

# Skríning rakoviny hrubého čreva

## Fakty



**Je na vás, či sa zúčastníte na skríningu rakoviny hrubého čreva.**

**Ak patríte do oprávnenej vekovej kategórie a ste registrovaný u všeobecného lekára, budete na skríning pozývaný každé dva roky.**

**Tieto informácie vám majú pomôcť pri rozhodovaní.**

### **Prečo sa zúčastniť skríningu rakoviny hrubého čreva?**

- Skríning ponúkame s cieľom zachytiť príznaky rakoviny hrubého čreva v skorom štádiu, kedy sa ešte neprejavujú žiadne symptómy. Práve vtedy môže byť liečba účinnejšia.
- Skríning dokáže odhaliť aj polypy. Sú to abnormálne zhluky buniek v čreve. Polypy nie sú rakovinou, ale časom sa na rakovinu môžu vyvinúť. Polypy sa dajú ľahko odstrániť, čo znižuje riziko vzniku rakoviny hrubého čreva.
- Pravidelný skríning rakoviny hrubého čreva znižuje riziko úmrtia na toto ochorenie.

### **Čo je to hrubé črevo?**

Hrubé črevo je súčasťou vášho tráviaceho systému. Z potravy odoberá živiny a vodu a zvyšok premieňa na výkaly (známe aj ako exkrementy, stolica alebo vyprázdňovanie).



## Čo je rakovina hrubého čreva?

- Rakovina hrubého čreva je označovaná aj ako rakovina hrubého čreva a konečníka alebo kolorektálny karcinóm.
- Približne u 1 z 20 ľudí sa počas života vyvinie rakovina hrubého čreva.
- V Severnom Írsku je rakovina hrubého čreva štvrtým najčastejším typom rakoviny u mužov aj u žien.
- Rakovina hrubého čreva je bežnejšia u starších ľudí, najmä u mužov.

## Riziká vzniku rakoviny hrubého čreva

Riziko vzniku rakoviny hrubého čreva hrozí každému, bez ohľadu na pohlavie. Medzi faktory, ktoré môžu toto riziko zvýšiť, patria:

- stúpajúci vek (8 z 10 ľudí s diagnostikovanou rakovinou hrubého čreva má viac ako 60 rokov);
- nedostatok pohybu;
- nadváha;
- strava s vysokým obsahom červeného a spracovaného mäsa a nízkym obsahom vlákniny, zeleniny a ovocia;
- fajčenie;
- nadmerná konzumácia alkoholu;
- cukrovka 2. typu;
- zápalové ochorenie čriev (ulcerózna kolitída alebo Crohnova choroba);
- výskyt rakoviny hrubého čreva v rodine.

## Čo zisťuje skrínigový test?

Skrínigový test zisťuje prítomnosť krvi vo vašej stolici (ide o krv, ktorú by ste si voľným okom nevšimli). Môže to byť včasný varovný signál, že niečo nie je v poriadku. Ak test zachytí krvácanie, neznamená to, že určite máte rakovinu hrubého čreva. Znamená to len, že je potrebné vykonať ďalšie vyšetrenia, aby sa zistila príčina tohto krvácania.

## Ako sa skrínig vykonáva?

Poštou dostanete testovaciu súpravu. Táto súprava je prvým krokom v procese skrínigu, ktorý môže zahŕňať ďalšie testy a jednu alebo viac návštev nemocnice.

## Ako mám vykonať test?

- Test sa vykonáva v súkromí vášho domova. Odoberiete veľmi malú vzorku stolice pomocou priloženej testovacej tyčinky. Návod na použitie testu je súčasťou balenia testovacej súpravy.
- K dispozícii je bezplatná linka pomoci **0800 015 2514**, na ktorú môžete zavolať, ak máte akékoľvek otázky týkajúce sa použitia súpravy, alebo ak potrebujete náhradný test či spiatočnú obálku.
- Video s návodom je k dispozícii na adrese [nidirect.gov.uk/bowel-screening](https://nidirect.gov.uk/bowel-screening)
- Vyplnenú testovaciu súpravu čo najskôr odošlite do skrínigového laboratória v predplatenej obálke. Pred vhođením do poštovej schránky sa uistite, že ste obálku poriadne zalepili. Omeškanie pri odosielaní súpravy môže zabrániť spracovaniu vzorky v laboratóriu.
- Nedovoľte nikomu inému, aby použil vašu súpravu, a neposielajte nepoužitú súpravu späť v predplatenej obálke.
- Ak si nie ste istí, či máte skrínigový test vykonať, zavolajte na linku pomoci. Napríklad, ak ste podstúpili operáciu a máte umelý vývod, cez ktorý odchádza stolica z čreva do vrečka (stómiu), je vhodné, aby ste nás kontaktovali ešte pred vykonaním testu.

