



Informarsi sul cancro al colon può salvarti la vita:

Le domande da fare



Questa guida contiene indicazioni utili per parlare con il medico curante e con i familiari dello screening per il cancro al colon (detto anche cancro del colon-retto), così da definire il percorso più adatto alle specifiche esigenze. Ricorda che essere informati è importante perché può salvare la nostra vita o quella dei nostri cari.

Ecco i punti salienti da conoscere:

- **Quando sottoporsi allo screening** (Pagina 3)
- **Opzioni di screening per il cancro al colon** (Pagina 6)
- **Ostacoli allo screening** (Pagina 7)
- **Cosa fare in caso di sintomi** (Pagina 9)

1. Quando sottoporsi allo screening



Il cancro al colon-retto può capitare a chiunque. La maggior parte delle persone dovrebbe effettuare il primo screening all'età di 45 anni e continuare a farlo almeno fino ai 75 anni. Le persone che presentano maggiori probabilità di sviluppare cancro al colon possono iniziare a fare lo screening anche prima dei 45 anni.

Il momento in cui iniziare lo screening dipende dalla storia clinica personale e da quella familiare. Condividere queste informazioni con il medico curante e chiedere:

- Quando è opportuno iniziare a effettuare lo screening per il cancro al colon
- Esami da fare
- Frequenza degli screening

Conoscere i fattori di rischio personali

Determinate patologie possono aumentare il rischio di sviluppare cancro al colon. Il paziente deve informare il medico curante se ha/ha avuto:

- Cancro al colon o al retto
- Polipi al colon o al retto
- Colite ulcerosa o malattia di Crohn
- Sindrome ereditaria come poliposi adenomatosa familiare (familial adenomatous polyposis, FAP) o sindrome di Lynch
- Fibrosi cistica
- Qualsiasi altro tipo di cancro

Un **polipo** è una piccola protuberanza o escrescenza che si forma nel colon. La maggior parte dei polipi non è cancerosa, ma alcuni possono trasformarsi in tumori.



Parlarne con i familiari

A volte il cancro al colon è ereditario, il che potrebbe influire sulla frequenza con cui ci si dovrebbe sottoporre agli screening. Informare il medico curante se un familiare ha/ha avuto:

- Cancro al colon o al retto
- Qualsiasi altro tipo di cancro
- Polipi al colon o al retto
- Sindrome ereditaria come FAP o sindrome di Lynch

Parlare con i consanguinei (non parenti acquisiti o adottivi) per raccogliere informazioni sulla storia clinica della famiglia. Condividere informazioni sulla propria storia clinica personale con i familiari, affinché tutti in famiglia possano pianificare gli screening per il cancro al colon.

Non preoccuparsi se non si riesce a chiarire ogni dettaglio. Ogni informazione che si riesce ad acquisire è comunque importante.

Esempi di domande da porre e di informazioni da comunicare ai familiari:

"Tu o papà avete mai fatto una colonscopia? Vi hanno trovato dei polipi?"

"Che tipo di cancro ha avuto la zia? Ti ricordi quanti anni aveva?"

"Ho fatto la colonscopia la scorsa settimana. Mi hanno tolto due polipi che avrebbero potuto trasformarsi in cancro".

Concentrarsi sui parenti stretti, come genitori, fratelli, sorelle e figli. Può essere utile informarsi anche su nonni e nipoti, zii, zie e nipoti.

Annotare le informazioni di cui si viene a conoscenza nelle sezioni seguenti, in modo da poterne informare il medico curante:

Cancro al colon o al retto:

Chi è/era il familiare?

Quanti anni aveva quando l'ha scoperto?

Polipi al colon o al retto:

Chi è/era il familiare?

Quanti anni aveva quando l'ha scoperto?

Aveva un polipo precanceroso (sì, no o non saprei)?*

* Qualsiasi informazione in più o una copia del referto della colonscopia del familiare in questione che sarà possibile fornire aiuterà il medico a capire che cosa poter consigliare.

