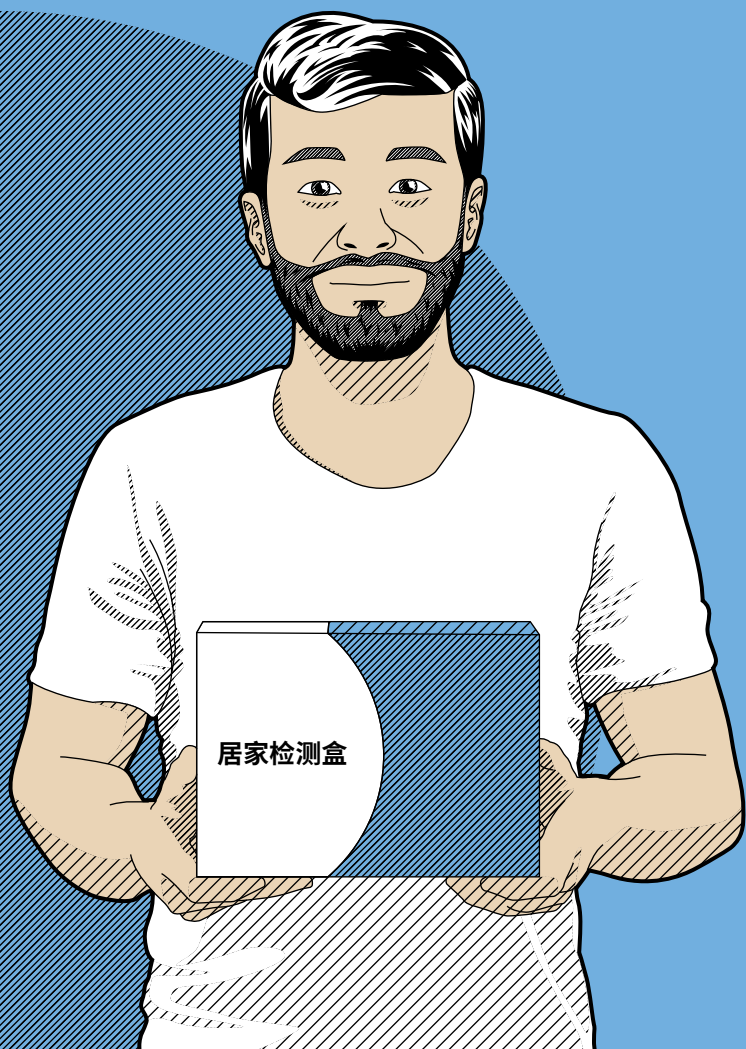


如何进行居家 结肠癌检测



简介

结直肠癌，也称为结肠癌，是纽约市 (NYC) 致死率最高的几大癌症之一。定期筛查可以帮助预防或尽早发现此种癌症，而早期发现更易治疗。

结肠癌发病率在 50 岁以下群体中不断增加。零风险因素者应从 45 岁开始接受筛查。如果您存在风险因素——例如近亲中有人患过结肠癌，则可能需要更早开始接受筛查，或是更频繁地接受筛查。

请与您的医疗保健提供者讨论您的个人风险，以确定您应该何时开始以及以何种频率接受筛查。了解自身风险，宜早不宜迟。存在风险不一定意味着您会患上结肠癌，而没有风险也不意味着您不会患上这种疾病。

结肠癌筛查有不同的方法，包括粪便检测和结肠镜检查。粪便检测可能更方便，因为不需要预先准备，并且可以在家中完成。这些检测能从粪便（大便）样本中发现可能构成结肠癌征兆的潜血或基因 (DNA)。粪便检测的选项包括：

- 粪便免疫化学检测 (fecal immunochemical test, FIT)，可发现大便潜血。建议每年做一次 FIT。
- 高敏感度愈创木脂涂片粪便潜血检测 (high-sensitivity guaiac-based fecal occult blood test, HSgFOBT)，可发现潜血。建议每年做一次 HSgFOBT。
- 多靶点粪便 DNA 检测 (FIT-DNA)，可发现可能是癌症征兆的便血和基因 (DNA) 变化。建议每三年做一次 FIT-DNA。

结肠镜检查需在医疗保健提供者的诊所进行，要做事先准备并预留检查时间。这是一种使用特殊摄像头进行的可视检查，让医疗保健提供者得以直接观察您的结肠内部状况，并在检查过程中摘除所发现的息肉。如果增生大到无法在结肠镜检查过程中直接切除，医疗保健提供者将采样进行活检，以确认增生组织到底是恶性肿瘤（癌症）还是良性增生（非癌）。切除息肉有助于预防癌症。结肠镜检查需每 10 年进行一次，有时会更为频繁，具体取决于您的个人风险和检查结果。如果粪便检测结果呈阳性，则必须进一步做结肠镜检查。


与您的医疗保健提供者谈谈，以了解该做哪种检测。如果在家进行粪便检测，请阅读下面的故事，了解更多信息。



居家检测盒



嘿，*MARK!*
你手上拿的什么？



嗨，*SANDRA!* 这是粪
便检测盒，是我的医疗
保健提供者建议我做结
肠癌筛查用的。




居家检测盒

我很高兴你在采取措施
预防结肠癌，*MARK*。
这个检测怎么做呀？

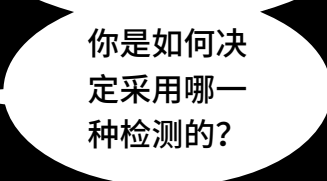
我采集一点自己的大便样
本，然后送去化验。实验
室会对样本进行分析，
看是否有潜血。

