم. فهم يؤمنون بالكشف الطبي الدوري على صحتهم لتلافي المرض في مراحله الأولى إذا وجد، حيث يكون العلاج، حينئذ، ميسورا وذلك قبل استفحاله. وهذه ينطبق بالأكثر على مرض السرطان حيث تكون نسبة الشفاء مرتفعة جدا إذا ما كشف عنه في مراحله الأولى كما يشدد الأطباء دائما.  
  
  
  
  
  
حارب السرطان بالفحص المبكر  
  
توجد بعض المؤشرات التي قد تنبئ بوجود السرطان ومنها:  
• بحة في الصوت   
• خراج لم يظهر عليه أي تحسن   
• نزيف غير اعتيادي   
• تغيير في انتظام دورة الأمعاء أو المثانة   
• عسر في الهضم مزمن أو صعوبة في البلع   
• أي ورم صلب في الصدر أو الرقبة أو في أي مكان آخر في الجسم   
• أي تبديل في حجم خراج أو ثؤلول   
• وأي فقدان غير متوقع في الوزن  
  
وقد لا تشير أي من هذه العلامات إلى السرطان. ومع ذلك فلا بد من الحيطة والفحص الدوري لتلافي الخطر في مهده.  
  
وتقول الإحصائيات العالمية أنه بعد أن يشفى شخص واحد فقط السابق من أربعة يشقى الآن واحد من ثلاثة أي بإنقاذ حياة 150,000 نسمة بدلا من 75,000 في بلد معتدل السكان والمساحة. ولكن السرطان الذي ينتشر من مكانه إلى أمكنة أخرى من الجسم يكون في الواقع خطرا على الحياة ومميتا، مهما كانت نظرتك إلى الموضوع.  
  
لنعد إلى التشديد على أهمية الفحص المبكر والذي هو البديل الوحيد نحو صحة سليمة موفورة، ولهذا فبعض شعارات منظمة السرطان العالمية هو (حارب السرطان بالفحص المبكر). واعلم دائما أن الوقاية خير من العلاج.  
  
تجنب الأمور المسببة للسرطان  
  
يأتي السرطان في المرتبة الثانية، بعد أمراض القلب، كسبب شائع للوفاة في الولايات المتحدة الأمريكية. ففي فترة من الفترات كان ضحايا السرطان من الأمريكيين يفوق في مجموعه عدد من قتل منهم في الحربين العالميتين الأولى والثانية والحرب الكورية والحرب الفيتنامية، كما أن عدد الذين يقتلون من جرائه في أمريكا وحدها يفوق عدد ضحايا حوادث السير بثمانية أضعاف.  
  
لكي نفهم المعنى الكامل للفظة سرطان، علينا أولا أن نفهم شيئا ما عن الأورام. فالتورم يتألف من خلايا خرجت على التوازن الطبيعي للجسم لتتكاثر بصورة منفصلة. هذه الأورام يصعب السيطرة عليها لأنها ناتجة عن خلايا غير طبيعية خرجت عن نظام التوازن في جسم المصاب بها وأصبحت لا تؤدي وظيفتها الأساسية.  
  
وهناك صنفان من الأورام:  
1. المعتدل أو الحميد   
2. المدمر أو الخبيث   
  
وتتألف الأورام المعتدلة أو الحميدة من خلايا تظل معزولة عن مجموعات الخلايا المحيطة بها وتنمو ضمن كبسولة محيطة بها. والورم الحميد يشبه مجموعة من الناس تعيش داخل أسوار مستديرة ومحاطة من جميع الجهات بمدينة كبيرة. وتدل كلمة حميد أو معتدل على كون هذا النوع من التورم غير مؤذي. ولكنه مادام يحتل فسحة من الجسم، فإنه قد يسبب متاعب جانبية عن طريق الضغط على مجموعات الأنسجة المحيطة به، أو ربما يقوم بإفراز مواد فعالة مثل الهرمونات. والتورم الدهني الذي يظهر تحت الجلد مباشرة على شكل فقاعة صغيرة هو من هذا النوع. الثؤلول أيضا يعتبر ورم حميد.  
  
  
أما الأورام الخبيثة فتتألف من خلايا تنمو بكثرة وباتساع وتغزو مجموعات الأنسجة المحيطة بها أو تنتشر عن طريق الدم (لا تبقى محصورة). وهذا النوع من الأورام يسمى السرطان. فإذ ينمو هذا الورم السرطاني فإنه ينشر تأثيره المدمر باتجاهات عديدة كأرجل الأخطبوط المتعددة المترامية. وعندما يغزو مجموعات الخلايا والأنسجة الأخرى، فإنه غالبا ما يقضي عليها ويدمرها إذ أنه يعرقل إمداد الدم إليها.  
  
