

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 74 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, febbre, 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

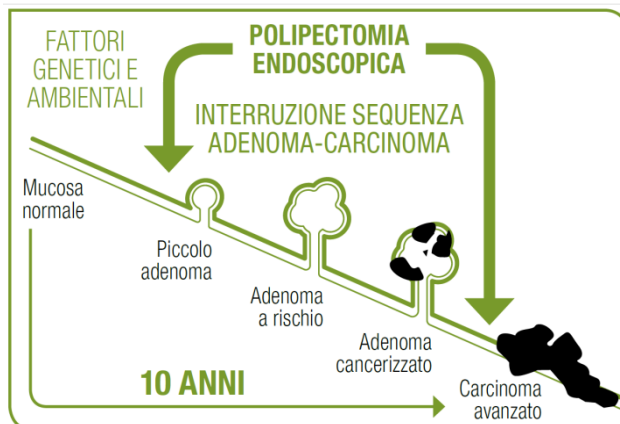
Aumentare il consumo cibi ricchi di fibre, verdure, frutta, cereali non industrialmente raffinati e legumi.

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