

E chi non ha un'assicurazione sanitaria cosa deve fare?



Per farsi aiutare nella ricerca di una copertura assicurativa sanitaria consultare nyc.gov/healthcoverage o chiamare il **311**.

Per farsi aiutare a trovare uno screening per il cancro al colon gratuito o a basso costo:

- Chiamare il **311** per essere messi in contatto con un centro NYC Health + Hospitals.
- Chiamare il Programma per i servizi contro il cancro dello Stato di New York al numero 866-442-2262 o consultare health.ny.gov/diseases/cancer/services.

Che cos'altro si può fare per proteggersi dal cancro al colon?



Ecco alcuni consigli da seguire per mantenere il colon in salute:

- Fare attività fisica.
- Mangiare frutta, verdura e cereali integrali.
- Ridurre il consumo di carne lavorata e carne rossa (come salumi, carni affumicate, salsicce e bacon).
- Ridurre il consumo di alcolici.
- Se fumatori, cercare di smettere.
 - Per farsi aiutare a smettere di fumare, fumare meno o non ricominciare a fumare, consultare nyc.gov/nycquits.



Quali sono i sintomi del cancro al colon?



Se si manifesta uno qualsiasi dei seguenti sintomi rivolgersi al medico curante, senza attendere fino allo 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



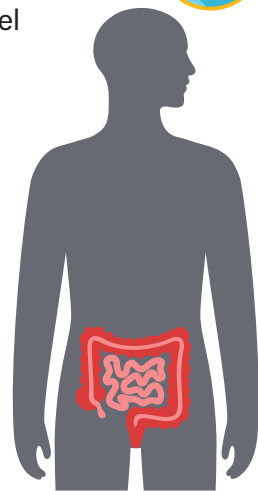
L'importanza di sottoporsi allo screening per il cancro al colon

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

Che cos'è il cancro del colon-retto?



Il cancro al colon (detto anche cancro del colon-retto) è una forma tumorale che ha origine nel colon (l'intestino crasso) o nel retto. In genere inizia con piccole protuberanze o escrescenze chiamate polipi, che crescono lentamente nel corso degli anni. La maggior parte dei polipi non è cancerosa, ma alcuni possono trasformarsi in tumori. Se un polipo diventa canceroso, può passare del tempo prima che il tumore inizi a causare problemi di salute. Quando si manifestano i sintomi, di solito il cancro diventa più difficile da curare o da debellare.



Che cos'è lo screening del cancro al colon?



Lo screening del cancro al colon è un modo per verificare lo stato di salute del colon, anche prima che si manifestino i sintomi. È un modo per proteggersi dal cancro al colon e può salvare la vita al paziente.

Lo screening del cancro al colon ha due obiettivi:

1. Individuare e asportare i polipi prima che si trasformino in cancro.
2. Individuare il cancro quando è ancora di piccole dimensioni o allo stadio iniziale in modo da avere maggiori opportunità di guarigione.

Chi dovrebbe sottoporsi allo screening per il cancro al colon?



Chiunque può ammalarsi di cancro al colon, quindi lo screening è indicato per **tutti**.

Quando è opportuno iniziare a sottoporsi allo screening?



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 con rischio maggiore di ammalarsi di cancro al colon dovrebbero iniziare a sottoporsi allo screening anche prima dei 45 anni.

Per sapere quando iniziare lo screening parlare con il medico curante dei propri **fattori di rischio** per il cancro al colon.

I fattori di rischio per il cancro al colon aumentano la probabilità di sviluppare la malattia. Tra i fattori di rischio che possono influire sui tempi e sulla frequenza dello screening figurano:

- Cancro al colon o polipi (anche nei familiari)
- Colite ulcerosa o malattia di Crohn
- Sindrome ereditaria come poliposi adenomatosa familiare o sindrome di Lynch
- Fibrosi cistica
- Cura per qualsiasi tipo di tumore prima dei 40 anni

Anche il diabete mellito di tipo 2, l'abuso di alcol e il fumo sono fattori di rischio per il cancro al colon.



Con quale frequenza si dovrebbe effettuare lo screening?



La frequenza dello screening per il cancro al colon dipende dal tipo di esame di screening utilizzato:

- La **colonscopia** deve essere eseguita ogni 10 anni. Se sono presenti fattori di rischio consultare il medico in merito alla necessità di eseguire la colonscopia a intervalli più ravvicinati.
- La **ricerca del sangue occulto nelle feci** deve essere fatta ogni uno-tre anni, a seconda del tipo di esame effettuato.

A quale esame di screening ci si dovrebbe sottoporre?



La colonscopia e la ricerca del sangue occulto nelle feci sono gli esami di screening più comuni. Il medico curante potrebbe prescrivere altri. Farsi consigliare dal medico in merito all'esame più indicato nel caso specifico:

- **Colonscopia:** Al paziente viene somministrato un farmaco per indurre il sonno (sedazione). Quindi, l'operatore utilizza un tubo dotato di una piccola videocamera all'estremità per esaminare l'interno del colon, verificare la presenza di tumori e individuare e asportare eventuali polipi. Prima di sottoporsi a colonscopia è necessario seguire una dieta liquida e assumere dei farmaci per pulire il colon.

- **Ricerca del sangue occulto nelle feci:** Si utilizza un kit speciale per prelevare un campione di feci a domicilio, e lo si restituisce per l'analisi. Se i risultati non rientrano nella norma, è necessario sottoporsi a una colonscopia. La ricerca del sangue occulto nelle feci è considerata un'opzione valida per le persone che non presentano un rischio elevato di cancro al colon.

Indipendentemente dal tipo di esame al quale ci si sottopone, è importante conoscere i risultati, quindi non dimenticare di richiederli! Se i risultati non rientrano nella norma, seguire le indicazioni del medico curante su come procedere.

L'assicurazione sanitaria copre i costi dello screening?



La maggior parte dei piani assicurativi, compresi Medicaid e Medicare, copre i costi dello screening per il cancro al colon. Per molte persone l'esame è completamente gratuito.