هذا التدمير للأنسجة المجاورة قد يؤدي إلى النزيف والتقرح. ولعل أسوأ مظاهر التورمات الخبيثة (السرطان) هي تلك المجموعات الصغيرة من الخلايا السريعة التي تنفصل غالبا عن التورم الأصلي وتحمل إما بواسطة الدم أو بواسطة السائل الليمفاوي (سائل قلوي شفاف عديم اللون تقريبا يتألف من بلازما الدم وكريات دم بيضاء) إلى أجزاء أخرى من الجسم. هذه المجموعات من الخلايا المدمرة تتجمع في النهاية وتتكاثر وتتحد لتكون ورما ثانيا رئيسيا كالورم الأصلي. ويصف العلماء عملية الهجرة هذه بعملية الإنبثاقية metastasis. وقد يهدد هذا التورم الإنبثاقي (أي الذي انفصل عن التورم الأصلي) حياة المريض حتى أكثر من التورم الأساسي.  
  
ويميل التورم الخبيث الجديد إلى النمو لفترة قصيرة على شكل التورم الأصلي ومن ثم تتكرر العملية. إذ تبدأ مجموعات من خلاياه بالانفصال والابتعاد مع مجرى الدم لتكون ورما آخر منفصلا. ولذلك فإنه كلما عولج السرطان مبكرا، كلما زادت إمكانيات نجاح المعالجة. وعندما يزول التورم الخبيث تماما في مراحله الأولى قبل أن تبدأ عملية الانبثاق، تكون احتمالات إنقاذ حياة المريض جيدة نسبيا. أما إذا حدث الانبثاق وانفصلت بعض الخلايا عن الورم الأصلي لتكون أوراما أخرى، فإنه حتى لو أزيل الورم الأصلي، فإن الأورام الأخرى التي ستنشأ في أجزاء أخرى من الجسم تجعل موت المصاب شبه أكيد.  
  
  
  
وبما أن أي خلية في الجسم تقريبا معرضة للإصابة بالسرطان، فإن أي عضو من أعضاء الجسم معرض للإصابة بالسرطان. وكلمة سرطان تدل على وجود ورم خبيث وهي عامة ولا تدل على العضو المصاب. لذلك يتم تسمية الأورام تبعا للخلايا أو الأنسجة التي نشأت منها. وبناء على ذلك فقد تم تحديد عدد كبير من الأورام المختلفة. فالأورام الناتجة من طبقة الخلايا الظهارية التي تغطي الجسم وتبطن الأعضاء المجوفة بداخلة epithelia يطلق عليها إسم كارسينوما carcinoma. ميلانوما melanoma عبارة عن سرطان ناتج من خلايا الجلد التي تنتج الميلانين (الصبغ الأسود الموجود في الجلد والشعر)، وهذه الخلايا تسمى ميلانوسايتس melanocytes. أما ما يسمى بالساركوما sarcomas من الممكن أن تنتج من خلايا العظم أو الغضاريف، مثلا اوستيوساركوما osteosarcoma و كوندروساركوما chondrosarcoma.   
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
مسببات السرطان  
  
كان الاعتقاد السائد في الماضي أن السرطان هو نتيجة خطأ ورائي. أما الآن، وبعد الزيادة الكبيرة في المعرفة الطبية، فإننا نفهم المزيد عما يحدث في الخلايا عندما تتحول إلى خلايا سرطانية. فالواضح أن خطأ ما في آلية التحكم يجعل بعض الخلايا تخرج عن التقيد بقيود النمو الطبيعي في المناطق المتواجدة فيها من الجسم.  
  
والسؤال الآن هو هل هذه التغيير في آلية التحكم يورثه الأهل للأولاد نتيجة خطأ وراثي؟ أم أنه نتج عن شيء ما حدث أثناء حياة الفرد؟  
  
فإذا كان الخطأ منقولا من الأهل إلى الأولاد، فإننا في هذه الحالة نلوم الوراثة، أما إذا كان ناتجا عن تعطل آلية التحكم خلال حياة الفرد، فإننا نلقي اللوم على العوامل البيئية. وتشير التقديرات إلى أن 80% على الأقل من جميع حالات السرطان يلعب فيها العامل البيئي دورا ما. إذ يحدث هذا العامل التغييرات التي تسبب تحول الخلايا الطبيعية إلى سرطانية. وهذا الفهم للتأثير الهائل للعوامل البيئية هو تطور مشجع لأنه يشير إلى أن الاهتمام يجب أن يتركز على تحديد العوامل التي تعرض للإصابة بالسرطان كي يتم تجنبها.  
  
