

# Čo by ste mali vedieť o skríningu rakoviny hrubého čreva

## Čo je rakovina hrubého čreva?

Rakovina hrubého čreva je rakovina hrubého čreva (dolnej časti tráviacej sústavy) alebo konečníka (posledných 6 centimetrov hrubého čreva). Je tiež známa ako kolorektálny karcinóm alebo karcinóm hrubého čreva. Je to jedna z najčastejších rakovín, na ktorú ľudia v Ontáriu zomierajú. Ak sa však rakovina hrubého čreva zachytí včas, 9 z 10 ľudí s týmto ochorením sa môže vyliečiť.

Rakovina hrubého čreva začína abnormálnymi výrastkami na sliznici hrubého čreva alebo konečníka, ktoré sa nazývajú polypy.

Nie všetky polypy sa zmenia na rakovinu, ale niektoré polypy sa môžu časom zmeniť na rakovinu.

## Čo je skríning rakoviny?

Skríning rakoviny (vyšetrenie na rakovinu) je testovanie ľudí, ktorí sú ohrození rakovinou, ale nemajú žiadne príznaky a vo všeobecnosti sa cítia dobre.

ColonCancerCheck je skríningový program v Ontáriu, ktorý nabáda ľudí s rizikom rakoviny hrubého čreva, aby sa pravidelne podrobili skríningu na toto ochorenie.

## Kto by sa mal dať vyšetriť na rakovinu hrubého čreva?

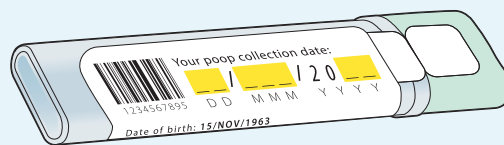
ColonCancerCheck vyšetruje 2 skupiny oprávnených osôb: osoby s priemerným rizikom vzniku rakoviny hrubého čreva a osoby so zvýšeným rizikom vzniku rakoviny hrubého čreva.

**Priemerné riziko:** Ľudia vo veku 50 až 74 rokov, ktorí nemali rodičov, bratov, sestry alebo deti (príbuzní prvého stupňa) s rakovinou hrubého čreva.

Ak máte priemerné riziko, mali by ste sa dať vyšetriť **fekálnym imunochemickým testom (FIT)** každé dva roky počnúc 50. rokom života.

**Zvýšené riziko:** Osoby, ktoré mali 1 alebo viac rodičov, bratov, sestier alebo detí (príbuzní prvého stupňa) s rakovinou hrubého čreva.

Ak máte zvýšené riziko, mali by ste sa dať vyšetriť kolonoskopiou od veku 50 rokov alebo o 10 rokov skôr, ako bol váš príbuzný prvého stupňa diagnostikovaný s rakovinou hrubého čreva, podľa toho, čo nastane skôr. To, ako často sa necháte vyšetriť, závisí od veku, v ktorom bol diagnostikovaný váš príbuzný prvého stupňa.



Fekálny imunochemický test (FIT)  
je test založený na stolici

## Ako získam FIT?

Poradte sa so svojím rodinným lekárom alebo zdravotnou sestrou a zistíte, či je FIT pre vás vhodný.

Ak nemáte rodinného lekára alebo zdravotnú sestru, môžete získať FIT telefonicky cez Telehealth Ontario na čísle 1-866-828-9213.

Ak žijete v komunite prvého národa (First Nation community), ďalšie informácie vám poskytne zdravotné stredisko alebo ošetrovateľská stanica.

**O vyšetrení sa poradte so svojím rodinným lekárom alebo zdravotnou sestrou.**



**Ontario Health**  
Cancer Care Ontario

# Ak sa rakovina hrubého čreva zachytí včas, 9 z 10 ľudí sa môže vyliečiť.

## Ako sa môžem dať vyšetriť na rakovinu hrubého čreva?

### Fekálny imunochemický test (FIT)

FIT kontroluje vašu stolicu (výkaly) na prítomnosť malých množstiev krvi, ktoré by mohli byť spôsobené rakovinou hrubého čreva alebo niektorými typmi polypov.

- FIT je bezpečný a bezbolestný
- Dá sa to urobiť doma a zaberie to len pár minút
- Stačí odobrať 1 vzorku stolice
- Môžete jesť a užívať lieky ako zvyčajne
- FIT je pre oprávnené osoby bezplatný v rámci programu ColonCancerCheck
- FIT je možné zaslať poštou na vami zvolenú adresu

Abnormálny výsledok FIT znamená, že v stolici je krv. Krv v stolici nemusí vždy znamenať, že máte rakovinu. Aby ste to zistili, musíte podstúpiť kolonoskopiu.

### Kolonoskopia

Kolonoskopia je vyšetrenie vykonávané v nemocnici alebo na klinike, ktoré lekárovi umožňuje prezrieť sliznicu celého hrubého čreva a skontrolovať, či nie sú problémy. Počas vyšetrenia lekár prechádza cez hrubé črevo a konečník dlhou ohybnou trubicou s malou kamerou na konci.

Kolonoskopia je určená ľuďom s abnormálnym výsledkom FIT alebo ľuďom, ktorí majú zvýšené riziko ochorenia na rakovinu hrubého čreva, pretože mali jedného alebo viacerých rodičov, bratov, sestry alebo deti (príbuzní prvého stupňa) s týmto ochorením. Skrining pomocou kolonoskopie sa neodporúča u ľudí so stredným rizikom.

## Aké sú príznaky a problémy spôsobené rakovinou hrubého čreva?

Na začiatku ochorenia ľudia zvyčajne nemajú žiadne príznaky ani problémy. Keď sa rakovina hrubého čreva časom rozrastie, môžu sa objaviť nasledujúce príznaky alebo problémy:

- Nízky počet červených krviniek (anémia) spôsobený rakovinou, ktorá krváca
- Krv (jasne červená alebo veľmi tmavá) v stolici
- Nevysvetliteľné chudnutie
- Zmena črevných návykov (nová a pretrvávajúca hnačka alebo zápcha) alebo pocit, že sa črevo úplne nevyprázdňuje
- Nové a pretrvávajúce žalúdočné ťažkosti

Ak máte niektorý z týchto príznakov alebo problémov, poraďte sa so svojím rodinným lekárom alebo zdravotnou sestrou.

## Ako môžem znížiť riziko vzniku rakoviny hrubého čreva?

- Majte zdravú telesnú hmotnosť
- Budte fyzicky aktívni ako súčasť každodenného života
- Jedzte stravu bohatú na vlákninu (vrátane zeleniny, ovocia a celozrnných výrobkov)
- Obmedzte červené mäso a snažte sa nejest spracované mäso (napr. bolonskú klobásu, salámu)
- Obmedzte konzumáciu alkoholu
- Prestaňte fajčiť a ukončite používanie tabakových výrobkov
- Konzumujte mliečne výrobky alebo alternatívy bohaté na vápnik
- **Dajte sa pravidelne vyšetrovať na rakovinu hrubého čreva**

**Viac informácií o skriningu rakoviny hrubého čreva nájdete na stránke:**  
**[cancercareontario.ca/colon](http://cancercareontario.ca/colon)**

### Potrebuje tieto informácie v prístupnom formáte?

1-877-280-8538, TTY 1-800-855-0511, [info@ontariohealth.ca](mailto:info@ontariohealth.ca)

PCC4200