

Si vols més informació o inscriure't
al programa de detecció precoç del
càncer de còlon i recte, consulta al
Servei de Prevenció-Medicina del treball
(tel: 93 214 80 77; intern: 88077).

Activa la teva salut!

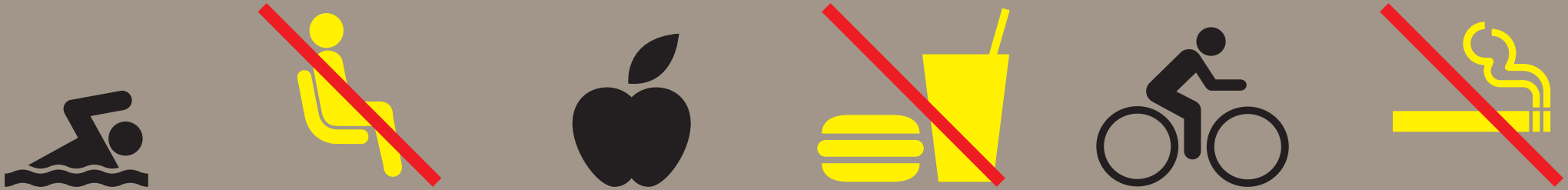
Prevenció del càncer de còlon

~~càncer còlon~~ verdures
fibra ~~obesitat~~ fruites
aigua ~~estrenyiment~~
~~greixos~~ exercici físic
esport ~~sedentarisme~~
~~fumar~~ vitamina D ~~alcohol~~
detecció precoç ~~est~~

Servei de prevenció 2013

A Barcelona TMB és el que ens mou

www.tmb.cat    



A Catalunya es diagnostiquen cada any 4.000 persones de càncer colorectal (CCR). Aquesta malaltia és actualment la segona causa de mort per càncer, després del de pulmó en els homes i el de mama a les dones, per això considerem important prevenir-lo.

La majoria de les vegades, el càncer de còlon i recte es desenvolupa a partir de les petites lesions de l'interior de l'intestí (pòlips). No acostuma a causar cap molèstia fins que la malaltia està molt avançada, per la qual cosa és important detectar-ho abans que comenci a donar símptomes.

Quins són els signes d'alarma?

- Canvis en els hàbits intestinals (per exemple: inici d'estrenyiment o bé de diarrea durant més d'un mes, quan fins aleshores es tenia un ritme deposicional regular). També quan s'alterna l'estrenyiment amb diarrea.
- Presència de sang a les deposicions
- Deposicions de color negre
- Pèrdua de pes inexplicada
- Cansament persistent no motivat
- Dolor abdominal persistent

Per prevenir el càncer de còlon i recte, tingues cura de la teva salut!

- Augmenta el consum de fruita i verdura
- Limita el consum d'aliments amb greixos d'origen animal.
- Fes exercici físic regularment.
- Evita l'obesitat.
- Si beus alcohol, modera'n el consum.
- No fumis.

En què consisteix el programa?

Per prevenir aquest tipus de càncer es fa la detecció de sang oculta a la deposició, mitjançant una prova molt senzilla, cada dos anys, a partir de certa edat.

Si tens més de 50 anys posa't en contacte amb nosaltres per fer-te una visita mèdica: recull dels antecedents i simptomatologia actual. Valorarem el teu cas i et donarem les instruccions per a la recollida de la mostra que es portarà al laboratori.

Què fer si en el resultat de la prova hi ha indicis de sang?

En aquest cas, és probable que hi pugui haver una lesió. En la majoria de casos aquesta és benigna i correspon a un pòlip, però en alguns casos la sang a la femta s'explica per la presència d'un càncer. És per això que davant d'un resultat positiu et caldrà fer una colonoscòpia que esclarirà el diagnòstic. Aquesta prova consisteix en una exploració del budell gros que es fa amb sedació i que té un risc baix de complicacions.