د. زاهیر سوران
پسپۆری نەخۆشییە درمەکان & پسپۆری پزیشکی گشتی و پزیشکی بەشی خۆپاراستن – ستۆکهۆڵم .
2007.09.09

# شێرپەنجەی گەدە
## Stomach Cancer

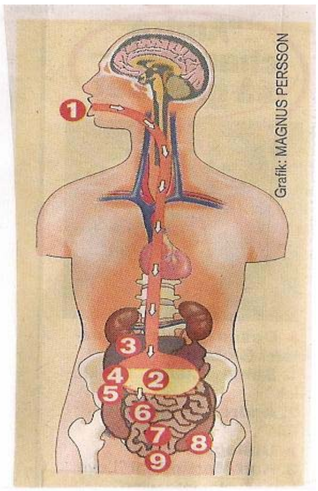
گەدە بەشێکی گرنگی کۆئەندامی هەرسی مرۆڤە . وەك مۆز چەماوەتەوە وەلیٚ گەورەترە . پاش دەم و سورێنچك گەدە دێت و پاشتریش ریخۆڵە باریکەو ئەوسا ئەستورەو کۆم کۆتای بەو کۆئەندامە دێنێت . لە کۆتایی سورێنچکدا کاتێك گەدە دەست پێدەکات (**دەمی سەرەوەی گەدە**) دەبێتە هۆی رێگر لە گەراندنەوە یان سەرکردنی ترشەڵرکی نێو گەدە بۆ ئەوەی نەبێتە هۆی زیان گەیاندن بە سورێنچك . لە کۆتایی گەدەدا (**دەمی خوارەوەی گەدە**) شێوەی ئەڵقەی ماسولکەیی ئەستوری هەیە کە لە وێوە ریخۆڵە باریکە (**ریخۆڵەی 12 گریٚ**) دەست پێدەکات . دیواری گەدە لە چەند چینێك پێکهاتووە کە بە هەموویان توندوتۆڵیەکی باشیان پێداوەو بەرگەی زۆربەی هۆ و هۆکارە زیانبەخشەکان دەگرێت . نێوپۆشی گەدە لە چەندان خانە گریٚ پێکهاتووە کە دەتوانن زۆربەی زۆری ئەو ماددانەی نێو گەدە بشکێنن یان بهاڕن . ژمارەیەك لە خانانە دەبنە هۆی دەرکردنی ئەسیدی گەدە (**ترشەڵۆکی گەدە**) کە دەبێتە هۆی تووشکردنی ناواخنی گەدە .هەندێك خانەی دی دەبنە هۆی ئەوەی لیکێك دروست بکەن کە نێوپۆشی گەدە دادەپۆشێت و هەبێتە هۆی رێگرێك لە ریٚی ئەسیدی گەدەدا بۆ ئەوەی نەتوانێت  نێوپۆشەکە بدرێت .
ئەوەی راستی بێت کەمی یان زۆری ئەسیدی گەدە دەبێتە هۆی رووشان و بڕینی سەر گەدە . هەرچەندە کاری سەرەکی گەدە بریتییە لە وەك خەباتەیەك ئەو خۆراکەی مرۆ دەیخوات لە گەلٚ ئەسیدیی گەدەدا تێکەڵیان دەکات و بە پێی توانا خۆراکە هاڕراوەکە شل دەکاتەوە بۆ ئەوەی بە ئاسانی بە ریخۆڵە باریکەدا بڕوات . شێوەی ئەڵقەیی رێخۆڵەش دەبێتە هۆی پەستان خستنە سەر خۆراکی نێو ریخۆڵە بۆ ئەوەی زێدەتر ورد بکرێت و پاشتر لە ریٚی مەمیلەکانەوە ئەوەی سوودبەخشە دەمژرێت پێش ئەوەی بکرێتە ریخۆڵە ئەستورەوە . ریخۆڵە ئەستورە ئاو دەمژێت و لێرەشەوە پاشماوەی خۆراکی لە شێوەی پیسایيدا لە رێگای کۆمەوە دەکرێتە دەرەوە . نزیکەی ماوەی 4 کاژێر پێویستە بۆ ئەوەی گەدە خۆراکی نێو گەدە بەتالٚ بکاتەوە .