潜血可能是结肠癌
或其他疾病警讯。

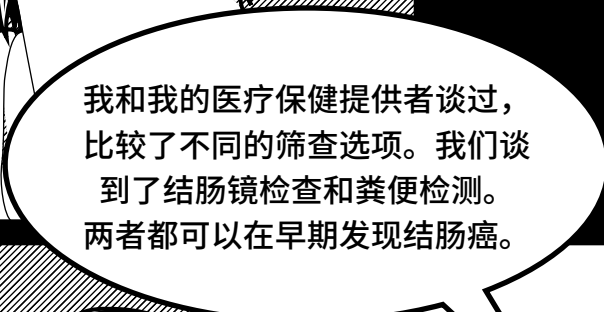




尽早发现癌症听起来很明智。这意味着更容易治疗，对吧？




你是如何决定采用哪一种检测的？



我和我的医疗保健提供者谈过，比较了不同的筛查选项。我们谈到了结肠镜检查 and 粪便检测。两者都可以在早期发现结肠癌。



两者有何不同？



我可以在家里做
粪便检测。它不
需要特别饮食。

而且做这个检测不
需要麻醉，对吧？

没错。
如果粪便检测什么
都没有查到，我的
检测结果就被视
为一切正常。

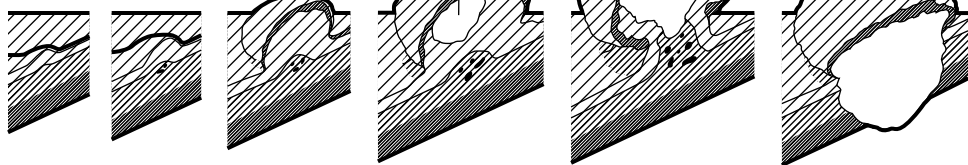
我会继续每年检查一
次。万一结果不正常，
我就要做结肠镜检查。

我曾经做过结肠镜检查，记得吗？做结肠镜检查时还可以取出可能癌变的息肉。



息肉的不同阶段

异常细胞增生



息肉
(小)

息肉
(大)

癌前息肉

癌症



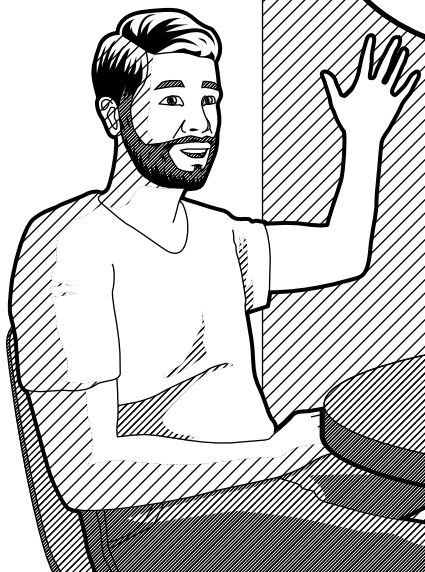
是啊。可我还没准备好做结肠镜呢。



嘿，爸爸。你手里是什么呀？

嘿，**ANDREW**！
这是我从医疗保健提供者那里得到的结肠癌检测盒。

这是可以从家里寄回去的几种粪便检测中的一种。



有意思。

我刚刚查了检测盒的
有效日期，还有效。
我想尽快做，免得忘记。





需要多长时间？

只要几分钟，
然后我就把它
寄出去。

明白了。完了告诉我哦，
我们今天可以一起散步
去邮寄。

好的。

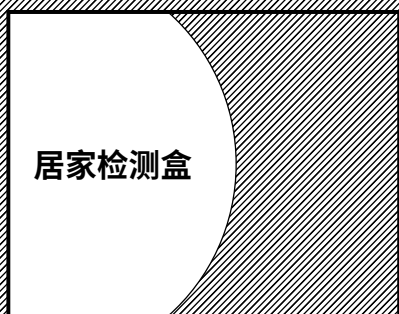
请与自己的医疗保健提供者磋商，决定哪种粪便检测最适合您，因为这个故事只是展示了多种选择中的几个而已。不同检测之间略有差别，且送回样本的方式也有所不同。应按检测盒上的说明进行操作。

