

Скрининг колоректального рака

## МОЖЕТ СПАСТИ ЖИЗНЬ

Обсудите со своим врачом возможные варианты проведения скрининга, а также возраст, с которого его следует проходить

### ФАКТОРЫ РИСКА

#### ВОЗРАСТ

Начиная с 45 лет рекомендуется проходить скрининг на выявление колоректального рака. В возрасте до 45 лет следует изучать его признаки и симптомы и обратиться к врачу в случае беспокойства.

#### ПОЛ

Риск развития колоректального рака существует как у мужчин, так и у женщин, при этом мужчины подвержены более высокому риску его возникновения.

#### СЕМЕЙНЫЙ АНАМНЕЗ

Тем, у кого в семейном анамнезе присутствует колоректальный рак, следует начинать скрининговые обследования еще до 45 лет. Проконсультируйтесь со своим врачом.

#### ЭТНИЧЕСКАЯ ПРИНАДЛЕЖНОСТЬ

Среди представителей различных расовых групп в США наиболее высокий уровень заболеваемости колоректальным раком отмечается у афроамериканцев.

Чтобы узнать о возможности своего страхового покрытия в отношении колоректального скрининга, обратитесь в свою медицинскую страховую компанию.

### ФАКТЫ

3

В США колоректальный рак стоит на 3-ем месте по смертности от рака среди мужчин и женщин.

80%

80% новых случаев колоректального рака диагностируется у людей, не имеющих данного заболевания в семейном анамнезе.

<50

Колоректальный рак может развиваться у любого человека в любом возрасте. Все чаще это заболевание встречается у людей в возрасте до 50 лет.

1,5млн

В настоящее время в США насчитывается более 1,5 миллиона человек, перенесших колоректальный рак. Показатели выживаемости значительно повышаются при проведении ранней диагностики.

### ВАРИАНТЫ СКРИНИНГА

Два основных вида скрининговых обследований проводится в Провиденсе:

#### КОЛОНОСКОПИЯ

- Скрининговое обследование и диагностика
- Профилактика рака кишечника путем удаления полипов
- Проходите каждые 10 лет при условии нормальных результатов скрининга
- Требуется подготовка

#### ИММУНОХИМИЧЕСКИЙ ТЕСТ НА СКРЫТУЮ КРОВЬ В КАЛЕ (FIT)

- Только скрининг
- Анализ кала. В случае положительного результата необходимо пройти колоноскопию
- Проходите ежегодно
- До прохождения обследования соблюдать какую-либо диету не требуется

### УМЕНЬШИТЕ РИСК

- ПРОХОДИТЕ СКРИНИНГОВЫЕ ОБСЛЕДОВАНИЯ
- НЕ КУРИТЕ
- ЕЖЕДНЕВНО ВЫПОЛНЯЙТЕ ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ В ТЕЧЕНИЕ 30 МИНУТ
- ОГРАНИЧЬТЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ
- ЕШЬТЕ ФРУКТЫ, ОВОЩИ И ЦЕЛЬНОЗЕРНОВЫЕ ПРОДУКТЫ
- СЛЕДИТЕ ЗА СВОИМ ВЕСОМ

Более подробную информацию о риске развития, профилактике и скрининге колоректального рака см. на веб-сайте: [providenceoregon.org/colorectalcancerscreening](http://providenceoregon.org/colorectalcancerscreening) 503-215-6014