

## SCREENING DEL COLON RETTO

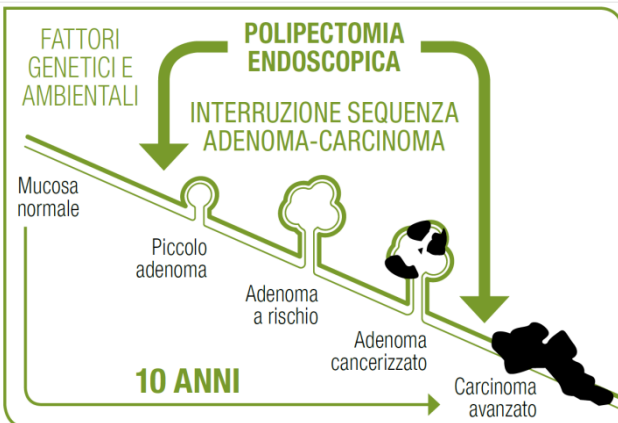
Il **tumore del colon retto** colpisce l'ultima parte dell'intestino. Si sviluppa nel corso di anni a partire da piccole formazioni benigne, chiamate **polipi**, che possono iniziare a sanguinare diversi anni prima della comparsa di altri disturbi. All'inizio questo sangue non è visibile ad occhio nudo, ma può essere rilevato con un esame delle feci chiamato "**ricerca del sangue occulto**".

### Il test per la ricerca del sangue occulto fecale

È un esame **gratuito** offerto a **donne e uomini fra i 50 e 69 anni**. Si esegue facilmente **a casa propria**, utilizzando l'apposito flaconcino da ritirare in farmacia portando con sé la lettera di invito dello screening.

Se l'esito del test è **positivo** per la presenza di sangue nelle feci, ciò **non indica necessariamente la presenza di un tumore**, ma per accertarlo sarà necessario completare l'esame con un'altra indagine, chiamata colonscopia. In questo caso la chiameremo a casa per prenotarla.

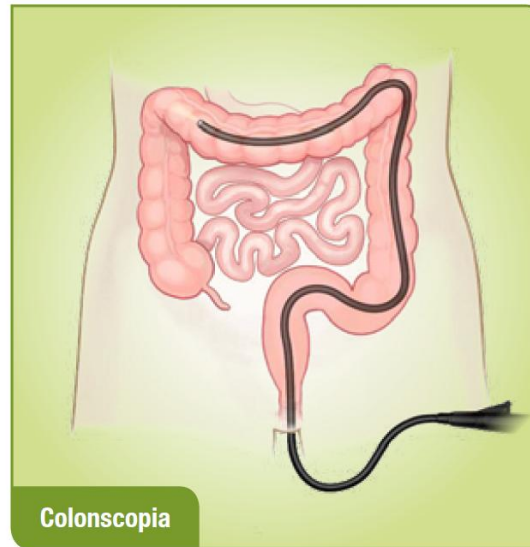
Se invece il test è **negativo**, le **arriverà a casa una lettera** con la risposta e la inviteremo a ripetere lo screening dopo due anni. Questo esame è molto efficace per la prevenzione e la diagnosi precoce del tumore del colon retto. Come ogni esame però presenta dei limiti, consulti quindi il suo medico se prima del prossimo invito notasse del sangue nelle feci o altri disturbi intestinali significativi (es. stipsi di recente insorgenza, febbri, dimagrimento, senso di incompleta evacuazione...).



## La Colonscopia

Si tratta di un esame endoscopico eseguibile, in caso di positività del sangue occulto, in sedazione e **in sicurezza**, con uno strumento flessibile, che permette di visualizzare le pareti di tutto il colon.

È l'unica metodica attualmente disponibile che consente l'osservazione, il prelievo bioptico e l'eventuale rimozione di polipi in tutto il colon, dal retto al fondo ciecale. La colonscopia deve essere considerata la tecnica **più efficace** per lo screening del CCR.



**IL TUMORE DEL COLON RETTO È CURABILE SE DIAGNOSTICATO IN TEMPO.**

**LO SCREENING DEL COLON RETTO È:**

- **UN TUO DIRITTO**
- **TOTALMENTE GRATUITO**
- **L'UNICO MEZZO PER RIDURRE LA MORTALITÀ**

## Lo stile di vita

Lo stile di vita può influenzare lo sviluppo del cancro del colon. Numerosi studi suggeriscono alcune regole da seguire:

### Carne

Limitare il consumo di carni rosse e di carni conservate. In generale, ridurre il consumo di grassi di origine animale.

### Zuccheri

Limitare il consumo di alimenti ad alta densità calorica (es. cibi industrialmente raffinati, precotti e preconfezionati, che contengono elevate quantità di zucchero e grassi) ed evitare il consumo di bevande zuccherate.

### Alcolici

Evitare il consumo di alcolici o limitarlo a 1 - 2 unità alcoliche al giorno (1 unità alcolica = 10 g alcol pari circa ad 1 bicchiere di vino).

### Frutta e Verdura

Aumentare il consumo cibi ricchi di fibre, verdure, frutta, cereali non industrialmente raffinati e legumi.

### Peso

Mantenere un adeguato peso corporeo.

### Attività motoria

Fare regolarmente attività fisica: basta mezz'ora al giorno di camminata veloce.

## Per avere altre informazioni può:

- Telefonare dal lunedì al venerdì dalle 8:00 alle 16:00 al numero **0456712016**
- Mandare una mail all'indirizzo **coordscreening@aulss9.veneto.it**
- Parlarne con il suo medico di fiducia o il suo farmacista
- Consultare le "100 domande sullo screening colon rettale" al sito [www.osservatorionazionale screening.it](http://www.osservatorionazionale screening.it)