

Osoby wyrażające chęć udziału w spotkaniu edukacyjnym, podczas którego rozdawane będą zestawy do pobrania próbki do badania, mające pod swoją opieką osobę zależną, nad którą sprawowana jest opieka proszone są o wcześniejszy kontakt mailowy pod adresem [osrodek@open.poznan.pl](mailto:osrodek@open.poznan.pl) w celu ustalenia możliwości zapewnienia bezpłatnej opieki pielęgniarstwa nad osobą zależną w czasie trwania spotkania i dojazdu na nie.

O kontakt proszone są również osoby, od których ze względu na sprawowanie opieki nad osobą zależną, próbki do badania mają zostać odebrane bezpośrednio z domu oraz osoby, które nie mają możliwości dostarczenia próbki w wyznaczonym terminie odbioru.

W ramach programu prowadzona jest również edukacja indywidualna w siedzibie OPEN przy ul. Kazimierza Wielkiego 24/26 w Poznaniu.

**Więcej informacji na temat profilaktyki raka jelita grubego, informacje o planowanych spotkaniach edukacyjnych, terminach oraz miejscach badań oraz możliwość pobrania wyniku na [www.badaniaopen.pl](http://www.badaniaopen.pl)**



ośrodek profilaktyki i epidemiologii nowotworów im. Aliny Pienkowskiej S.A.

Przychodnia Zespołu Lekarza Rodzinnego  
„AMICOR” SP. J. Andrzej Paciorkowski, Adam Dopierała  
z siedzibą w Nekli, ul. Poznańska 33



Najbliższe spotkanie edukacyjne w Twojej okolicy



Kontakt:

Ośrodek Profilaktyki  
i Epidemiologii Nowotworów  
im. Aliny Pienkowskiej S.A.  
ul. Kazimierza Wielkiego 24/26  
61-863 Poznań  
tel. 61 8518 627  
[osrodek@open.poznan.pl](mailto:osrodek@open.poznan.pl)

**DAJ SOBIE SZANSE  
– ZBADAJ SIĘ**

**Profilaktyka nowotworów  
dolnego odcinka  
przewodu pokarmowego  
realizowana przez OPEN S.A.  
na terenie całej Wielkopolski  
w latach 2020-2023**



**Adresaci: mieszkanki i mieszkańcy Wielkopolski  
w wieku 50 - 74 lat**

Nowotwory dolnego odcinka przewodu pokarmowego to najczęściej występująca grupa nowotworów u mieszkańców Europy oraz jedno z najczęściej występujących schorzeń nowotworowych w Polsce. Zapadalność na nowotwory złośliwe jelita grubego i spowodowana przez nie umieralność stale rośnie.

Większości przypadków nowotworów złośliwych jelita grubego można by uniknąć. Szacuje się, że liczba zachorowań mogłaby być o ok. 70% niższa dzięki zastosowaniu odpowiedniego sposobu żywienia, a blisko 90% osób, które zachorowały, mogłyby przeżyć gdyby choroba została wykryta odpowiednio wcześniej.

### Czynniki ryzyka zachorowania

- wiek - ryzyko wzrasta po 50 roku życia,
- przewlekłe choroby zapalne przewodu pokarmowego,
- nadwaga i otyłość,
- dieta bogata w czerwone mięso (wołowina, wieprzowina, baranina) i przetworzone mięso (pasztety, parówki, mielonki) oraz tłuszcz, a uboga w błonnik,
- spożycie dużych ilości alkoholu,
- palenie tytoniu,
- siedzący tryb życia,
- występowanie raka jelita grubego w rodzinie.

W około 20% przypadków raka jelita grubego występują powiązania rodzinne, które mogą być spowodowane dziedzicznymi predyspozycjami lub bardzo podobnymi czynnikami środowiskowymi. Podwyższone ryzyko zachorowania obserwuje się w przypadku występowania w najbliższej rodzinie nowotworów jelita grubego i odbytnicy przed 50 rokiem życia. Znane są zespoły dziedziczne, które predysponują do wystąpienia raka jelita grubego np. HNPCC lub FAP.

Z tego powodu podczas zbierania próbek do badania każdy z uczestników będzie miał możliwość wypełnienia ankiety genetycznej, która zostanie przeanalizowana przez specjalistów z onkologicznej poradni genetycznej OPEN.