## Kedy dostanem výsledky?

List s výsledkami by ste mali dostať do dvoch týždňov od odoslania testu – ak sa tak nestane, kontaktujte linku pomoci.

## Aká spoľahlivá je táto metóda?

- Skríninový test sám o sebe nedokáže určiť, či máte rakovinu hrubého čreva. Jeho úlohou je jednoducho rozdeliť ľudí do dvoch skupín – na tých, ktorí nepotrebujú žiadne ďalšie vyšetrenia, a na tých, ktorí by mali podstúpiť doplnujúce vyšetrenia.
- Rakovina hrubého čreva môže spôsobovať celú škálu symptómov. Keďže tento test hľadá stopy krvi, nemusí zachytiť všetky prípady rakoviny, ak nádor v danom čase práve nekrváca.
- Žiadny test nie je 100 % spoľahlivý, preto ak máte niektorý z príznakov uvedených na strane 7, mali by ste kontaktovať svojho všeobecného lekára, a to aj v prípade, že váš posledný test bol negatívny. Rakovina sa môže vyvinúť aj v období medzi jednotlivými testami.

## Čo znamenajú výsledky?

**V tejto chvíli nie sú potrebné ďalšie vyšetrenia.** Väčšina ľudí (približne 98 zo 100) má takýto výsledok. Znamená to, že sme vo vašej vzorke nenašli žiadnu krv alebo len nepatrné množstvo, ktoré je v rámci skríninovej normy. Tento výsledok nezaručuje, že nemáte rakovinu hrubého čreva alebo že sa u vás v budúcnosti nikdy nevyvinie. Je veľmi dôležité poznať príznaky rakoviny hrubého čreva. Skrínin rakoviny hrubého čreva vám bude znova ponúknutý každé dva roky, až kým nedosiahnete vek 74 rokov.

**Sú potrebné ďalšie vyšetrenia.** Tento výsledok majú približne 2 ľudia zo 100. Znamená to, že sme vo vašej stolici našli množstvo krvi, ktoré prevyšuje skríninovú normu. Tento výsledok neznamená, že máte rakovinu, avšak je potrebné zvážiť ďalšie vyšetrenia, aby sa zistila príčina prítomnosti krvi. Krv v stolici môže spôsobiť niekoľko faktorov, ako napríklad:

- hemoroidy (zlatá žila);
- črevné polypy;
- rakovina hrubého čreva.

Budete predvolaní k špecializovanému odborníkovi na skrínin, aby ste prediskutovali ďalší postup. Najbežnejšie vyšetrenie sa nazýva kolonoskopia.

## Čo je to kolonoskopia?

- Kolonoskopia je vyšetrenie, pri ktorom lekár alebo sestra používa veľmi malú kameru na konci tenkej trubice, aby skontrolovali vnútro vášho čreva a hľadali prípadné polypy alebo známky rakoviny. Niekedy sa odoberá malá vzorka tkaniva, ktorá sa následne skúma pod mikroskopom s cieľom zistiť prítomnosť rakovinových buniek.
- Tak ako pri väčšine lekárskeho zákroku, aj tu existuje možnosť komplikácií. Na každých 10 000 vykonaných kolonoskopií môže dôjsť ku krvácaniu v približne 67 prípadoch a v menej ako 10 prípadoch môže počas zákroku dôjsť k perforácii (prederaveniu) čreva. Ak k tomu dôjde, na opravu otvoru je takmer vždy potrebný operačný zákrok. V extrémne zriedkavých prípadoch (dôkazy naznačujú, že ide len o 1 z 10 000 prípadov) môže kolonoskopia viesť k úmrtiu.
- Ak vám bude ponúknutá kolonoskopia, budete mať príležitosť prediskutovať akékoľvek otázky alebo obavy so špecializovaným odborníkom na skríning.

