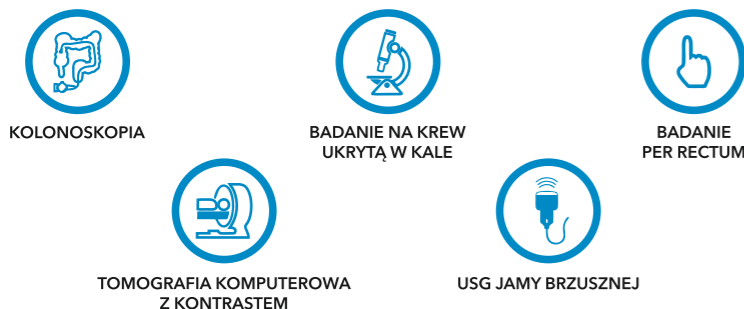


## BADANIA, KTÓRE POMAGAJĄ WYKRYĆ RAKA JELITA GRUBEGO



**„SZANUJ ZDROWIE! PROGRAM PROFILAKTYKI RAKA JELITA GRUBEGO  
DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU LIMANOWSKIEGO I SUSKIEGO”**

### NA CZYM POLEGA KOLONOSKOPIA

Kolonoskopia to badanie w trakcie którego ogląda się jelito grubego od środka. Badanie wykonuje się miękką, giętą rurką grubości małego palca (kolonoskop), którą lekarz wprowadza przez odbyt do oczyszczonego jelita grubego i przesuwa do ujścia jelita cienkiego. Wprowadzanie aparatu jest niebolesne dla większości osób, choć u niektórych może powodować wzdęcie, uczucie parcia i ucisku w brzuchu.

Jeśli w trakcie badania zostaną stwierdzone polipy, zostaną one usunięte za pomocą pętli wprowadzonej do jelita przez kolonoskop. Usunięcie polipów jest niebolesne i bezpośrednio po jego przeprowadzeniu można wrócić do domu lub pracy.

Jeśli usunięcie polipów nie będzie mogło być przeprowadzone w ramach jednego badania, lecz będzie konieczne z medycznego punktu widzenia, to zaproponujemy ich usunięcie w innym, dogodnym terminie.

**Kolonoskopia trwa zwykle 15-30 minut, a całość procedury  
wraz z obserwacją po badaniu to około 1,5 - 2 godzin.**

### SKORZYSTAJ Z BEZPŁATNEGO BADANIA, JEŚLI:

- masz 50-65 lat i nie miałeś kolonoskopii w ciągu ostatnich 10 lat
- masz od 40 do 49 lat i masz krewnego pierwszego stopnia, u którego wykryto raka jelita grubego
- masz 25-49 lat i w twojej rodzinie wystąpił dziedziczny rak jelita grubego niezwiązany z polipowatością (HNPCC).

W ostatnim przypadku należy potwierdzić ten fakt w poradni genetycznej. W takiej sytuacji trzeba powtarzać kolonoskopię co 2-3 lata, chyba, że badanie genetyczne wykaże, że nie ma mutacji genetycznych (oznacza to zwolnienie z kontrolnych kolonoskopii).

**Codziennie 28 osób umiera w Polsce na raka jelita grubego. Zbadaj się!** Dzięki badaniom przesiewowym mamy szansę zmniejszyć ryzyko śmierci z powodu raka jelita grubego o 60-90 proc. Badanie wykrywa polipy u ponad 25 proc. badanych, a ich usunięcie znacznie ogranicza ryzyko choroby. **Bezobjawowy rak wykrywany jest u 1 na 125 badanych.**

### JAK PRZYSTĄPIĆ DO PROGRAMU BEZPŁATNEJ KOLONOSKOPII?

1. Zarejestruj się telefonicznie :  
**18 265 74 88** lub w dowolnej placówce ALLMEDICA,
2. pobierz, wydrukuj i uzupełnij dokumenty ([www.allmedica.pl/rak-jelita](http://www.allmedica.pl/rak-jelita)),
3. lub uzupełnij dokumenty przed badaniem (UWAGA! W tym przypadku godzinę przed planowanym terminem badania).

**Bezpłatne badania wykonywane są  
w Poradni Endoskopowej ALLMEDICA  
ul. Orkana 10 | Mszana Dolna**



**WYGRAJ Z RAKIEM!**  
walkowerem...

**ZBADAJ SIĘ! - WCZESNA DIAGNOZA TO MOŻLIWOŚĆ  
DŁUŻSZEGO I KOMFORTOWEGO ŻYCIA W DOBRYM ZDROWIU**

**PROGRAM PROFILAKTYKI RAKA JELITA GRUBEGO**

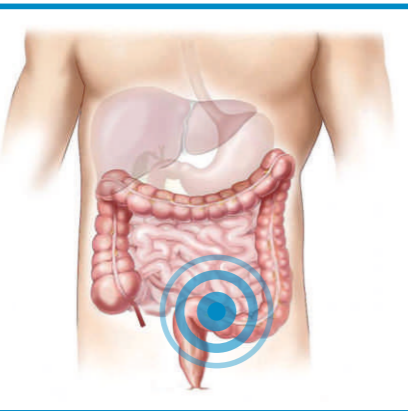


## RAK JELITA GRUBEGO

To nowotwór złośliwy rozwijający się w okrężnicy, wyrostku robaczkowym lub w odbytnicy.