### Czynniki działające ochronnie

- dieta bogata w warzywa, owoce i produkty pełnoziarniste (pieczywo, kasze, makarony, ryż),
- ograniczenie spożycia czerwonego mięsa i unikanie przetworzonego mięsa,
- regularna aktywność fizyczna,
- długotrwałe przyjmowanie niesteroidowych leków przeciwzapalnych (np. kwas acetylosalicylowy).

### Objawy, na które należy zwrócić uwagę

- zmiana częstości wypróżnień,
- długotrwałe lub naprzemiennie występujące biegunki lub zaparcia,
- zmniejszenie średnicy wydalanego stolca,
- dyskomfort w jamie brzusznej,
- długotrwałe zmęczenie,
- zmniejszenie masy ciała bez wyraźnej przyczyny.

Krew nie zawsze jest widoczna gołym okiem, dlatego przeprowadzane jest badanie laboratoryjne próbki kału pod kątem występowania krwi utajonej. Nowotwór jelita grubego na wczesnym etapie rozwoju nie daje żadnych wyraźnych objawów ani dolegliwości. Z tego powodu tak ważne jest wykonywanie badań przesiewowych, które dają możliwość wykrycia choroby możliwie jak najwcześniej, przed wystąpieniem objawów.

### Badania przesiewowe

- test na obecność krwi utajonej w kale,
- kolonoskopia.

W ramach programu profilaktycznego realizowanego przez OPEN mieszkańcy i mieszkańcy Wielkopolski w wieku 50-74 lat mają możliwość skorzystania z bezpłatnego badania na obecność krwi utajonej w kale, a w przypadku dwóch nieprawidłowych wyników z wykonania bezpłatnej kolonoskopii w znieczuleniu ogólnym.

### Przebieg badania

#### Etap I

- Wykonanie testu na obecność krwi utajonej w kale
- zgłoszenie się w wyznaczonym dniu z dowodem osobistym i przygotowaną próbką kału
- A. wynik prawidłowy – ujemny (negatywny) – oznacza brak stwierdzenia występowania krwi w dostarczonej próbce kału – koniec badania profilaktycznego,
- B. wynik nieprawidłowy – dodatni (pozytywny) – stwierdzenie występowania krwi w kale
- powtórzenie badania po upływie 3-4 tygodni.

#### Etap II

Wykonanie drugiego testu na obecność krwi utajonej w kale u osób z nieprawidłowym wynikiem pierwszego badania

#### Etap III

- Wykonanie badania kolonoskopowego
- u osób z dwoma nieprawidłowymi wynikami testu na obecność krwi utajonej,
  - bezpłatnie w ramach programu,
  - bez skierowania,
  - w znieczuleniu ogólnym,
  - w warunkach ambulatoryjnych,
  - ze zwrotem kosztów dojazdu do Poznania na badanie dla uczestników projektu.

### Warunki udziału w programie

- udział w spotkaniu edukacyjnym,
- poprawne uzupełnienie i podpisanie ankiety oraz oświadczenia uczestnika projektu,
- zgłoszenie się w wyznaczonym dniu z dowodem osobistym i przygotowaną próbką kału.

Projekt profilaktyczny skierowany jest do mieszkank i mieszkańców Wielkopolski w wieku 50-74 lat, u których nie rozpoznano wcześniej nowotworu złośliwego jelita grubego i odbytnicy i którzy nie byli leczeni w tym zakresie.

### Przygotowanie próbki do badania

- przygotowanie próbki kału zgodnie z instrukcją dołączoną do zestawu (opis próbki imieniem i nazwiskiem oraz nr PESEL),
- minimum 48 h przed przygotowaniem próbki nie należy spożywać alkoholu,
- próbkę najlepiej przygotować bezpośrednio w dniu oddania jej do badania, do czasu przekazania przechowywać ją w temperaturze 2 - 8 st. C,
- przed przeprowadzeniem testu nie jest wymagana żadna dieta.

### Odbiór wyniku badania

1. W celu pobrania wyniku badań przez Internet należy wejść na stronę internetową: [www.badaniaopen.pl](http://www.badaniaopen.pl) i wpisać swój PESEL w polu ZALOGUJ w okienku WYNIKI BADAŃ.

2. Po wprowadzeniu PESELU na wskazany wcześniej w ankiecie numer telefonu komórkowego zostanie przesłane hasło, które należy wpisać w odpowiednie pole.

3. W przypadku wyniku nieprawidłowego dodatkowo wynik ten wraz z zestawem do ponownego pobrania materiału zostanie przesłany pocztą na podany w ankiecie adres zamieszkania, a sam wynik do lekarza rodzinnego wskazanego podczas przekazywania próbki.