فبعض الأشخاص معرضون من الأساس أكثر من غيرهم لهذه العوامل البيئية المعاكسة. فقد يدخن شخصان العدد ذاته من السجائر يوميا، ويتنشقان الدخان بنفس الكيفية. ولكن قد يصيب أحدهما السرطان بعد عشرين سنة في حين قد لا يتعرض الآخر للإصابة بهذا الداء أبدا.  
  
أما العوامل التي تسهم في ظهور السرطان فهي معقدة. فبعض أنواع السرطان قد تنتج عن مجموعة عوامل بيئية تعمل معا مقوية ومساندة لبعضها البعض.  
  
  
العوامل المساعدة للإصابة بالسرطان  
  
نعني بالعوامل المساعدة، الظروف والحالات التي تزيد احتمالات ظهور السرطان. ويمكننا تصنيف هذه العوامل ضمن العناوين التالية:   
1. العوامل الفيزيائية   
2. العوامل الكيميائية   
3. العوامل البيولوجية   
4. الظروف الحياتية والصحية   
  
1. العوامل الفيزيائية  
إن التعرض المفرط لضوء الشمس هو من العوامل الهامة للتعرض بالإصابة بسرطان الجلد. كما أن التعرض للإشعاعات الأيونية من أنواع مختلفة يزيد إلى حد بعيد من خطر الإصابة بالسرطان. فوجود اللوكيميا leukemia (سرطان مجموعات خلايا الدم البيضاء) ازداد بشكل هائل بين الناجين من القنبلة الذرية وقد ظهر فيهم المرض في فترة السنوات الثلاث إلى الخمس التي تبعت تعرضهم للانفجار.  
  
ففي السنوات الأولى لتطوير تكنولوجيا أشعة أكس X ray لم يكن الفيزيائيون الذين يعملون في مجالها على معرفة جيدة بمخاطر هذه الأشعة. ولم يتوخوا نفس الحذر قي استعمالها كما يفعل علماء الأشعة اليوم. وكان أمثال هؤلاء الفيزيائيين معرضين للإصابة باللوكيميا بنسبة نبلغ 10 مرات نسبة الإصابة بين الفيزيائيين عامة.  
  
والتدخين لا سيما تدخين الغليون، هو عامل معترف به من عوامل الإصابة بسرطان اللثة واللسان وسطح الفم. كذلك فإن مجموعات الخلايا المعرضة للنهج المستمر في مختلف أنحاء الجسم مهددة أكثر من غيرها بالإصابة بالسرطان. وتشمل هذه العوامل التي تزيد من احتمالات الإصابة بالسرطان آثار الجروح الناتجة عن الإهتراء، والحصى الصفراوية التي تهيج نسيج المرارة وحصى الكلى والذي يؤثر على أنسجتها أيضا. كذلك فإن التهاب القولون المخاطي القرحي هو مهيج آخر، وإذ يجعل القولون أكثر عرضة للإصابة بالسرطان.   
  
2. العوامل الكيميائية  
يعرف عن الكثير من المواد الكيميائية الصناعية أنها تعرض للإصابة بالسرطان. فقطران الفحم ومستحضرات الكرييوسوت (سائل زيتي تستحضر بتقطير القطران) يستعملان في توليد سرطان الجلد عند الحيوانات في المختبرات، وبالتالي فإن لهما تأثير مماثل على العمال الصناعيين العاملين في مجالهما.   
  
أما المستحضرات الزرنيخية فهي أيضا تسبب سرطان الجلد حتى وإن أخذت عن طريق الفم، كذلك فأصباغ الأنالين قد تؤدي إلى الإصابة بسرطان المثانة في حالة إذا تعرض لها الشخص باستمرار (ويفترض في هذه الحالة أن المثانة هي العضو المعرض للإصابة لأن المواد المسببة للسرطان يتم التخلص منها عن طريق البول).  
  
وظهر مؤخرا اهتمام كبير بسبب الأدلة المتزايدة على استعمال هرمون الإستروجين الصناعي من قبل النساء المريضات يزيد من احتمال إصابتهن بسرطان المهبل وعنق الرحم. ومما أيد هذا الاهتمام ملاحظة كون البنات المراهقات اللواتي تلقت أمهاتهن الإستروجين الصناعي خلال أشهر الحمل الثلاثة الأولى معرضات أكثر من غيرهن للإصابة بسرطان المهبل وعنق الرحم. وهكذا يبدو أن هناك انتقال في التأثير من جيل إلى جيل.  
  