如何进行 FIT 检测

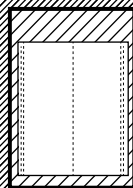


“如果有活动性出血，请勿检测。”
我没有活动性出血。

1 打开检测盒。让盒子保持清洁干燥。



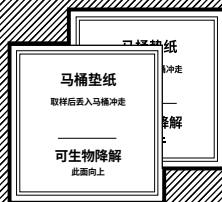
居家检测盒



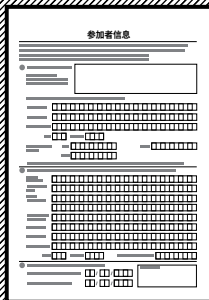
可再密封袋



取样管



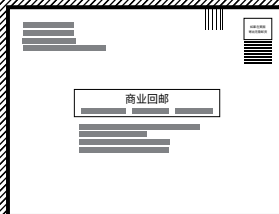
可生物降解马桶垫纸



患者信息表

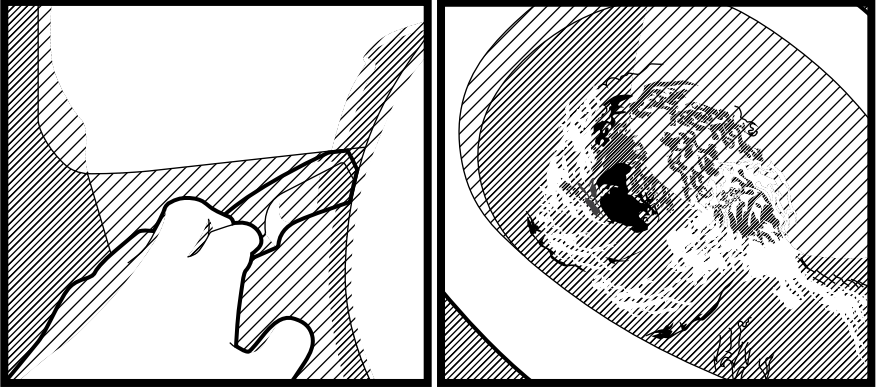


使用说明

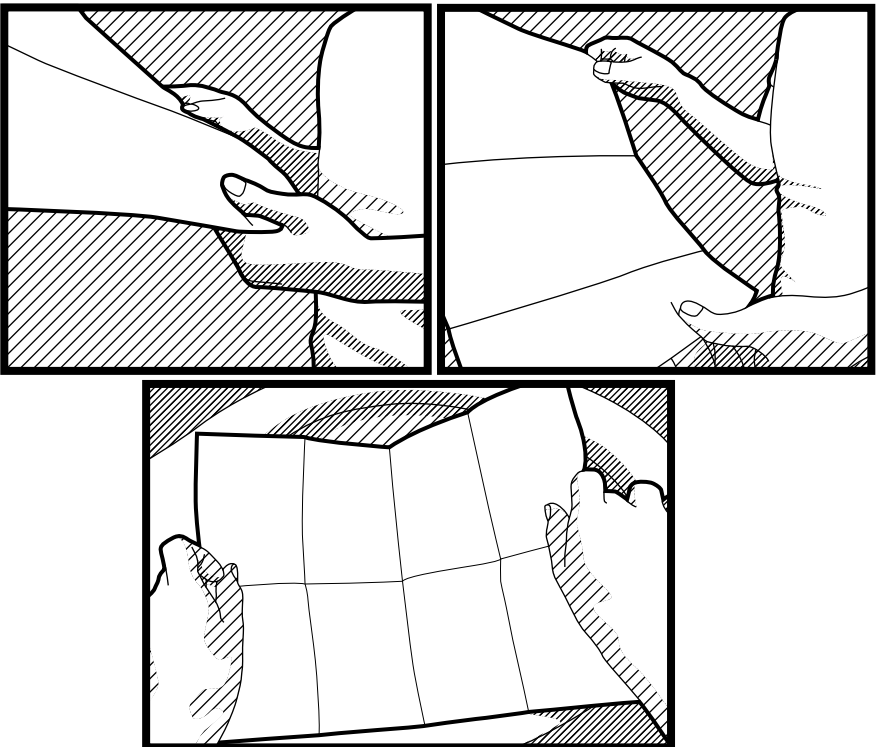


邮寄信封

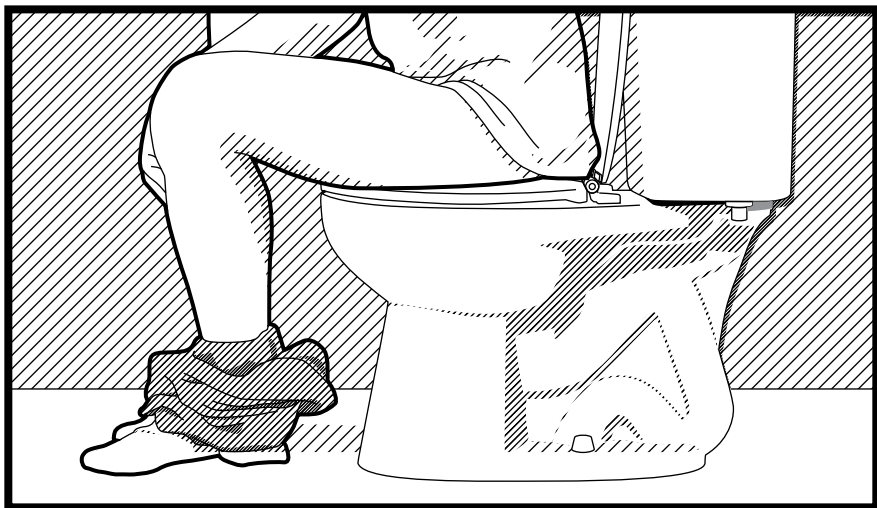
2 冲洗马桶两次。如果马桶中有清洁剂装置，先将其取出后再冲两次。



