



BADAM SIĘ  
*mam pewność*

# Jak zapobiegać rakowi jelita grubego?

**KOLONOSKOPIA**  
**jest w Polsce metodą przesiewową.**

Jeśli jesteś w wieku pomiędzy 50 a 65 lat,  
to jest to dobry moment, by zadbać  
o swoje zdrowie i wykonać profilaktyczną  
kolonoskopię.

Dowiedz się więcej na [www.mz.gov.pl/profilaktyka](http://www.mz.gov.pl/profilaktyka)  
Narodowy Program Zwalczania Chorób Nowotworowych  
na lata 2016-2024

## Dlaczego warto się zbadać?

Rak jelita grubego jest drugim najczęstszym nowotworem złośliwym w Polsce – co roku notuje się ponad 15 000 nowych zachorowań. Rak jelita rozwija się ze zmian łagodnych, tak zwanych polipów. Taka przemiana trwa najczęściej kilkanaście lat. Dzięki badaniom profilaktycznym i usuwaniu polipów, możliwe jest znaczące obniżenie ryzyka zachorowania na raka jelita grubego, a także skuteczne leczenie już istniejących, bezobjawowych nowotworów we wczesnym stadium choroby.

Częstość występowania polipów i ryzyko ich zezłośliwienia wzrasta z wiekiem. Znacząca większość nowych zachorowań występuje u osób po 65 roku życia. Objęcie badaniami kobiet i mężczyzn między 50 a 65 rokiem życia ma na celu wykrycie zmian potencjalnie wyleczalnych. W tym wieku 25% osób ma polipy, a 5% jest zagrożonych rozwojem raka!

## Na czym polega badanie?

Kolonoskopia polega na obejrzeniu jelita od środka. Badanie wykonuje się za pomocą miękkiej, giętkiej rurki (kolonoskop) wprowadzanej przez odbył do oczyszczonego jelita grubego i przesuwanej do ujścia jelita cienkiego.

Wprowadzanie aparatu i badanie są bezbolesne dla większości osób, może jednak powodować wzdęcie, uczucie parcia i ucisku. Badanie trwa zwykle 15-30 minut, ale warto przeznaczyć 1,5-2 godziny na wizytę w ośrodku badań profilaktycznych. **Kolonoskopia jest bezpieczna!**

## Kto może się zbadać?

Program Badań Przesiewowych raka jelita grubego jest obecnie realizowany w dwóch systemach:

- skierowane do osób w wieku 55-64 lata: otrzymują one na adres domowy zaproszenie na profilaktyczną kolonoskopię z ustaloną datą i godziną badania do określonego ośrodka. Zaproszenie jest imienne i nie może być przekazane innej osobie.
- skierowane do osób w wieku 50-65 lat, które chcą wykonać badanie, a zaproszenia jeszcze nie otrzymały: mogą one samodzielnie zgłosić się do ośrodka wykonującego profilaktyczną kolonoskopię.

Listę ośrodków oraz warunki uczestnictwa można znaleźć na stronie internetowej [www.pbp.org.pl](http://www.pbp.org.pl)