



接受筛查：
尽早发现结肠癌





定期筛查和及时复查可以预防或早期发现结肠癌。

结肠（或结直肠）癌发生在大肠（结肠）或直肠，是纽约致死率最高的癌症之一。



所幸的是，常规筛查有助于预防结肠癌，或可帮助在治疗效果往往最佳的早期发现结肠癌。许多人应该从

45 岁开始接受筛查。高风险人群则可能需要更早开始筛查。

结肠癌筛查方法有数种。结肠镜检查可以让医疗保健提供者发现并切除结肠或直肠中的息肉（增生），从而帮助预防癌症。其他方法（例如：粪便检测）则要求筛查结果呈阳性者接受后续的结肠镜检查。



向医疗保健提供者咨询您应该选择哪种筛查方案。

务必询问：

- 我应该何时开始进行结肠癌筛查？
- 如果我家族中有人得过结肠癌或息肉，我是否有风险？我是否应该比其他人更早开始接受结肠癌筛查？
- 结肠镜检查是唯一可选的筛查方案吗？
- 我怎么知道哪种筛查方案适合我？
- 你们是否有以我的母语编写的教育资料，例如宣传册或手册？
- 结肠癌筛查是否在我的保险承保范围内？



请务必记得去复查！

完成筛查后，要问您的医疗保健提供者：应该什么时间接受下一次结肠癌筛查。



向医疗保健提供者咨询您自身存在哪些风险因素。

如果您有以下情况，可能需要尽早开始筛查：



- 有罹患结肠癌或癌前息肉的家族病史
- 患有特定遗传性疾病，如家族性腺瘤性息肉病 (familial adenomatous polyposis, FAP)，或者又称为林奇综合征 (Lynch syndrome) 的遗传性非息肉性结肠直肠癌 (hereditary nonpolyposis colorectal cancer, HNPCC)
- 溃疡性结肠炎或克罗恩氏症 (Crohn's disease)

下列情况可能使您的结肠癌患病风险提高：

- 肥胖症
 - 吸烟史
-



降低风险的其他方法：

- 保持健康体重，多运动。
- 少吃加工肉类（例如：培根、热狗或午餐肉）。
- 如果您吸烟，请制定戒烟计划。如需帮助戒烟，请致电 **311** 或访问 nyc.gov/nycquits。
- 饮酒可能增加结肠癌的患病风险。减少饮酒量和饮酒频率。请访问 nyc.gov/health 并搜索“**alcohol and health**”（酒精与健康）了解更多信息和资源。





结肠癌筛查步骤

第一步



获得承保

如果您没有保险，您可能有资格注册获得免费或低收费保险。请致电 347-665-0214 或发送短信 **COVEREDNYC** 至 55676，获得免费协助，帮您注册。如需了解有关免费或低收费筛查的更多信息，请访问 nyc.gov/health/coloncancer 并查看 “Screening”（筛查）项下的 “Payment”（付款）。

如果您无法获得保险，或者您的保险不承保筛查，您还有其他选择。请致电 311 或 844-692-4692，与**纽约市健康与医院管理局 (NYC Health + Hospitals)** 设施取得联系。您还可以联系 **New York State Cancer Services Program**（纽约州癌症服务计划），该计划为 45 至 75 岁没有保险的纽约居民提供结肠癌筛查。

第二步



向医疗保健提供者咨询

向您的医疗保健提供者询问：

- 您个人的结肠癌患病风险
- 可供您选择的筛查方案，包括每种方案的流程、好处和风险

第三步



接受筛查和复查

定期筛查和及时复查可以预防或早期发现结肠癌。务必询问您的医疗保健提供者，自己下一次应该什么时间接受筛查。

* 大多数保险计划（包括 Medicaid 和 Medicare）都承保结肠癌筛查。但承保范围可能有所不同。应在筛查前，与您的医疗保健提供者和保险公司确认承保范围。

如需获取更多信息，请访问
nyc.gov/health/coloncancer。