3 展开可冲下马桶的大张纸巾，放入马桶内水面上。



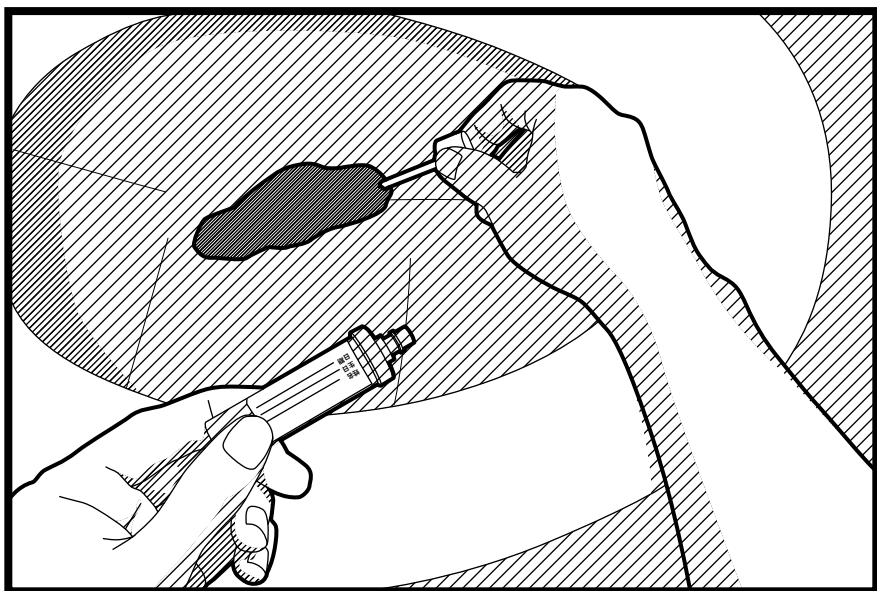
- 4** 正常排便。不要冲马桶。丢弃用过的卫生纸，但不要扔进马桶。



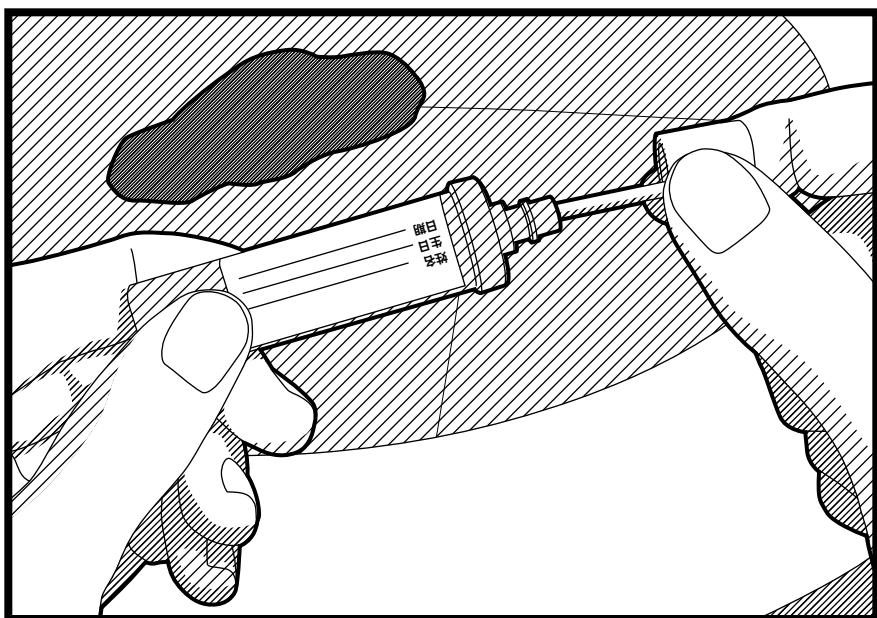
- 5** 用取样棒的顶端刮一下大便。



- 6** 不要刮取大块的大便。摇一下取样棒，甩去任何团块或水滴。

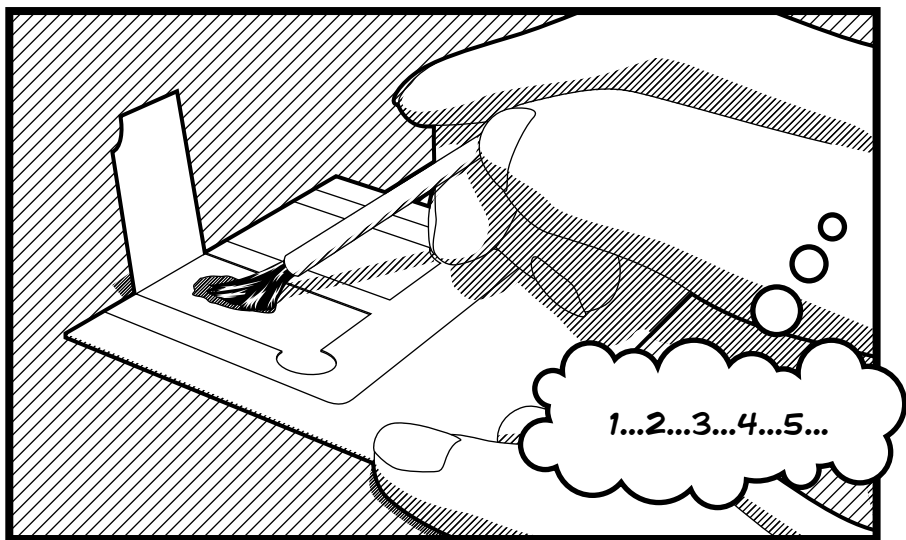


- 7** 将取样棒放回取样管中并关紧。取样管外面不能粘有粪便。如果有，可以擦掉。



8

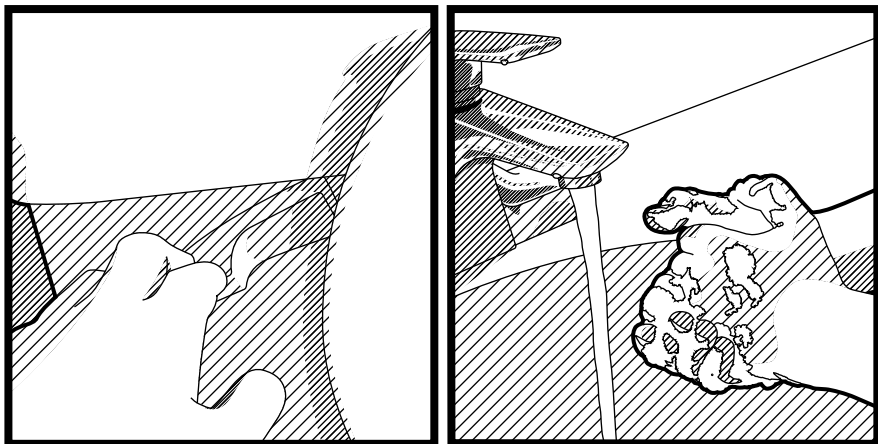
您的检测盒所提供的也可能是一张卡片和一只刷子，需将少量粪便样本刷在卡片上的框格内，整个过程大约需要五秒钟。不要把粪便刷到框格外。如果有，应擦掉。