### رێرۆی خۆراك لە کۆئەندامی هەرسی مرۆڤدا (1،2،3)

ئەو خۆراکەی کە مرۆ دەیخوات لە ماوەی رۆژ و شەوێکدا (24 کاژێر) بە لەشدا تێدەپەرێت ... ئەو پاروەی کە ناشتی (ژەمی بەیانی) دەخورێت رێرەوەکەی بەم شێوەیەی خوارەوەیە .

### 1– دەم (Mouth)

سەرەتا خۆراکەکە بە هۆی ددانەکانەوە دەجورێت تا دەبێتە پارچەی بچوکبچوك ، لیك و ئەنزیمەکان کاربۆهیدرات دەشکێنن ، کە قوت دەدرێت دەپەستێورێتە نێو گەروەوە کە درێژییەکەی (25–30) سینتیمەترە .




(سەرچاوەی ژمارە 2)

### 2- گەدە (Stomach)

خۆراکە گیراوەکە لە ڕێی دەرچەی سەرەوە دێتە نێو گەدەوە ، گەدە قەبارەکەی (1-1.5) لیتر دەبێت . خۆراکە گیراوەکە بە هۆی ئەسیدی نێو گەدەو ئەنزیمەوە زێدەتر لەتوپەت دەکرێت . ئەسیدەکە گشت ئەو بەکتریا زیانبەخشانەی لە گەڵ خۆراکدا هاتونەتە نێوەوە دەکوژێت . گەدە خۆراکەکە فیزیکانە تەواو دەشێلێت بە بێئەوەی هیچ مادەیەکی هەڵمژێت . لێرەدا هیچ پارچەیەکی خواردنەکە لە 2 ملم گەورەتر نین کە بە دەرچەی خوارەوەی گەدەدا ڕێرەوەکەی بەردەوام دەبێت .

### 3- جگەر (Liver)

بنکەی ژاراویکردنە ، لێرەدا گشت توخمە زیانبەخشەکان مامەڵە دەکرێن .

### 4- زراو (Gall bladder)

خوێیەکانی زراو چەورییەکان دەکەنە کەرتی گچکە کە بتوانرێت بە خوێندا وەگوێزرێت .

### 5- پەنکریاس (Pancreas)

پەنکریاس ئەنزیمی تێدایە کە کاربۆهیدرایت ، چەوری ، پرۆتینەکان قاشقاش دەکەن (لە باری درێژی) . لێرەدا ئینسولینیش دروست دەبێت .

### 6- دوانزەگرێ (Duoden)

درێژییەکەی (25-30) سم دەبێت . لێرەدا مەتریالە بەکەڵکەکانی خۆراك بە هۆی دیوارەکانی ڕیخۆڵەوە هەڵدەمژرێت . شەکری نێوخوێن بەرزدەبێتەوە.

