

Osoby wyrażające chęć udziału w spotkaniu edukacyjnym, podczas którego rozdawane będą zestawy do pobrania próbek 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 pielęgniarki 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 badań mają zostać odebrane bezpośrednio z domu.

Osobom, u których konieczne będzie wykonanie kolonoskopii zapewniony zostanie zwrot kosztów dojazdu na badanie.



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



#### Kontakt:

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

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

# Badania profilaktyczne jelita grubego

Profilaktyka nowotworów  
dolnego odcinka  
przewodu pokarmowego  
realizowana przez OPEN S.A.  
na terenie całej Wielkopolski



Unia Europejska  
Europejski Fundusz Społeczny



Adresaci: mieszkanki i mieszkańcy województwa wielkopolskiego w wieku 50-67 lat

Nowotwory dolnego odcinka przewodu pokarmowego to najczęściej występujący rak w Europie 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 bowiem, że liczba zachorowań mogłaby być o około 70 % niższa dzięki zastosowaniu odpowiedniego sposobu żywienia. Blisko 90 % osób, które zachorowały, mogłoby przeżyć, gdyby choroba została wykryta odpowiednio wcześniej.

### Czynniki ryzyka zachorowania:

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

W około 20 % przypadków raka jelita grubego występują powiązania rodzinne, co może być spowodowane dziedzicznymi predyspozycjami lub bardzo podobnymi czynnikami środowiskowymi. Znane są zespoły dziedziczne, które predysponują do wystąpienia raka jelita grubego. Z tego powodu przy okazji zbierania próbek do badania każdy jego uczestnik będzie proszony o wypełnienie ankiety genetycznej, która zostanie przeanalizowana przez specjalistów z poradni genetycznej.

### Czynniki działające ochronnie:

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

### Objawy, na które należy zwracać 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

Badania przesiewowe obejmują test na krew utajoną w kale oraz kolonoskopię jako badanie weryfikujące. Obecność krwi w stolcu może być sygnałem ostrzegawczym, a krew może być widoczna gołym okiem lub być wykrywana w badaniu laboratoryjnym stolca.

### Przebieg badania:

#### Etap I

- wykonanie testu na obecność krwi utajonej w kale

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

- konsultacja u chirurga/chirurga onkologa u osób z dwukrotnym pozytywnym wynikiem testu na krew utajoną

#### Etap III

- wykonanie badania kolonoskopowego

### Warunki udziału w badaniu:

- podpisanie Oświadczenia Uczestnika Projektu,
- poprawne wypełnienie i podpisanie ankiety,
- zgłoszenie się w wyznaczonym dniu z dowodem osobistym i przygotowaną próbką kału.

### Przygotowanie próbki kału do badania:

- odbiór zestaw udo pobrania próbki podczas spotkania edukacyjnego,
- przygotowanie próbki kału zgodnie z instrukcją dołączoną do zestawu w dniu odbioru materiału do badania,
- na dobę przed przygotowaniem próbki nie należy pić alkoholu oraz przyjmować leków zmniejszających krzepliwość/gęstość krwi.

### Odbiór wyniku badania – instrukcja:

1. W celu pobrania wyniku badań przez INTERNET należy wejść na stronę internetową: **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. Po zalogowaniu się wyświetlona zostanie lista dokumentów do pobrania. Otwarcie dokumentu może wymagać zainstalowanego programu Adobe Acrobat Reader (w przypadku niektórych systemów operacyjnych). Aby pobrać oprogramowanie Acrobat Reader skorzystaj z odnośnika -

<https://get.adobe.com/pl/reader/>