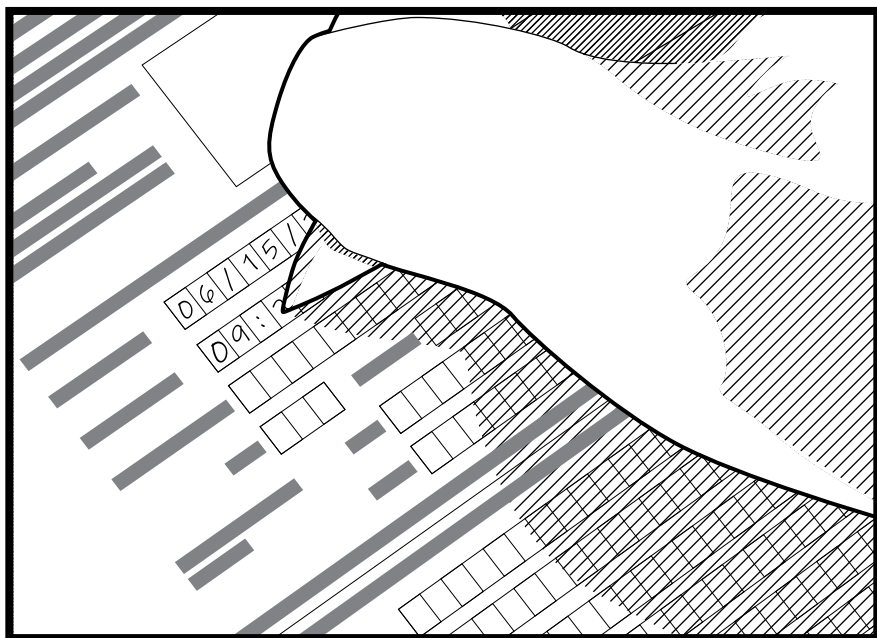
您的检测盒里可能还有另一支取样棒或刷子，用来采集第二份样本。如是，请用相同的方法重复取样。

9

冲马桶。用肥皂和水洗手 20 秒。



10 填写所有标签或表格，包括填入您的姓名和取样日期。

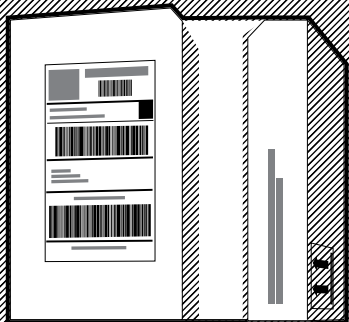


11 将样本放入信封并封好信封。



如何进行 FIT-DNA (COLOGUARD) 检测

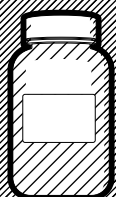
另一类检测是多靶点粪便 DNA 检测，亦称 FIT-DNA (Cologuard)，可以测出可能是结肠癌征兆的大便潜血及基因变化。



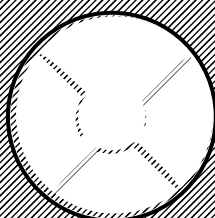
装有袋子的邮寄盒



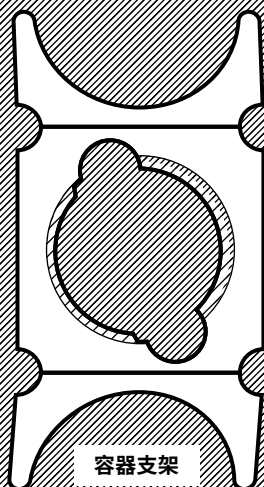
取样管



液体防腐剂



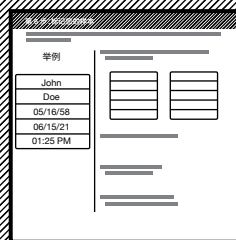
样本容器



容器支架



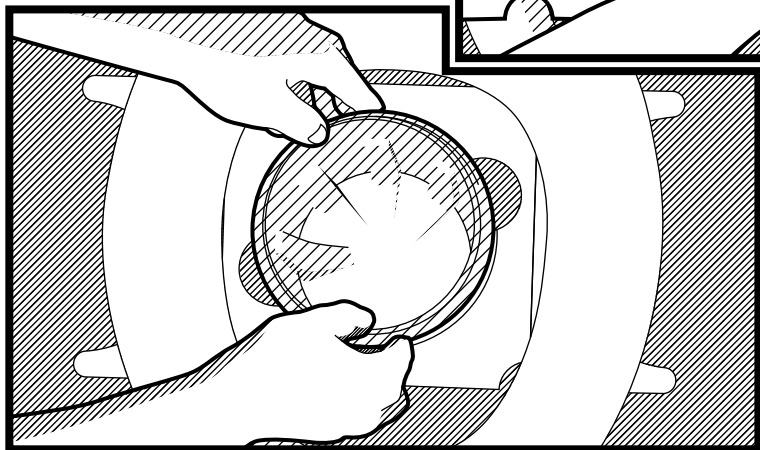
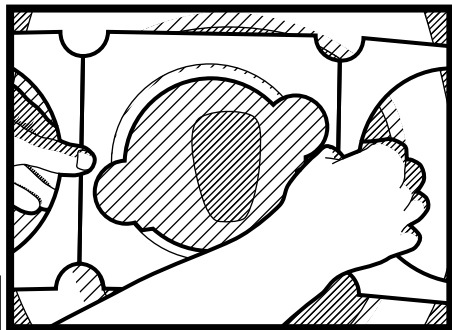
说明材料