## Čo ak kolonoskopia ukáže, že potrebujem ďalšiu liečbu?

Ak budete potrebovať ďalšiu liečbu, budete odoslaný k odborníkovi, ktorý je pre váš stav najvhodnejší. Napríklad, ak vám boli počas kolonoskopie odstránené polypy, môžete byť v budúcnosti pozvaný na zopakovanie kolonoskopie.

Diagnóza rakoviny hrubého čreva je nepravdepodobná. Ale ak sa tak stane, odporučíme vás tímu špecialistov, ktorí sa o vás postarajú. Hlavným spôsobom liečby rakoviny hrubého čreva je chirurgický zákrok. V niektorých prípadoch vám špecialisti môžu ponúknuť chemoterapiu alebo rádioterapiu.

Nie všetky prípady rakoviny hrubého čreva zistené pri skríningu sú vyliečiteľné. Avšak u ľudí, ktorým je rakovina hrubého čreva zistená v najskoršom štádiu, viac ako 90 % žije aj o päť rokov neskôr.

## Možné prínosy a riziká skríningu rakoviny hrubého čreva

Vedomie o možných rizikách a prínosoch vám môže pomôcť rozhodnúť sa, či sa zúčastníte skríningu rakoviny hrubého čreva.

### Výhody

- znižuje riziko úmrtia na rakovinu hrubého čreva
- umožňuje odstrániť abnormality (napríklad polypy) nájdené počas kolonoskopie, čo znižuje riziko vzniku rakoviny hrubého čreva
- môžete ho urobiť doma v súkromí

### Riziká

- liečba môže spôsobiť komplikácie, napríklad počas kolonoskopie alebo po nej
- skríning môže prehliadnúť rakovinu, ak v čase vykonania testu nekrvácala

## Príznaky, na ktoré si treba dávať pozor

Príznaky rakoviny hrubého čreva môžu zahŕňať:

- zmeny vo vyprázdňovaní oproti vášmu bežnému režimu;
- krv v stolici, ktorá môže vyzerat' ako červená alebo čierna;
- redšia stolica, častejšie vyprázdňovanie a/alebo zápcha;
- krvácanie z konečníka;
- častý pocit, že sa potrebujete vyprázdniť, a to aj v prípade, že ste práve boli na toalete;
- bolesť alebo hrčka v bruchu;
- nadúvanie;
- dlhodobý pocit väčšej únavy než zvyčajne;
- chudnutie bez zjavného dôvodu.

Skríning rakoviny hrubého čreva nie je testom na zisťovanie príznakov. Ak máte niektorý z týchto príznakov tri týždne alebo dlhšie, obráťte sa na svojho všeobecného lekára, ktorý vám môže poskytnúť iný druh vyšetrenia. Je to veľmi dôležité, aby bolo možné v prípade potreby zabezpečiť ďalšie vyšetrenia. Aj keď ste nedávno absolvovali skríning rakoviny hrubého čreva a/alebo kolonoskopiu, mali by ste si nechať svoje príznaky vyšetriť. Nezabúdajte, že tieto príznaky nemusia nevyhnutne znamenať, že máte rakovinu hrubého čreva.

### Ako môžem znížiť riziko vzniku rakoviny hrubého čreva?

Okrem absolvovania skríningového testu každé dva roky môžete znížiť svoje riziko aj dodržiavaním rád pre zdravý životný štýl – viac informácií nájdete na [www.choosetolivebetter.com](http://www.choosetolivebetter.com)

- Stravujte sa zdravo, vrátane piatich porcií ovocia a zeleniny denne, a konzumujte celozrnné výrobky, fazuľu a strukoviny pre dostatok vlákniny. Obmedzte červené mäso, najmä spracované červené mäso.
- Buďte aktívny.
- Udržiavajte si zdravú telesnú hmotnosť.
- Obmedzte príjem alkoholu.
- Prestaňte fajčiť – pomoc nájdete na [www.stopsmokingni.info](http://www.stopsmokingni.info)

### Ako si môžem zabezpečiť, aby mi bola v budúcnosti doručená testovacia súprava?

Ambulancia vášho všeobecného lekára nám poskytuje vaše kontaktné údaje, preto sa uistite, že majú vždy uvedené vaše správne meno, dátum narodenia a adresu.

