

如果我没有医疗保险怎么办?



如在寻找医疗保险方面需要帮助, 请访问 nyc.gov/healthcoverage 或致电 311。

如需寻找免费或低收费结肠癌筛查服务, 请寻求以下帮助:

- 请致电 311 与纽约市健康与医院管理局 (NYC Health + Hospitals) 设施取得联系。
- 请致电 866-442-2262 或访问 health.ny.gov/diseases/cancer/services, 联系 New York State Cancer Services Program (纽约州癌症服务计划)。

我还能做些什么来预防结肠癌?



以下是保持结肠健康的一些建议:

- 经常锻炼身体。
- 多吃水果、蔬菜及全谷物食品。
- 少吃加工肉类和红肉 (如熟食肉、熏肉、香肠和培根)。
- 少饮酒。
- 如果您吸烟, 请试着戒烟。



— 如果想要戒烟、减少吸烟或保持无烟生活, 请访问 nyc.gov/nycquits 寻求帮助。



结肠癌有哪些症状?



如果您有任何下列症状, 请立即咨询您的医疗保健提供者, 切勿拖延至下次筛查。这些症状并不一定意味着您患有癌症。医疗保健提供者会帮您找出问题所在。如果确诊为癌症, 尽早开始治疗能让您有最佳的康复机会。

- 大便带血或排便后马桶内见血
- 大便呈暗红色或黑色
- 持续腹泻或便秘
- 大便形状出现变化
- 总感觉排便不尽
- 腹痛反复或持续不断
- 食欲不振或体重无端下降
- 感觉异常疲倦或虚弱



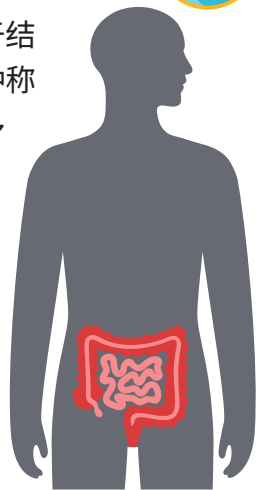
为什么应该接受结肠癌筛查

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

什么是结肠癌？



结肠癌（也称为结直肠癌）是指起源于结肠（大肠）或直肠的癌症，通常是一种称为息肉的小肿块或赘生物，缓慢生长多年发展而成。大部分息肉不会癌变，但少数有可能转变为癌症。息肉癌变后，癌症可能需要一段时间才会引起健康问题。当您注意到症状时，癌症通常已经难以治疗或治愈。



什么是结肠癌筛查？



结肠癌筛查是一种检查结肠健康状况的方法，甚至在您出现任何症状之前就能发现问题。它可以有效预防结肠癌，甚至可能挽救您的生命。

结肠癌筛查有两个目标：

1. 在息肉癌变之前将其发现并切除。
2. 在癌症体积较小或处于早期时及早发现，提高治愈几率。

谁应该接受结肠癌筛查？



人人都可能罹患结肠癌，因此结肠癌筛查面向所有人。

应在何时开始接受筛查？



大多数人应在 45 岁时进行第一次筛查，并至少持续筛查到 75 岁。患结肠癌风险较高的群体可能需要在 45 岁之前开始筛查。

要了解何时开始筛查，请与医疗保健提供者讨论您的结肠癌**风险因素**。

风险因素会增加患结肠癌的几率。可能影响筛查时间和频率的风险因素包括：

- 您或您的家人患有结肠癌或结肠息肉
- 患有溃疡性结肠炎或克隆氏病
- 患有遗传性综合征，例如家族性腺瘤性息肉或林奇综合征
- 患有囊性纤维化
- 40 岁之前接受过任何癌症治疗

2 型糖尿病、饮酒和吸烟也是结肠癌的风险因素。



应该多久筛查一次？



结肠癌筛查的频率取决于您采用的筛查方法：

- **结肠镜检查**需要隔 10 年进行一次。如果您有风险因素，请咨询医疗保健提供者，了解是否需要提高结肠镜检查频率。
- **粪便检测**需要每隔一到三年进行一次，具体间隔取决于检测类型。

应该做哪种筛查项目？



结肠镜检查 and 粪便检测是最常见的筛查方法。您的医疗保健提供者还可能建议其他方法。请咨询医疗保健提供者哪项检查最适合您：

- **结肠镜检查**：医疗保健提供者会使用药物使您入睡（镇静）。然后，医疗保健提供者会使用一端带有小型摄像头的管子来检查您的结肠内部，观察是否有癌症，另外检测并切除息肉。在进行结肠镜检查之前，您需要吃流质食物并使用药物来清空肠道。

- **粪便检测**：您可以使用专用试剂盒在家采集粪便样本，然后将试剂盒寄回进行检测。如果检查结果异常，您需要进一步接受结肠镜检查。粪便检测适用于结肠癌风险不高的群体。

无论您接受哪种筛查，一定要拿到结果。如果检查结果异常，请按照医疗保健提供者的指示进行下一步操作。

医疗保险会承保筛查吗？



大多数医疗保险计划，包括 Medicaid 和 Medicare，都能承保结肠癌筛查。对许多人来说，接受筛查无需自付费用。

