

# PROGRAM PROFILAKTYKI RAKA JELITA GRUBEGO

*Badanie bez bólu*



*Badanie bezpłatne*



**Samodzielny Publiczny Szpital  
Wojewódzki  
im. Jana Bożego  
w Lublinie**

***„Profilaktyka chorób nowotworowych jelita grubego  
w celu zmniejszenia zachorowalności  
i śmiertelności na terenie podregionu lubelskiego”***

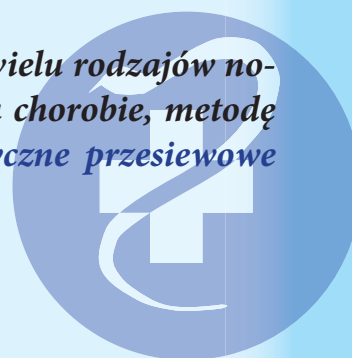
## ***Dlaczego o tym mówimy?***

*Choroby nowotworowe stanowią obecnie prawdziwą epidemię. Wraz ze wzrostem średniej długości życia oraz zmianami w otaczającym nas środowisku zachorowalność na te choroby wzrasta systematycznie z roku na rok. Wiele z tych chorób bardzo długo nie daje żadnych objawów, często rozpoznawane są późno i pomimo ogromnego postępu we współczesnej medycynie nadal ich leczenie jest procesem bardzo trudnym, a niestety w wielu przypadkach ma również ograniczoną skuteczność.*

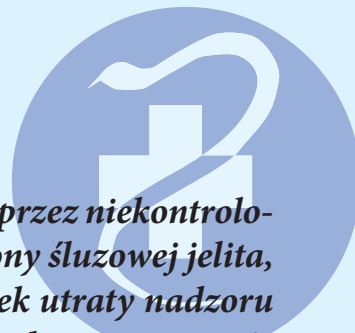
*Rak jelita grubego zajmuje wśród tych chorób niechlubną drugą pozycję pod względem częstości zachorowań, jest też drugą po nowotworach płuc najczęstszą przyczyną zgonów z powodów onkologicznych. Co roku w Polsce ok. 16 000 osób dowiaduje się o tym, że chorują na raka jelita grubego, a przewiduje się, że ta liczba przez najbliższe 10 lat może wzrosnąć nawet do 25 000. Według najnowszych danych z 2017 r. okres 5 lat od rozpoznania choroby przeżywa 48,4-52,8% chorych. Wśród wszystkich pacjentów zmagających się z tym schorzeniem każdego roku umiera aż 10 000.*

*Co poza dużą częstością występowania raka jelita grubego wyróżnia tę chorobę spośród wszystkich schorzeń onkologicznych?*

*W tym przypadku, w przeciwieństwie do wielu rodzajów nowotworów, mamy możliwość zapobiegania chorobie, metodę o potwierdzonej skuteczności – **profilaktyczne przesiewowe badanie kolonoskopowe.***



## **Czym jest rak jelita grubego?**



*Rak jelita grubego jest chorobą powstającą przez niekontrolowany rozrost i namnażanie się komórek błony śluzowej jelita, która wyściela jelito od wewnątrz. Na skutek utraty nadzoru nad powstawaniem nowych komórek początkowo tworzą się w nim uwypuklenia śluzówki ponad jej powierzchnię, zwane polipami. Są to zmiany rozrostowe o charakterze łagodnym, ale to właśnie na skutek dalszego wzrostu polipa i jego przemiany w nowotwór złośliwy powstaje 99% przypadków raka jelita grubego.*

*W trakcie rozwoju choroby dochodzi do dalszego wzrostu guza, który może zawęzić, lub nawet całkowicie zamknąć światło jelita, prowadząc do niedrożności przewodu pokarmowego, która jest stanem zagrożenia życia i wymaga natychmiastowej operacji. Powierzchnia guza staje się krucha, łatwo ulega uszkodzeniom, co może być przyczyną krwawień. Rak powiększając swoje rozmiary nacieka i niszczy sąsiednie tkanki, a także może dawać przerzuty do węzłów chłonnych i innych narządów, m.in. do wątroby, płuc, mózgu, jamy otrzewnowej i kości. Wystąpienie przerzutów odległych oraz rozwój choroby nowotworowej może powodować zaburzenia funkcji oraz niewydolność innych narządów, ogólne wyniszczenie organizmu, a ostatecznie prowadzić do śmierci chorego.*