### Čo sa stane s mojou vzorkou po jej otestovaní?

Po otestovaní bude vaša vzorka zničená. Výsledky budú vložené do počítačového systému a o dva roky vám bude zaslaná ďalšia testovacia súprava.

## Informácie o ochrane osobných údajov

- Kópia vašich výsledkov bude zaslaná vášmu všeobecnému lekárovi.
- Program skríningu rakoviny hrubého čreva musí viesť záznamy o všetkých osobách, ktoré absolvovali skríning, a o ich výsledkoch.
- Zamestnanci pracujúci pre tento program môžu nahliadať do vašich záznamov a kontrolovať ich.
- Tieto informácie sa používajú na to, aby sa zabezpečilo, že program funguje na vysokej úrovni, ktorú by mal dosahovať.
- Tieto informácie tiež ukazujú, koľko prípadov rakoviny sa podarilo zachytiť, a zabezpečujú, aby sa u pacientov nadviazalo správnu liečbou.
- Ak vám bude diagnostikovaná rakovina hrubého čreva v období medzi skríniniovými prehliadkami, môžeme prehodnotiť vaše predchádzajúce výsledky skríningu. Ak si to budete želať, budete môcť nahliadnuť do výsledkov tohto auditu.
- Ak potrebujete akékoľvek ďalšie informácie o tom, ako sú vaše záznamy uchovávané a používané, mali by ste kontaktovať bezplatnú linku pomoci na čísle **0800 015 2514**.

## Budete niekomu pomáhať pri použití tohto testu?

Ak ste opatrovateľom, mali by ste niekomu inému pomôcť s použitím súpravy na skríning rakoviny hrubého čreva len vtedy, ak o to požiada a súhlasí s tým, aby ste to urobili.

Ak sa staráte o niekoho, kto nie je schopný udeliť súhlas s účasťou na skríningu, mali by ste sa poradiť s jeho všeobecným lekárom a rozhodnúť, či je skríning v najlepšíšom záujme danej osoby.



## Ak potrebujete pomoc alebo radu

Ak máte akékoľvek otázky, kontaktujte bezplatnú linku pomoci na čísle **0800 015 2514**.

Pre ďalšie informácie navštívte:

**[nidirect.gov.uk/bowel-screening](http://nidirect.gov.uk/bowel-screening)**

Ak máte záujem o tento leták v inom jazyku alebo formáte, navštívte:

**<http://pha.site/bowel-cancer-screening-facts>**

alebo zadnú stranu tohto letáka.

Pre osoby so sluchovým postihnutím alebo poruchou reči je možné využiť službu Relay UK. Zavolajte na našu linku pomoci na čísle **18001 0800 015 2514**.

Ďalšie informácie pre osoby, ktoré sú transgender, nebinárne alebo rodovo premenlivé (gender fluid), sú dostupné na

**[www.pha.site/screeningleaflet](http://www.pha.site/screeningleaflet)**

## Ak potrebujete náhradnú súpravu

Ak potrebujete požiadať o náhradnú skrínigovú súpravu na rakovinu hrubého čreva alebo obálku, kontaktujte bezplatnú linku pomoci na čísle **0800 015 2514**. Nekontaktujte svojho všeobecného lekára ohľadom náhradného skrínigového testu ani mu test neodovzdávajte, pretože lekári tieto skrínigové súpravy neposkytujú ani neprijímajú.

## Odhlásenie sa zo skrínigu

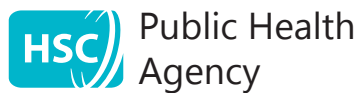
Účasť na skrínigu je otázkou osobnej voľby. Ak by ste chceli prediskutovať odhlásenie sa z programu skrínigu rakoviny hrubého čreva, kontaktujte, bezplatnú linku pomoci na čísle **0800 015 2514**.



Ak máte záujem o tento leták v inom jazyku alebo formáte,  
navštívte:

<http://pha.site/bowel-cancer-screening-facts>

alebo naskenujte QR kód nižšie.



**Public Health Agency**  
12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.  
Telefón: 03005550114 (miestna sadzba)  
[www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net)

Nájdete nás na:

