

Що потрібно знати про скринінг раку товстої кишки

Що таке рак товстої кишки?

Рак товстої кишки – це ракова пухлина товстої кишки (нижньої частини травної системи) або прямої кишки (останні 6 дюймів товстої кишки). Його також називають колоректальним раком або раком кишечника. Він є однією з найпоширеніших причин смертності населення в провінції Онтаріо (якщо говорити про онкологічні захворювання). Однак якщо виявити рак товстої кишки на ранній стадії, то 9 із 10 осіб, які страждають на це захворювання, вдасться вилікувати.

Рак товстої кишки починається з утворення аномальних наростів на слизовій оболонці товстої або прямої кишки, так званих поліпів.

Не всі поліпи перетворюються на пухлини, але з часом деякі поліпи можуть стати раковими.

Що таке онкологічний скринінг?

Онкологічний скринінг (перевірка на рак) – це обстеження людей, які схильні до ризику захворіти на рак, але не мають жодних симптомів і загалом почуваються добре.

ColonCancerCheck – це програма скринінгу, яка діє в провінції Онтаріо і заохочує людей, схильних до ризику захворіти на рак товстої кишки, регулярно проходити скринінг на наявність цього захворювання.

Кому слід проходити скринінг на рак товстої кишки?

Програма ColonCancerCheck охоплює 2 групи людей – із середнім і з підвищеним ризиком захворіти на рак товстої кишки.

Група середнього ризику: Люди віком від 50 до 74 років, у яких батьки, брати, сестри або діти (родичі першого ступеня споріднення) не хворіли на рак товстої кишки.

Якщо ви належите до групи середнього ризику, вам слід проходити скринінг за допомогою **імунохімічного тесту на приховану кров у калі (FIT)** кожні 2 роки, починаючи з 50-річного віку.

Група підвищеного ризику: Люди, у яких 1 або кілька батьків, братів, сестер чи дітей (рородичів першого ступеня споріднення) хворіли на рак товстої кишки.

Якщо ви належите до групи підвищеного ризику, вам слід проходити скринінг за допомогою колоноскопії, починаючи з 50 років або на 10 років раніше того віку, коли у вашого родича першого ступеня спорідненості діагностували рак товстої кишки, залежно від того, який вік настане раніше. Частота проведення скринінгу залежить від віку, у якому у вашого родича першого ступеня спорідненості було діагновано рак товстої кишки.

Поговоріть зі своїм сімейним лікарем або медсестрою з приводу проходження скринінгу.



Імунохімічний тест на приховану кров у калі (FIT) – це аналіз калів

Як пройти тест FIT?

Зверніться до свого сімейного лікаря або медсестри, щоб з'ясувати, чи потрібно вам проходити тест FIT.

Якщо у вас немає сімейного лікаря або медсестри, ви можете пройти тест FIT, зателефонувавши до служби Telehealth Ontario за номером 1-866-828-9213.

Якщо ви живете в громаді корінного населення, ви можете звернутися за додатковою інформацією до свого медичного центру або медпункту.



Ontario Health
Cancer Care Ontario

Якщо рак товстої кишки виявлено на ранній стадії, то 9 із 10 осіб вдається вилікувати.

Як пройти скринінг на рак товстої кишки?

Імунохімічний тест на приховану кров у калі (FIT)

За допомогою тесту FIT кал перевіряють на наявність невеликої кількості крові, яка може бути спричинена раком товстої кишки або деякими видами поліпів.

- Тест FIT безпечний і безболісний
- Його можна провести в домашніх умовах усього за кілька хвилин
- Необхідно просто взяти 1 зразок калу
- Обмежень щодо прийому їжі та ліків немає
- У рамках програми ColonCancerCheck тест FIT для осіб із груп ризику проводять безкоштовно
- Результати тесту FIT вам можуть надіслати поштою на вказану вами адресу

Результат тесту FIT вважається позитивним за наявності крові в калі. Наявність крові в калі не завжди означає, що у вас рак. Щоб дізнатися напевне, необхідно провести колоноскопію.

Колоноскопія

Колоноскопія – це обстеження, яке проводиться в лікарні або клініці і дає змогу лікарю оглянути вистилку всієї товстої кишки на предмет уражень. Під час дослідження лікар проводить через товсту і пряму кишку довгу гнучку трубку з крихітною камерою на кінці.

Колоноскопію призначають людям із позитивними результатами тесту FIT або тим, хто схильний до підвищеного ризику захворіти на рак товстої кишки через наявність 1 або кількох батьків, братів, сестер чи дітей (родичів першого ступеня споріднення) із цим захворюванням. Скринінг за допомогою колоноскопії людям із групи середнього ризику не показаний.

Які симптоми і проблеми викликає рак товстої кишки?

На ранніх стадіях це захворювання у людей зазвичай не супроводжується жодними симптомами чи проблемами. Однак, з часом, у міру розростання пухлини в товстій кишці, можуть з'явитися такі симптоми або проблеми:

- Низький вміст червоних кров'яних тілець (анемія), спричинений кровотечею з ракової пухлини
- Наявність крові (яскраво-червоної або дуже темної) у випорожненнях (калі)
- Втрата ваги без причини
- Зміни в роботі кишківника (поява регулярних проносів або закрепів) або відчуття неповного випорожнення кишківника
- Поява постійного дискомфорту в животі

Якщо у вас спостерігаються будь-які з цих симптомів або проблем, зверніться до свого сімейного лікаря або медсестри.

Як знизити ризик захворювання на рак товстої кишки?

- Підтримувати здорову масу тіла
- Щодня приділяти час фізичній активності
- Вживати їжу, багату на клітковину (зокрема овочі, фрукти і крупи з цільного зерна)
- Обмежити споживання червоного м'яса і намагатися не їсти оброблене м'ясо (наприклад, шинку, салямі)
- Обмежити споживання алкоголю
- Кинути палити і відмовитися від вживання тютюнових виробів
- Вживати молочні або альтернативні продукти, багаті кальцієм
- Регулярно проходити скринінг на рак товстої кишки

Додаткову інформацію про скринінг раку товстої кишки можна знайти на сайті cancercareontario.ca/colon

Вам потрібна ця інформація в іншому, доступному для вас форматі?

1-877-280-8538, TTY 1-800-855-0511, info@ontariohealth.ca

PCC4200