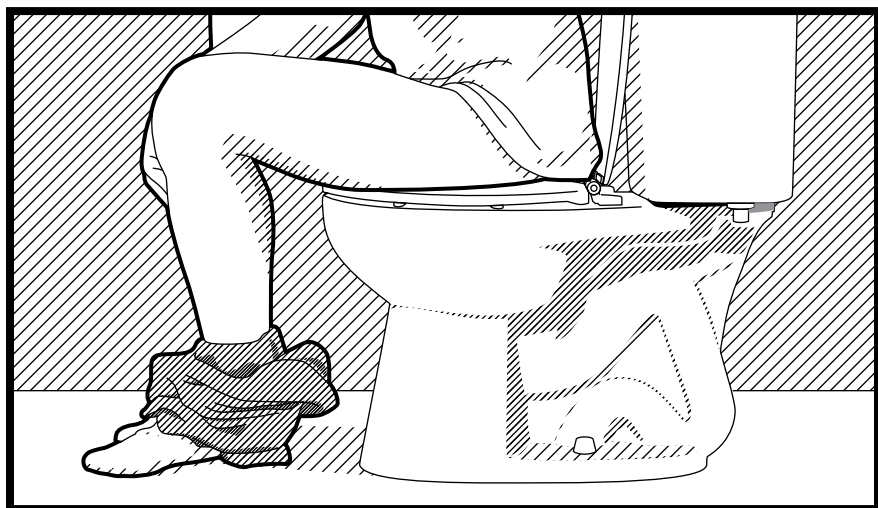
样本标签

注：保留袋子和盒子。过后您需要用它们来储存和寄送大便样本。

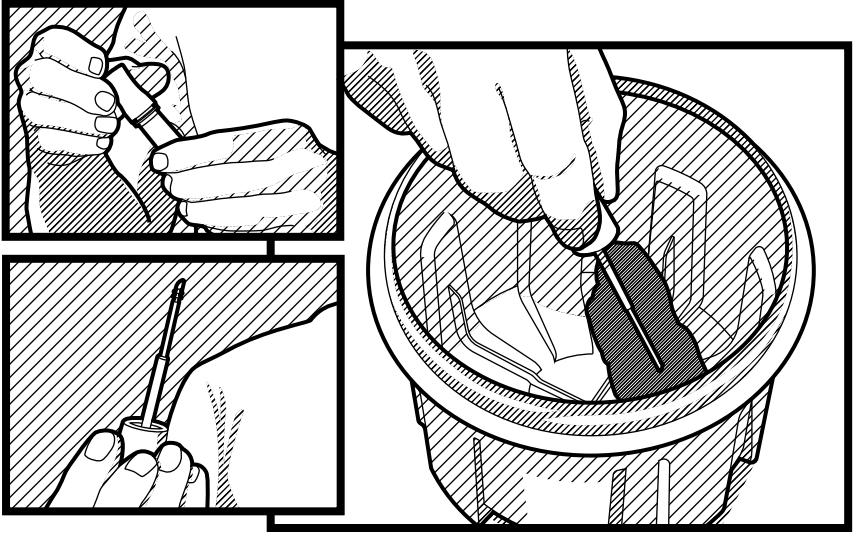
- 1** 将支架放在马桶座圈下面。将打开的样本容器放入支架中。



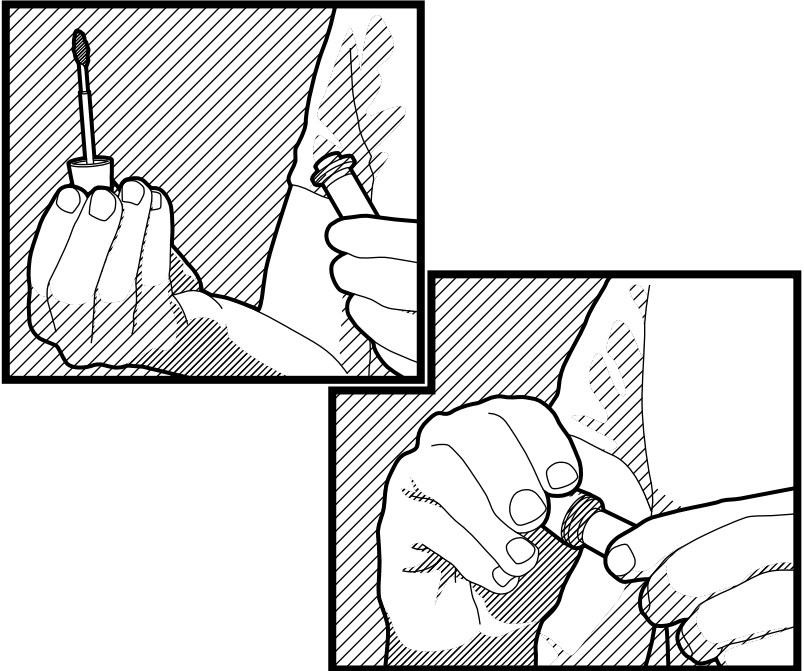
- 2** 正常排便。



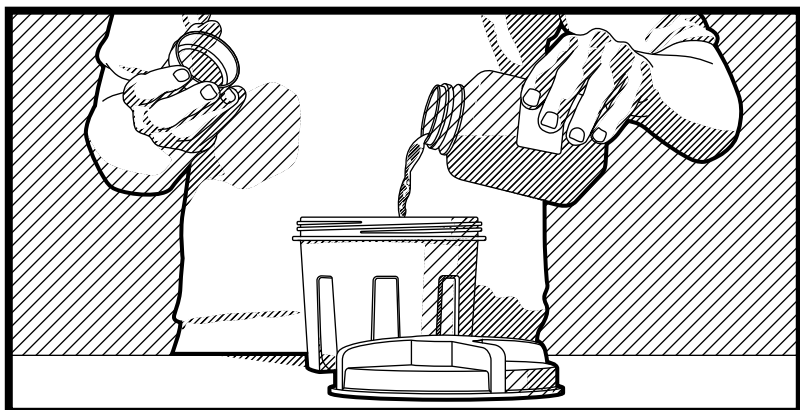