### JELITO GRUBE

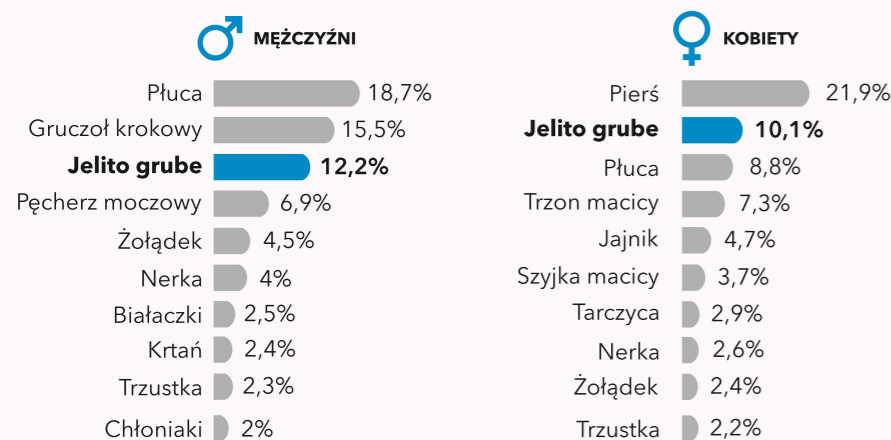
Jelito grube to końcowy odcinek łączący jelito cienkie z odbytem. Odbywa się w nim końcowy proces formowania kału. W jelicie grubym zachodzi końcowy etap wchłaniania wody, elektrolitów i soli mineralnych z resztek pokarmowych.



**Rak jelita grubego uważany jest za jeden z bardziej podstępnych nowotworów, ponieważ rozwija się bardzo często zupełnie bezobjawowo.** Zanim rak jelita ostro zaatakuje może upłynąć nawet dziesięć lat. Dlatego tak ważne jest, by wykonywać badania kontrolne, pozwalają one bowiem wykryć nowotwór we wczesnym stadium, gdy są bardzo duże szanse na jego wyleczenie.

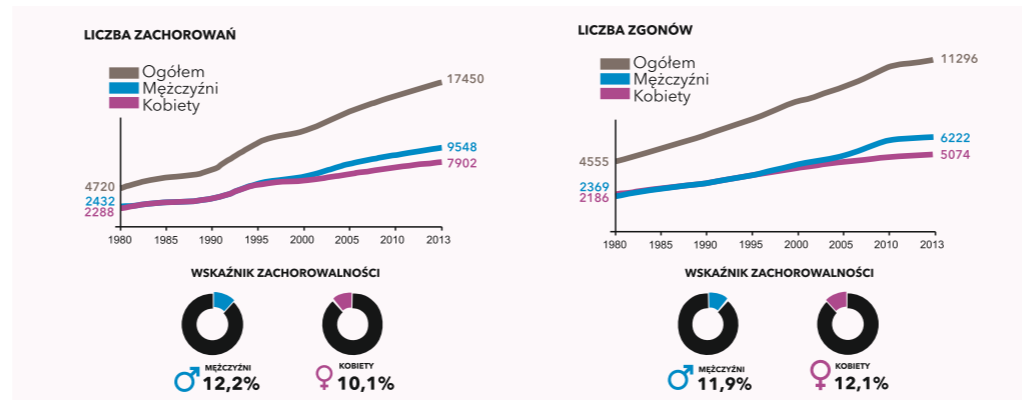
### ZACHOROWALNOŚĆ NA NOWOTWORY ZŁOŚLIWE JELITA GRUBEGO

na tle innych nowotworów (według płci)



## RAK JELITA GRUBEGO STATYSTYKI

dane z Krajowego Rejestru Nowotworów (dane dot. Polski)



### NIEPOKOJĄCE OBJAWY

Wielu pacjentów z rozpoznaniem raka jelita grubego nie zauważa żadnych objawów choroby. Jednym z częstszych symptomów jest **obecność krwi w/na stolcu** i objawy związanej z tym niedokrwistości z niedoboru żelaza (łatwe męczenie się, osłabienie). U około 76% chorych krwawienie ma charakter utajony, co wiąże się z użytecznością badania krwi utajonej w kale jako testu przesiewowego.

### POZOSTAŁE OBJAWY

- nudności,
- wyczuwalny guz w jamie brzusznej,
- silny ból brzucha, z zatrzymaniem gazów i stolca, świadczący o niedrożności przewodu pokarmowego,
- silne skurcze brzucha,
- uporczywe biegunki,
- uczucie niepełnego wypróżnienia,
- zmiana charakteru wypróżnień, z zaparciami na biegunki lub odwrotnie,
- ołówkowate stolce,
- powtarzające się krwawienie z odbytnicy,
- parcie na stolec, niemożność jego oddania,
- utrata masy ciała, osłabienie i brak apetytu - objawy występujące w zaawansowanym stadium choroby.



## CZYNNIKI ZWIĘKSZAJĄCE RYZYKO ZACHOROWANIA

- dziedziczenie (ryzyko jest znacznie większe u osób, u których w rodzinie występował nowotwór jelita grubego)
- wiek
- obecność w jelicie grubym gruczolaków
- zapalenie jelita grubego (wrzodziejące)
- choroba Leśniowskiego-Crohna
- palenie papierosów
- spożywanie dużej ilości mięsa i tłuszczów, a zbyt małej błonnika
- otyłość
- leczenie z powodu raka jelita grubego w przeszłości.



W profilaktyce raka jelita grubego istnieją czynniki, które wprowadzone w życie zmniejszają ryzyko choroby (**ale nie eliminują go całkowicie!**).

### Wśród praktycznych rad wymienia się:

- regularne uprawianie jakiegokolwiek rodzaju aktywności fizycznej (np. spacer, basen),
- spożywanie mniejszej ilości kalorii,
- ograniczenie alkoholu,
- ograniczenie w diecie tłuszczów zwierzęcych,
- wprowadzenie do diety większej ilości świeżych warzyw oraz owoców.