Altri tipi di cancro:

Chi è/era il familiare?

Quanti anni aveva quando l'ha scoperto?

Di che tipo di cancro si tratta?

2. Informarsi sulle opzioni di screening per il cancro al colon



Esistono diverse opzioni di screening per il cancro al colon. Le più comuni sono la colonscopia e diversi tipi di esami per la ricerca del sangue occulto nelle feci. Il medico curante potrebbe proporre anche altre opzioni. Tutti gli esami di screening sono utili per proteggersi contro il cancro al colon, ma funzionano in modo diverso. È possibile scoprire che una delle opzioni è più semplice o più adatta alle proprie esigenze.

Se il rischio di sviluppare un cancro al colon è aumentato, il medico curante potrebbe consigliare al paziente di sottoporsi a colonscopia, ritenendo questo esame l'opzione più indicata al caso specifico.

Sapere come funzionano i singoli esami di screening e come prepararsi ad affrontarli può aiutare a prendere la decisione giusta. Cose da chiedere al medico curante:

- Come funzionano i singoli esami
- In che misura i singoli esami consentono di individuare polipi e tumori in fase iniziale
- Che cosa si deve fare per prepararsi agli esami
- Con quale frequenza ci si deve sottoporre agli esami
- Se gli esami comportano dei rischi



Esempi di domande da porre al medico curante:

"Quanti esami di screening esistono?"

"Se i risultati dello screening non rientrano nella norma, come devo procedere?"

Parlare con il medico curante di eventuali dubbi relativi allo screening, in modo da sentirsi a proprio agio con l'esame di screening prescelto.

Per ulteriori informazioni sulle opzioni di screening vedere la scheda informativa "Which Colon Cancer Screening Is Right for Me?" (Qual è lo screening per il cancro al colon più adatto a me?) (disponibile su nyc.gov/health/coloncancer).



3. Farsi aiutare per superare gli eventuali impedimenti all'esecuzione dello screening



Informare il medico curante di eventuali impedimenti all'esecuzione dello screening. Il medico potrebbe proporre soluzioni di cui non si è a conoscenza. Ad esempio, potrebbe:

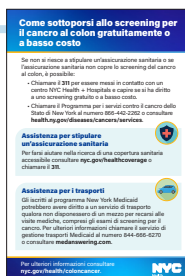
- Scrivere un breve messaggio al datore di lavoro per chiedergli di concedere al paziente un permesso per malattia in vista di una colonscopia.
- Aiutare il paziente a trovare un centro che effettua colonscopie vicino a casa.
- Inserire un promemoria nella cartella clinica per ricordare al paziente quando effettuare gli screening.
- Indicare al paziente come effettuare screening gratuiti o a basso costo.
- Spiegare al paziente come procedere nel caso in cui il risultato dell'esame non rientrasse nella norma.

Esempi di domande da porre al medico curante:

"Temo di scoprire di avere un cancro al colon. Se così fosse, è possibile curarlo?"

"La procedura di preparazione dell'intestino per la colonscopia sembra complicata. Può spiegarmi come funziona?"

Se non si dispone di un'assicurazione sanitaria o se l'assicurazione non copre gli esami di screening, consultare la scheda "How to Get Low- or No-Cost Colon Cancer Screening" (Come sottoporsi a screening per il cancro al colon a basso costo o gratuitamente) (disponibile su nyc.gov/health/coloncancer) o chiamare il 311.



Parlare con i familiari può essere utile per trovare soluzioni ai potenziali impedimenti all'esecuzione degli screening da parte del paziente/dei suoi familiari. Il paziente potrebbe:

- Raccontare le sue esperienze con gli screening.
- Condividere le sue impressioni sui diversi esami di screening.
- Chiedere di tenere i bambini o proporsi di farlo, farsi accompagnare con l'auto o fornire altro tipo di sostegno al familiare che deve effettuare una colonscopia.