- 3** 用取样棒的顶端刮一下大便。确保大便盖住取样棒顶端的凹槽。不要刮取大块的大便。



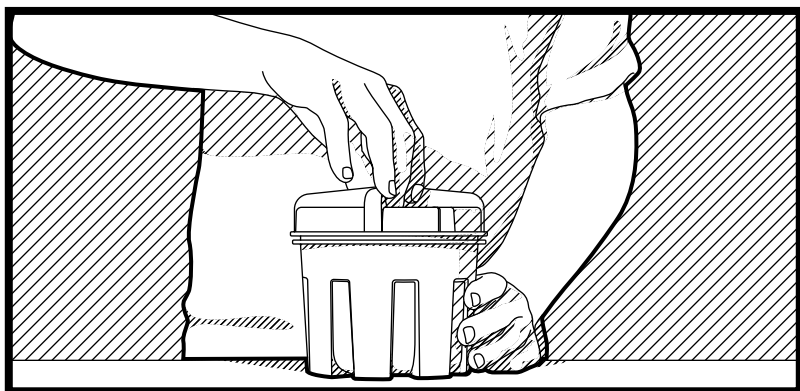
- 4** 将取样棒放回取样管中。将其关紧。



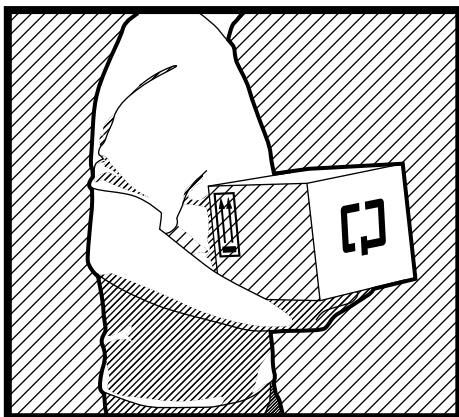
5 将防腐剂倒入装有大便的容器中。



6 将其关紧。容器外面不得粘有大便。如果有，将其擦掉。



7 按照盒中给出的地址，用 UPS 邮寄。您无需支付邮费。






这么快!


是的。说明
写得很清楚。

什么时候必
须寄出?



