

TUMORE del COLON-RETTO

- » *agredisce l'ultimo tratto dell'intestino. Colpisce sia gli uomini che le donne più frequentemente dopo i 50 anni.*
- » nella maggior parte dei casi origina da polipi (adenomi), formazioni generalmente benigne che col tempo rischiano di trasformarsi in tumore. I polipi si possono asportare prima che diventino maligni, e se il tumore è allo stadio iniziale è possibile curarlo evitando trattamenti invasivi.
- » *è più letale e diffuso di quanto si creda, per cui non va sottovalutato.*
- » ha uno sviluppo, in genere, molto lento (10-20 anni) e spesso non dà sintomi, per cui potresti non renderti conto di averlo.
- » *si può guarire, ed è più facile sconfiggerlo se viene diagnosticato in fase iniziale.*

Lo strumento più efficace per la diagnosi precoce è lo screening

Fattori di rischio:

Età - avere più di 50 anni

Storia clinica personale - essere affetti da altri tipi di cancro e soffrire di malattie infiammatorie dell'intestino

Storia familiare di tumori intestinali

Stile di vita - tabagismo, uso eccessivo di alcolici, vita sedentaria, sovrappeso, un regime alimentare ricco di grassi e povero di fibre.

SCREENING del TUMORE del COLON-RETTO

- » *è un percorso di prevenzione e diagnosi precoce, offerto a uomini e donne tra i 50 e i 74 anni*, che non presentano sintomi di malattia, ma che per l'età sono considerati a maggior rischio di sviluppare il tumore.
- » *consiste nel test per la ricerca del sangue occulto nelle feci.*
- » *va ripetuto ogni 2 anni* anche se il test precedente è risultato negativo
- » *è gratuito* e non richiede l'impegnativa del medico



Vigila sui disturbi intestinali

Rivolgiti al tuo medico curante se noti del sangue nelle feci e/o se si modificano le tue abitudini intestinali.

TEST della RICERCA del SANGUE OCCULTO nelle FECI

È un esame che ha un'alta sensibilità e specificità. Tracce di sangue nelle feci possono essere il primo sintomo di malattia, perché i polipi tendono a sanguinare. La quantità di sangue è invisibile a occhio nudo, ma il test è molto sensibile ed è in grado di individuarla.

Risultato del test

- » **test negativo** (assenza di sangue occulto) indica che la situazione è nella norma e non richiede ulteriori accertamenti. Riceverai l'esito per posta e ogni due anni ti inviteremo a ripetere il test.
- » **test positivo** (presenza di sangue occulto) indica che sono necessari approfondimenti: in questo caso ti contatteremo per fissare un appuntamento per eseguire la **colonscopia**, esame che permette una diagnosi più completa e anche di asportare subito eventuali polipi.

PERTE
una preziosa opportunità
di diagnosi precoce
che può salvarti la vita

Consigli per uno Stile di Vita sano

Le evidenze scientifiche testimoniano che uno stile di vita sano agisce positivamente sulla salute e riduce l'azione negativa dei fattori di rischio sull'organismo e sullo sviluppo dei tumori.

Forniamo di seguito alcuni consigli:

Attività fisica

- » Cammina tutti i giorni almeno 30 minuti.
- » Evita la sedentarietà prolungata e se ti è possibile pratica un'attività sportiva.
- » Mantieni sotto controllo il tuo peso forma ideale.

Alimentazione

- » Abbonda con cereali integrali, legumi, verdura, frutta, pesce e acqua – bevi almeno 1,5 lt di acqua al giorno.
- » Limita il consumo di grassi, cibi ad alto contenuto calorico, dolci, sale e carne rossa.
- » Evita la carne conservata, bevande zuccherate e alcoliche.

Fumo

- » Evita di fumare.
- » Non esporti al fumo passivo.

Sole

- » Evita prolungate esposizioni al sole.

ATS Insubria invita tutti i cittadini tra i 50 e i 74 anni di età, residenti nei territori di Como e Varese, a partecipare allo **screening del tumore del colon-retto**. Riconoscere il tumore fin dalle prime fasi è possibile grazie ad **un esame preciso, semplice e gratuito**: il test della ricerca del sangue occulto nelle feci.

PERte

una preziosa opportunità
di diagnosi precoce
che può salvarti la vita

INFORMAZIONI Centro Screening

Da lunedì a giovedì, ore 9.00-13.00

Como

Telefono: 031.370592 - 370503

e-mail: centroscreening.como@ats-insubria.it

Varese

Numero verde: 800.317330

e-mail: centroscreening.varese@ats-insubria.it

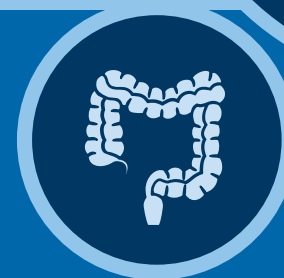
Nella mail indicare: nome, cognome, data di nascita e numero di telefono.



PERte

programma di
SCREENING
del tumore del
COLON-RETTO

Diagnosi precoce del cancro del colon-retto



Sistema Socio Sanitario



ATS Insubria