### 7- ڕیخۆڵەباریکە (Small intestine)

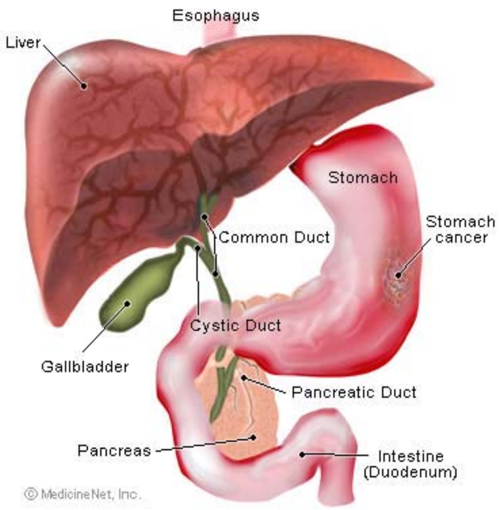
درێژیی ڕیخۆڵەباریکە ( 3-5) مەتر دەبێت ، ئەنزیمی تێدایە کە خواردنەکە قاشقاش دەکات بۆ گچکەترین پارچە تا بتوانرێت لە ڕێی موولولەکانی ڕیخۆڵەوە هەڵبمژرێت و بە هۆی وردە کەناڵەکانی ڕیخۆڵەوە بگوازرێتەوە بۆ خوێن .لێرەدا چەورییەکان بونەتە ئەسیدەچەورییەکان ، پرۆتین بۆتە ئەمینۆئەسید و کاربۆهیدراتیش شەکری گلوکۆز .
ڕیخۆڵە باریکە توانای هەڵمژینی (8-10) لیتر ئاو و شلەمەنی لە شەوڕۆژێکدا هەیە . هەروەها ڤیتامین و کانزاکانیش لێرەدا هەڵدەمژرێن .

### 8- ڕیخۆڵەئەستورە (Large intestine)

درێژییەکەی مەترێکە گشت ئاو و شلەمەنییەکان دەمژێت .

### 9- کۆم (Rectum)

درێژیەکەی نزیکەی (15) سم دەبێت ، پاشەڕۆکان لێرەدا عەمبار دەکرێن تا کاتی دەرهاویشتنی دێت .




(شێرپەنجەی گەدە ، ژ 5)

### هۆزانی

– هەرچەندە لە سالانی شەستەکاندا شێرپەنجەی گەدە زۆر بلاوبوو وەلیٚ ئەمرۆ ریژەکە لە کەمبوونەوەدایە هۆی ئەمەش دەگەرێتە بۆ گۆرانکانی لە خۆراك و خواردنەکاندا هاوکات ئەمرۆ مرۆ خۆراکی باشتر دەخوات وەك لە سالانی پێشوو .

– لەم سالانەی دووایيدا ئەنجامی توێژینەوەکان ئاماژەی پێدەکەن کە بەکتریای هێلیکۆباکتێر پایلۆریك مەترسی تووشبوون بە شێرپەنجەی گەدە زێد دەکات .

– ئەو کەسانەی تووشی کەمخوێنی بە هۆی کەمی ڤیتامین 12 ەوە دەبن مەترسی تووشبونیان بە شێرپەنجەکە زێددەکات .

– بۆماوە ، لە خێزانی ناپلیۆندا چەند ئەندامی خێزانەکەی ئەم جۆرە شێرپەنجەیەیان تووشبووە .

– توێژینەوەیەکی چەند توێژیارێکی سوێدی دەبێژن کە نزمی ڤیتامین A لە لەشدا دەبێتە هۆی ناهاوسەنگی نێوپۆشی گەدە و زێدەتر ماندووبوونی ، لەبەر ئەم هۆیەیە کە واباشتر مرۆ زێدەتر سەوزەوات بخوات کە ڤیتامینی ناوبراوی تێدایە بۆ ئەوەی تووشی ئەم جۆرە شێرپەندەیە نەبێت .

– چەندان هۆی دی نەناسراو .

### هۆکارەکان

– جگەرە کێشان .

– مەیخواردنەوە .

– نائارامی دەروونی .

– دەرمان .

– ماددەی کیمیایی .