Esempi di domande da porre ai familiari:

"Come hai gestito la preparazione intestinale per la colonscopia?"

"È stato facile eseguire l'esame della ricerca del sangue occulto nelle feci?"

"Non ho nessuno che possa venirmi a prendere dopo la colonscopia. Mi potresti accompagnare, così da tornare a casa senza problemi?"

4. Cosa fare in caso di sintomi



Se si manifesta uno qualsiasi di questi sintomi, rivolgersi al medico curante, senza attendere lo screening successivo.

Presentare questi sintomi non significa necessariamente avere il cancro. Il medico può aiutare a capire cosa c'è che non va.

Se dovesse trattarsi effettivamente di cancro, iniziare subito il trattamento migliorerà le possibilità di guarigione.

- Presenza di sangue nelle feci o nella tazza del water dopo la defecazione
- Feci di colore rosso scuro o nero
- Diarrea o stitichezza persistente
- Cambiamento nella forma delle feci
- Sensazione che l'intestino non si svuoti completamente
- Dolore addominale ricorrente o persistente
- Mancanza di appetito o perdita di peso immotivata
- Insolita sensazione di stanchezza o debolezza



Esempi di situazioni da riferire al medico curante:

**"Nell'ultimo mese
ho avuto problemi
di stitichezza."**

**"Ho la sensazione di
non riuscire a svuotare
completamente l'intestino."**

**"Questo dolore mi ha impedito
di concentrarmi sul lavoro."**

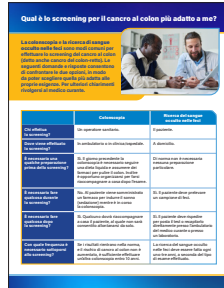


Risorse

Chiedere al medico curante se dispone di queste utili risorse oppure scaricarle da nyc.gov/health/coloncancer.



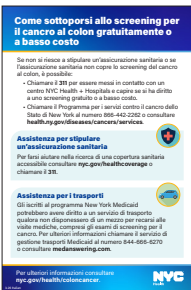
Brochure "Why You Should Get Screened for Colon Cancer" (L'importanza di sottoporsi allo screening per il cancro al colon)



Scheda informativa "Which Colon Cancer Screening Is Right for Me?" (Qual è lo screening per il cancro al colon più adatto a me?)



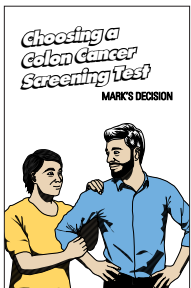
Scheda "When to Get Screened for Colon Cancer" (Quando sottoporsi allo screening per il cancro al colon)



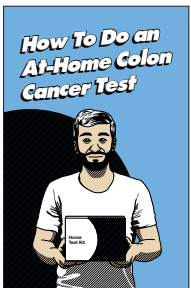
Scheda "How to Get Free or Low-Cost Colon Cancer Screening" (Come sottoporsi allo screening per il cancro al colon a basso costo o gratuitamente)



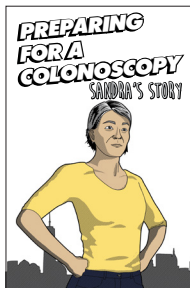
Scheda informativa "Ten Ways to Lower Your Cancer Risk" (Dieci modi per ridurre il rischio di cancro)




"Choosing a Colon Cancer Screening Test: Mark's Decision" (Scegliere come effettuare lo screening del cancro del colon-retto: la decisione di Mark)



Fumetto "How to Do an At-Home Colon Cancer Test" (Come eseguire a casa l'esame per individuare il cancro al colon)



"Preparing for a Colonoscopy: Sandra's Story" (Preparazione in vista della colonscopia: la storia di Sandra)



Per ulteriori informazioni consultare
nyc.gov/health/coloncancer.