والأشخاص الذين يشربون المشروبات الكحولية يصابون بالسرطان أكثر من الذين لا يشربونها مع أنه من الصعب تحديد التأثير الدقيق للكحول لأسباب عديدة. أولها أن الأشخاص الذين يتناولونها غالبا ما يكونوا من مدخني السجائر. وهكذا، فإنه عندما يظهر السرطان، لا يعود باستطاعتنا الجزم قيما إذا كان بسبب الكحول أو السجائر. وتدخين السجائر مسؤول عن 90% على الأقل من حالات الإصابة بسرطان الرئة الذي يسبب عددا أكبر من الوفيات بين الرجال مما يسببه أي نوع آخر من أنواع السرطان.   
  
3. العوامل البيولوجية  
هناك احتمال كبير في إمكانية حدوث السرطان نتيجة فيروس ما أو مجموعة فيروسات. وقد أجريت أبحاث كثيرة على أمل توضيح العلاقة ما بين الفيروسات والسرطان البشري، وليس هنالك مع ذلك في الوقت الحاضر دليل علمي واضح على أن الفيروسات هي العوامل النشطة التي تسبب الأنواع العادية من السرطان الذي يصيب البشر.   
  
  
4. ظروف الحياة والصحة  
هناك ظروف معينة في أوقات معينة في الحياة من شأنها تبديل وإبعاد إمكانية تعرض شخص ما للإصابة بالسرطان:   
• العمر  
إن الأمر المثير للدهشة هو أن السرطان يأتي في المرتبة الثانية بعد الحوادث من حيث أسباب وفاة الأطفال. وبالنسبة للبالغين، تزداد إمكانية الإصابة بالسرطان سنة بعد سنة. والعديد من العوامل المعرضة للإصابة بالسرطان تتطلب وقنا كي تسبب تغييرات معينة خبيثة في الخلايا الطبيعية.   
  
  
  
• الجنس  
إن سرطان الرئة يسبب أكبر عدد من الوفيات بين الرجال، في حين يسبب سرطان الثدي أكبر عدد من الوفيات بين النساء   
• الزواج  
إن سرطان الثدي أكثر شيوعا بين النساء الغير متزوجات منه بين المتزوجات، وكذلك فإن العمر الذي تحمل فيه الأم إبنها الأول يؤثر على إمكانية تعرضها لسرطان الثدي. فالمرأة التي تلد طفلها الأول قبل سن 25 تكون نسبة تعرضها للإصابة بسرطان الثدي أقل بكثير من المرأة التي تلد طفلها الأول بعد سن 35  
  
أما بالنسبة للتعرض للإصابة بسرطان عنق الرحم فتأثير الزواج هو في الاتجاه المعاكس. فالنساء اللواتي يتزوجن في سن دون العشرين عاما معرضات للإصابة بسرطان عنق الرحم أكثر من النساء اللواتي يتزوجن في العشرينات من عمرهن أو اللواتي لا يتزوجن إطلاقا.   
  
عامل هام  
بالإضافة إلى العوامل المعرضة للإصابة بالسرطان التي ذكرناها أعلاه هناك ظرف آخر قد يغير اتجاه التيار بالنسبة لبدء ظهور السرطان. وهنا نشير إلى المقاومة الذاتية الطبيعية المتوفرة لدى الشخص. وهذا يشمل ما يسمى بجهاز المناعة، أي ذلك الشيء الذي يحافظ به الجسم على مناعته ضد المرض بأنواعه المختلفة. بما في ذلك السرطان. وهنا يكمن عنصر مهم، فالشخص الذي يبقي نفسه في حالة جيدة هو أقل عرضة للإصابة بالأمراض وربما شمل ذلك السرطان.  
  
  
  
  
فالتركيز ينبغي أن يكون حول كيفية تجنب السرطان، وذلك يتطلب من الشخص أن يتجنب العوامل المعرضة والمسببة للسرطان حتى لا يصاب به وأن يعيش باعتدال وفقا للقواعد الصحية للمحافظة على لياقة أجسامهم  
  
الوصايا العشر الخاصة بالسرطان   
  
  
1. لا تهمل إجراء فحص طبي كل سنة، ومرتين في السنة بعد سن الخامسة والثلاثين   
2. لا يحوز إهمال أي كتلة وبالأخص عند منطقة الصدر (للنساء)   
3. لا تهمل أي نزف أو إفراز غير عادي من أي فتحة في الجسم   
4. لا تهمل سؤ الهضم المستمر أو الصعوبة في ابتلاع الطعام   
5. لا تهمل التغييرات في عادات الأحشاء   
6. لا تهمل السعال المتواصل أو الخشونة في البلعوم   
7. لا تهمل فقدان الوزن الغير واضح السبب، أو فقر الدم   
8. لا تهمل التغييرات في لون أو حجم شامة أو ثؤلول   
9. لا تهمل أي تقرح لا يشفى في وقت قصير   
10. لا تهمل نصيحة الطبيب، بما في ذلك إجراء جراحة إذا أوصى بها