### نیشانەکان

ئەوەی شایانی باشە شێرپەنجەی گەدە لەسەرخۆ نیشانەکانی دەردەکەون و زۆر بە دەگمەن نیشانەی توندی لیٚ دەردەکەوێت . لەبەر ئەوەیە کە زۆر بە نارەحەتی دەدۆزرێتەوە . ئازاری ئاستی گەدە ، نیشانەکانی برینی سەرگەدە نیشانە سەرەتاییەکانی نەخۆشییەکە یە کە وا لە مرۆ دەکات سەردانی پزیشك بکات . نزمبوونەوەی کێشی لەش نیشانەیەکی دییە کە مرۆ هانا بۆ لای پزیشك دەبات . ژانەسکی پاش نانخوارن یان ژەمەکان نیشانەیەکی دییە کە زۆر جاران دەبینرێت .گەر شێرپەنجەکە لە بەشی سەرەوە یان خوارەوەی گەدەدا بێت ئەوا پێش وەخت مرۆ هەستی پیٚ دەکات لەبەر ئەوەی لەوانەیە ببێتە رێگری رۆیشتنی خۆراك . لەم بارەدا مرۆ خۆراکی بە نارەحەتی بۆ قووت دەچێت یان لەوانە برشێتەوە .

گەر شێرپەنجەکە برین دروست بکات لەوانە ئەوسا ژانسك یان خوێنبەربوون دەربکەوێت . گەر خوێنبەربوونەکە زۆر بێت ئەوا لەوانەیە مرۆ رشانەوەی خوێناوی یان پیسایی خوێناوی بێت ، ئەمەش دەبێتە هۆی کەمخوێنی مرۆ .
گەر نەخۆشییەکە بگاتە قۆناخێکی پێشکەوتووەوە ئەوا نزمبوونەوەی کێش لەش ، هێڵنج و رشانەوە ، هەندێك جار ئاوسانی سك  یان لەوانە هەست بە شێرپەنجەکە بکرێت .

**جۆرەکانی**

ئەوەی راستی بێت شێرپەنجەکە جۆری باش و خراپی هەیە .

**خراپەکان** بریتین لە:  **لیمفۆمە و کارسینۆید** . ئەم جۆرانە دەگمەن و زۆر دڕ نین و بە ئاسانی چارەسەر دەکرێن .

**باشەکان** بریتین لە : **پۆلیپ و ئەدێنۆم** ی گەدە .

**دەستنیشانکردن**

گەدە بین باشترین ئامێرە کە دەتوانێت دەستنیشانی شێرپەنجەی گەدە بکات  و بەئاسانیش دەتوانرێت نمونەیەکی گچکەی نێوپۆشی گەدە وەربگیرێت بۆ تاقیگا و لێکۆڵینەوە
ئامێری تۆمۆگراقی کۆمپیوتەری وەك دەستنیشانکەری پێش نەشتەرگەری رۆڵی خۆی هەیە و گرنگە .

**چارەسەرکردن**

– نەشتەرگەری . باشترین رێگاچارەیە بۆ ئەم جۆرە شێرپەنجەیە .

= چارەسەرکردن بە تیشك . ئەم مێتۆدە شێرپەنجەکە چاك ناکاتەوە وەلێ تاڕادەیەك نیشانەکانی دادەمرکێنێتەوە .

– چارەسەرکردن بە دەرمان .

**پاش نەشتەرگەری پێویستە مرۆ :**

– لەسەرخۆ خۆراك بجورێت یان ژەمەکان بخوات .

– کەمخۆرو زووزوو خۆربێت .

– لە کاتی خۆراکخواردندا ئاو زۆر نەخواتەوە وەلێ لە نێوان ژەمەکاندا ئاوبخواتەوە .

– هەوڵبدات شەربەتی شیرین و ساردی نەخوات یان کەم بیان خواتەوە .

– بە پێی توانا رێژەی چەوری نێو خۆراك کەم بکاتەوە .

**سەرچاوەکان**

1– سەرداری سدیق ئەمین ، تەندروستی 1، تەندروست نێت .

2– فواد تایەر سادق ، هۆشیاری . چاپخانەی ئەلئرەشاد– بەغداد . 1987 .

1. www. NetDoctor.se
2. Aftonbladet. Stockholm. 2003. 15 mars.
3. Familjeläkarboken.forum.1987.20.
4. www.cancerfonden.se © 20061111.
5.www.medicinNet.Inc