24 小时之内。

将样本送去做分析
也很重要，所以我
想尽快寄出。

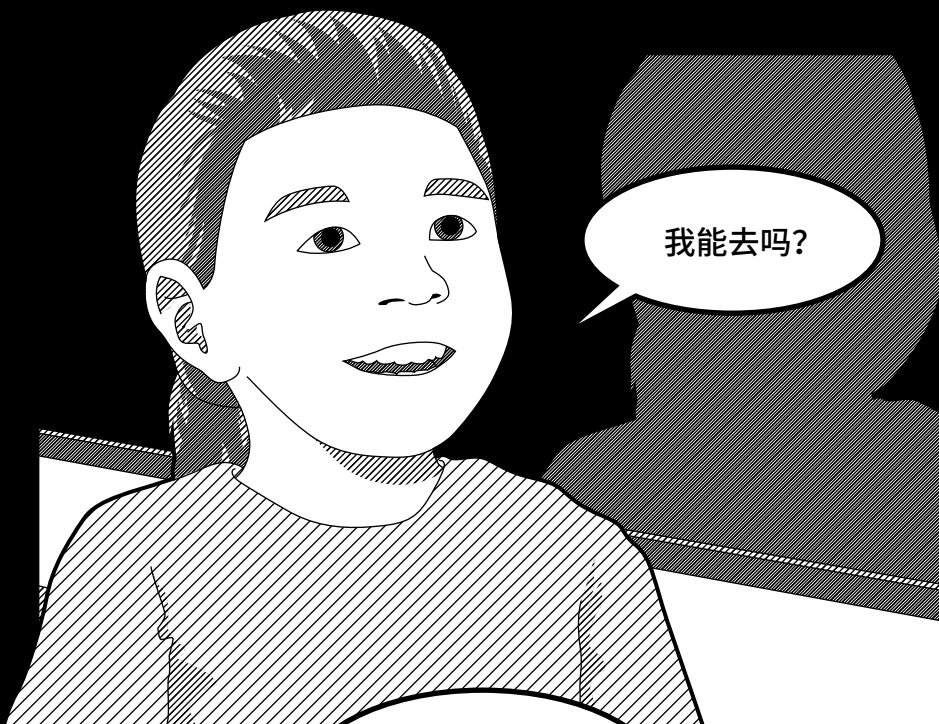


我们现在就去吧，
顺便做点运动。

好的。散散步总
是好的。

你知道体育锻炼
也有助于预防结肠癌吗？

这对所有人
都有好处。



当然，LILY，
我们一起去吧。





你什么时候能知道
结果？




一两周后就会知道。
你想和我们一
起去散步吗？



你们去吧，
一会儿见。
祝你检测顺利。

谢谢，
亲爱的。



你怎么知道自己有没有患结肠癌？

如果检测结果为阴性，就表示我没有结肠癌。检测可能遗漏一些病例，但这种情况很少见。

我仍然要每年再做一次检测。假如我用的是 **FIT-DNA**，那每三年做一次就行了。



我的医疗保健提供者会与我联系。这可能意味着我有结肠或直肠癌，也可能是其他问题。

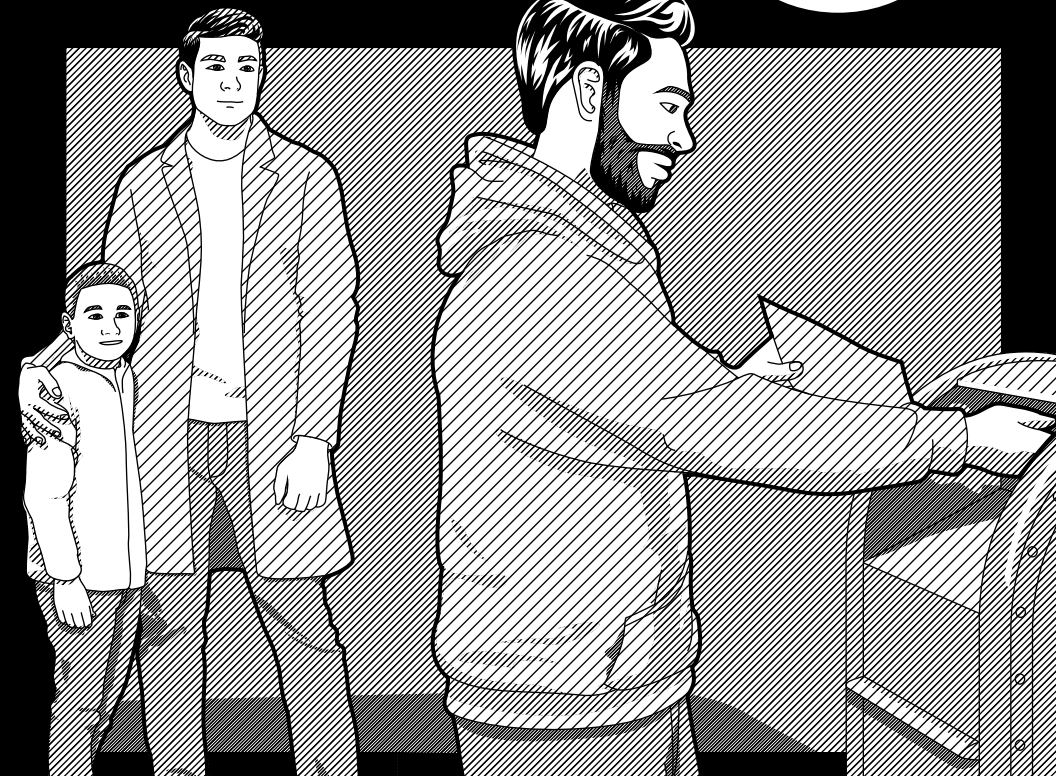
然后，我就需要做结肠镜检查，找出问题所在。






我记得妈妈
做过结肠镜检查。
他们用一个小摄像头
观察她的结肠内部。

是的，她的
检查结果一切正常。





我希望你的检测结果
是阴性，没有任何
结肠癌迹象！

我也希望如此！
重要的是，我在关
注自己的健康。

关于结肠癌风险的事实

结肠癌的风险因素包括：

- 年龄增长——约 90% 的病例发生在年龄 50 岁及以上群体中*
- 有结肠癌或腺瘤性息肉的个人或家族病史
- 患有遗传性综合征，例如林奇综合征或家族性腺瘤性息肉 (familial adenomatous polyposis, FAP)

下列生活方式的改变可能降低结肠癌患病风险：

- 减轻体重，如果您超重或肥胖的话
- 增加身体活动，少坐多动
- 少吃加工肉类，多吃水果蔬菜
- 少喝酒，不吸烟
- 减少或停止使用烟草。如需戒烟或戒除电子烟支持，请致电 866-697-8487。

今天就与您的医疗保健提供者谈谈您的结肠癌风险和筛查事宜。

如需更多信息，请访问 nyc.gov/health/coloncancer。

如需阅读筛查相关故事，请点击 **Sandra 的故事** 和 **Mark 的决定**。

*风险因素为零者应该从 45 岁开始接受筛查，因为 50 岁以下群体中的结肠癌发病率一直在持续增加。存在风险因素的人员可能需要更早开始接受筛查。大多数保险计划都承保结肠癌筛查，然而承保范围可能不尽相同。应在筛查前与您的医疗保健提供者和保险公司确认保险承保范围。如果您没有保险，也可能有资格获得低收费或免费承保。请致电 311 获取免费的投保援助。

