

Scoprire e prevenire il cancro all'intestino

Il cancro all'intestino è conosciuto anche con il nome di cancro del colon-retto. È la seconda causa di morte per cancro in Australia. Più di 3.600 uomini e donne nel Victoria ne sono colpiti ogni anno e più di 1.350 ne muoiono.

Oltre il 90% dei casi di cancro all'intestino è curabile se viene scoperto presto.

Consigliamo agli uomini e alle donne oltre i 50 anni di fare un test di screening per il cancro all'intestino ogni due anni. Lo screening è importante perché potreste non vedere o sentire i sintomi del cancro all'intestino.

Che cosa comporta lo screening?

Lo screening consiste in un semplice test da fare a casa chiamato **test per la ricerca di sangue occulto nelle feci** che determina la presenza di sangue nelle feci, uno dei segnali del cancro all'intestino. Potreste non riuscire a vedere da soli il sangue.

L'esame comporta:

- l'uso di bastoncini o spazzolini in dotazione per prelevare un piccolo campione delle feci dopo due distinte evacuazioni
- mettere i campioni in un contenitore ermetico
- spedire i campioni a un laboratorio per l'esame.

Nel kit troverete le istruzioni e il materiale necessario.

Che cosa significa un risultato 'positivo'?

Significa che è stato trovato del sangue in entrambi i campioni ma ciò non significa che avete il cancro.

Nella maggior parte dei casi un risultato positivo è dovuto ad altri fattori quali:

- polipi che sono escrescenze nell'intestino
- emorroidi, ovvero vene gonfie nel retto o nell'ano.

Se il vostro test è positivo riceverete una lettera che vi chiede di rivolgervi al vostro medico per ulteriori esami, solitamente una colonoscopia. Questo aiuterà a capire il perché del sangue nelle feci.

Dove posso fare il test per l'intestino?

Grazie al National Bowel Cancer Screening Program (Programma nazionale di screening per il cancro all'intestino), le persone che compiono 50, 55 o 65 anni riceveranno gratuitamente per posta uno screening test per l'intestino (FOBT).

Se avete più di 50 anni e non avete ricevuto un test, chiedete un FOBT al vostro medico, farmacista o operatore sanitario,

I sintomi del cancro all'intestino

Il cancro all'intestino spesso si presenta senza sintomi che si possano vedere o sentire.

Tuttavia consultate il vostro medico se avete uno dei sintomi seguenti:

- perdita di sangue dopo un'evacuazione

- cambiamento inspiegabile delle abitudini intestinali o che si verifica per un lungo periodo di tempo, quale ad es. feci più morbide, evacuazioni più frequenti o stitichezza grave
- stanchezza inspiegabile
- dolori alla pancia
- una sensazione di gonfiore che non si attenua.

Chi è a rischio di cancro all'intestino?

Il cancro all'intestino è il secondo cancro più comune nelle persone dai 50 anni in su.

Alcune persone sono a rischio maggiore a causa di:

- diversi precedenti in famiglia di cancro all'intestino
- una precedente colite ulcerosa o malattia di Crohn.

Se siete a rischio, parlate con il medico delle vostre opzioni.

Come posso ridurre il rischio?

Potete ridurre il rischio di cancro all'intestino adottando uno stile di vita sano.

Consigliamo di:

- fare un esame di sangue occulto nelle feci ogni due anni dai 50 anni in poi
- avere un peso corporeo sano
- seguire un'alimentazione sana, con molta frutta e verdura
- fare 30 minuti di attività fisica sostenuta o un'ora di attività moderata per la maggior parte dei giorni
- ridurre l'assunzione di l'alcolici a non più di due bevande standard al giorno oppure evitandoli del tutto
- non fumare.

Multilingual Cancer Information Line

(Linea informazioni multilingue sul cancro)

Per parlare in maniera confidenziale con un infermiere oncologico nella vostra lingua tramite un interprete, seguite questa procedura:

1. Chiamate il Translating and Interpreting Service (Servizio traduttori e interpreti) al numero 13 14 50, da lunedì a venerdì, dalle 9.00 alle 17.00.
2. Dite la lingua che parlate.
3. Aspettate in linea l'arrivo di un interprete (potrebbero volerci fino a 3 minuti).
4. Chiedete all'interprete di chiamare il Cancer Council Helpline al numero 13 11 20.
5. Sarete messi in contatto con un interprete e un infermiere oncologico.

Visitate il sito www.cancervic.org.au/multilingual per maggiori informazioni nella vostra lingua o per consultare questo foglio informativo in altre lingue.

Ultimo aggiornamento: novembre 2011