*Warto podkreślić, że w początkowym stadium choroba przez długi czas pozostaje bezobjawowa, a pierwsze symptomy pojawiają się zazwyczaj dopiero wtedy, gdy guz jest tak duży, że utrudnia przechodzenie treści przez jelito, lub gdy choroba zdążyła już rozprzestrzenić się w organizmie.*

## **Czynniki ryzyka**

*Na zachorowanie najbardziej narażone są osoby:*

- *starsze (ryzyko zachorowania wzrasta wraz z wiekiem)*
- *optye, mało aktywne fizycznie*
- *posiadające w rodzinie osobę chorą na nowotwór jelita grubego*
- *chore na dziedziczne zespoły prowadzące do rozwoju raka (np. rodzinna polipowatość jelita grubego – FAP) lub nieswoiste choroby zapalne jelit (wrzodziejące zapalenie jelita grubego, choroba Leśniowskiego-Crohna)*
- *spożywające zwiększoną ilość tłuszczów w diecie, zwłaszcza nasyconych (zwierzęcych), mało błonnika, dużą ilość alkoholu, szczególnie piwa*
- *palące papierosy*

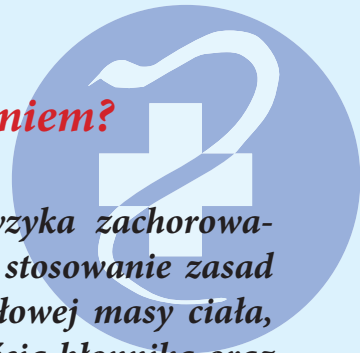
## **Objawy:**

- *krwawienia do przewodu pokarmowego (mogą być utajone)*
- *zmiana rytmu wypróżnień (np. przewlekłe zaparcia)*
- *bóle brzucha*
- *niezamierzona utrata masy ciała*
- *niedokrwistość*
- *wzdęcia brzucha*
- *brak apetytu*

*Występowanie każdego z powyższych objawów nie musi świadczyć o chorobie nowotworowej, ale jeśli zauważysz u siebie którykolwiek z nich, koniecznie skonsultuj to ze swoim lekarzem!*



## ***Jak uchronić się przed zachorowaniem?***



*Podstawowym sposobem zmniejszenia ryzyka zachorowania na raka jelita grubego jest po prostu stosowanie zasad zdrowego stylu życia: utrzymanie prawidłowej masy ciała, spożywanie zdrowych posiłków z dużą ilością błonnika oraz zmniejszoną zawartością tłuszczu, systematyczna aktywność fizyczna oraz unikanie używek.*

*Najskuteczniejszą obroną przed zachorowaniem jest jednak prowadzony w Polsce od 2000 r. program przesiewowych badań kolonoskopowych. Wykonanie kolonoskopii w odpowiednim wieku zabezpiecza pacjenta przed zachorowaniem na raka jelita grubego na okres co najmniej 10 lat, nie tylko przez samo badanie i wykluczenie obecności nowotworu, ale także przez usunięcie ewentualnych polipów, na podłożu których mógłby rozwinąć się rak. **Przesiewowa kolonoskopia pozwala również na wykrycie już istniejącego nowotworu we wczesnym, bezobjawowym stadium, co daje dużo większe szanse na całkowite wyleczenie (we wczesnej fazie choroby nawet do 90-95%).***

*Badanie przesiewowe wykonywane jest u osób zdrowych, u których nie występują objawy chorobowe. Wykonanie takiego badania pozwala zmniejszyć ryzyko zachorowania na raka jelita grubego o 60-90%!*

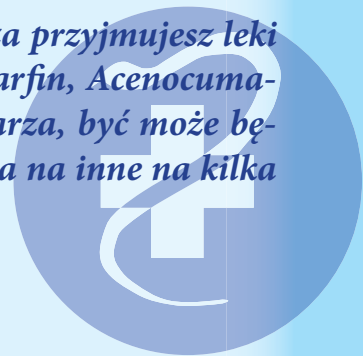
## ***Kto może wziąć udział w programie profilaktycznych badań przesiewowych?***

- *wszystkie osoby w wieku 50-65 lat bez objawów takich jak krwawienie do przewodu pokarmowego, biegunka, zaparcia, chudnięcie lub anemia bez znanej przyczyny*
- *osoby w wieku 40-49 lat bez objawów choroby, które mają wśród krewnych I stopnia (rodzice, rodzeństwo, dzieci) osobę chorą na raka jelita grubego*
- *osoby w wieku 25-49 lat pochodzące z rodziny, w której stwierdzono dziedziczne zespoły prowadzące do powstania raka jelita grubego (HNPCC lub FAP)*

