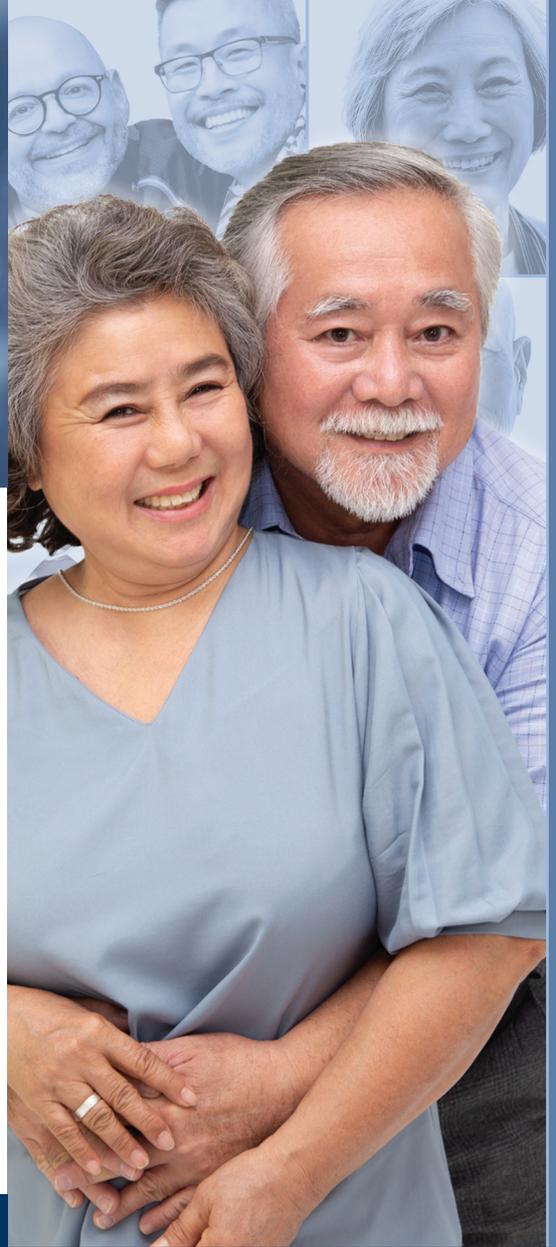


结直肠癌



我的行动计划

- 我会向医生咨询结直肠健康
- 我会了解我的筛查选择，并接受筛查
- 我会查看我的结直肠癌家族史
- 我会审视我的生活方式，为增进健康而做出改变

有什么因素能保护我免于患上结直肠癌吗？

我们对于如何保护您免于患上结直肠癌所知不多，但以下做法可能降低您患结直肠癌的风险：

- 经常运动
- 终生保持健康体重
- 限制饮酒
- 不吸烟
- 在结肠镜检查中切除息肉
- 限制红肉（牛肉、猪肉、羊肉或肝脏）和加工肉（热狗和一些熟食肉类）的食用量

我可从哪里获取更多信息？

今天就预约结肠镜检查

1-888-369-2427 (888-FOX-CHASE)

或访问 www.foxchase.org

Philip E. 和 Naomi P. Lippincott

资源与教育中心

215-214-1618

recstaff@fcc.edu



OFFICE OF COMMUNITY
OUTREACH AND
ENGAGEMENT



天普健康 (Temple Health) 指天普大学健康系统公司 (TUHS) 和天普大学路易斯·卡茨医学院 (Lewis Katz School of Medicine) 开展的健康、教育和研究活动。TUHS 不提供医疗保健服务，也不控制医疗保健服务的提供。所有医疗保健服务由其会员组织或 TUHS 会员组织的联营独立医疗保健服务提供者提供。各 TUHS 会员组织根据其治理文件拥有和经营。

禁止歧视通告：福克斯蔡斯癌症中心不会基于种族、宗教信仰、性别、性取向、性别认同、残疾、年龄、血统、肤色、国籍、体能或支付来源而排斥某个人参与提供优质医疗服务，或拒绝向某个人提供优质医疗服务。

© 福克斯蔡斯癌症中心。保留所有权利 2021年9月

了解事实.....



我有患上结直肠癌的风险吗？

我们无法确切知道您是否会得结直肠癌。男性和女性都可能患结直肠癌。某些因素会增加患病几率，这称为风险因素。

您无法改变的风险因素：

- 我 45 岁或以上
- 我是非裔美国人
- 我有结直肠癌、卵巢癌或息肉（生长在结肠或直肠内层的组织）的个人病史
- 我有结直肠癌家族病史
- 我有慢性炎症性肠病（溃疡性结肠炎或克罗恩病）
- 我有遗传性综合征，如家族性腺瘤性息肉病（FAP）或遗传性非息肉病性结直肠癌（英文缩写 HNPCC，又称“林奇综合征”）
- 我有 2 型糖尿病

您可以改变的风险因素：

- 我喝很多酒
- 我吸烟，抽雪茄（吸烟草）
- 我超重或肥胖
- 我的饮食富含红肉（牛肉、猪肉、羊肉或肝脏）和/或加工肉类（热狗和一些熟食肉类）

如果上述这些风险因素您有任何一项是打勾的，就可能有患上结直肠癌的风险。



结直肠癌有哪些症状？

结直肠癌在早期通常症状轻微或没有症状。但随着癌症发展，可能会出现如下症状：

- 直肠出血
- 粪便带血
- 粪便比往常窄细
- 排便习惯改变
- 胃痉挛或小腹疼痛
- 腹泻、便秘或感觉排便不尽
- 不明原因体重减轻
- 总是感觉累
- 恶心和呕吐

筛查指引

男性和女性遵循推荐的结直肠癌筛查指引非常重要：

- 如果您 45 岁或以上，即使没有任何症状，也要接受结直肠癌检查。
- 向医生咨询您的个人风险因素。这将帮助您决定是否需要更早接受筛查。

结直肠癌有哪些检查手段？

• 结肠镜检查

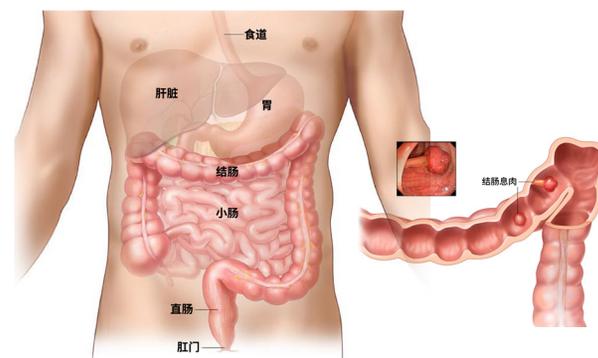
医生用一根装有照明灯的柔性管（结肠镜）检查直肠和整个结肠的内壁。如果检查过程中发现息肉，会将息肉切除。这个检查是在麻醉下进行的。这是结直肠癌的推荐筛查方法，每十年应至少做一次。

• 粪便免疫化学检测（FIT）

FIT 检查粪便有无隐血。建议您每年接受这项检测。这项检测是在家里做的。

• 柔性乙状结肠镜检查

医生用一根装有照明灯的柔性管（乙状结肠镜）检查直肠和部分结肠的内壁。如果检查过程中发现息肉，会将息肉切除。这项检查建议每五年做一次。



结肠息肉；生长在结肠或直肠内层的组织