## ***Jakie są przeciwwskazania do wykonania badania przesiewowego?***

- *występowanie wymienionych wyżej objawów chorobowych – w tym przypadku możliwe jest wykonanie badania diagnostycznego na zlecenie lekarza*
- *kolonoskopia wykonana w ciągu ostatnich 10 lat*
- *zawał serca przebyty w ciągu ostatnich 3 miesięcy*
- *ostra niewydolność krążeniowa lub oddechowa*
- *ostra choroba zapalna jelit*

*Jeśli chorujesz na inne choroby, a zwłaszcza przyjmujesz leki przeciwkrzepliwe (np. Acard, Polocard, Warfin, Acenocumarol i in.) koniecznie poinformuj o tym lekarza, być może będzie konieczne ich odstawienie lub zamiana na inne na kilka dni przed badaniem!*



## **Na czym polega badanie kolonoskopowe?**

*Kolonoskopia jest badaniem endoskopowym dolnego odcinka przewodu pokarmowego. Polega ona na wprowadzeniu przez odbytu do jelita grubego specjalnego aparatu wyposażonego w kamerę, dzięki któremu lekarz ogląda wnętrze jelita na ekranie monitora. Aparat ten, nazywany kolonoskopem, jest giętki, co umożliwia wprowadzenie go do początkowego odcinka jelita grubego i dokładne zbadanie całej długości jelita aż do odbytu.*

*Podczas kolonoskopii możliwe jest również pobranie wycinków śluzówki do badania lub usunięcie polipów jelita. Przy badaniu oprócz lekarza wykonującego badanie obecny jest również lekarz anestezjolog, który dba o dobre samopoczucie i komfort pacjenta podczas badania, zapewniając niemal bezbolesny przebieg kolonoskopii przez zastosowanie odpowiedniego znieczulenia.*

## **Jak przygotować się do badania?**

- *3 dni przed badaniem nie jedz owoców pestkowych (winogrona, pomidory, truskawki), ziaren, orzechów, maku, sezamu*
- *dzień przed badaniem zjedz lekkostrawne śniadanie oraz obiad w postaci zupy-kremu lub bulionu, następnie pij już tylko klarowne płyny*
- *przed badaniem konieczne jest przeczyszczenie jelita specjalnym preparatem, który powoduje biegunkę. W przypadku zastosowania preparatu CitraFleet należy saszetkę rozpuścić w 150 ml wody, a następnie wypić o godz. 19:00 w dniu przed badaniem oraz drugą o godz. 4:00 w dniu badania. Po każdej saszetce należy dodatkowo wypić 1,5-2 l wody. Następnie pozostań bez jedzenia i picia aż do badania*

## ***Pamiętaj!***

- *Jeśli przyjmujesz przewlekle leki np. z powodów kardiologicznych, przyjmij je rano w dniu badania, popijając niewielką ilością wody.*
- *Na badanie najlepiej zgłosić się z osobą towarzyszącą*
- *Po kolonoskopii nie można obsługiwać pojazdów ani maszyn przez 12 h od zakończenia badania ze względu na wpływ leków znieczulających na sprawność psychofizyczną pacjenta*

## ***Chcesz wiedzieć więcej?***

*Jeśli chcesz otrzymać więcej informacji lub dowiedzieć się jak umówić się na badanie – skontaktuj się z Koordynatorem Projektu:*

- *Pracownia Endoskopowa  
Samodzielny Publiczny Szpital  
Wojewódzki im. Jana Bożego  
ul. Herberta 21 (dawna ul. Kruczkowskiego), 20-468 Lublin*



*pod nr tel. 504 219 945*

*Więcej informacji na [www.janbozy.lublin.pl](http://www.janbozy.lublin.pl)*

*e-mail: [profilaktyka@janbozy.pl](mailto:profilaktyka@janbozy.pl)*

***Badanie, znieczulenie – bezpłatne  
Zwrot kosztów dojazdów***

*Materiał opracowała Edyta Kawka, lekarz Oddziału Chirurgii Ogólnej SPSzW im. Jana Bożego w Lublinie.  
Piśmiennictwo u autora.*

