Rak jelita grubego. Program przesiewowej profilaktyki

Kilka słów o nowotworze jelita grubego

Nowotwór jelita grubego to jeden z najczęstszych nowotworów złośliwych na świecie i w Polsce. Występuje podobnie często u kobiet i mężczyzn, a zachorowalność rośnie z wiekiem. Wczesne wykrycie (np. w kolonoskopii) znacząco zwiększa szanse wyleczenia.

Jakie są przyczyny i czynniki ryzyka raka jelita grubego?

Dokładna przyczyna nie jest znana, ale duże znaczenie mają styl życia i czynniki genetyczne. Ryzyko zwiększa: dieta bogata w czerwone i przetworzone mięso, mała ilość warzyw i błonnika, otyłość, brak ruchu, palenie papierosów i picie alkoholu. Ważną rolę odgrywa też wiek (najczęściej po 50. roku życia) oraz obciążenia rodzinne.

Jak wygląda profilaktyka raka jelita grubego?

W profilaktyce nowotworu jelita grubego stosuje się alternatywnie dwie metody, tj.:

1) badanie kału na obecność krwi utajonej (najlepiej testem immunochemicznym FIT);
2) badanie endoskopowe – kolonoskopia, które ma największą czułość i swoistość w rozpoznawaniu nowotworów jelita grubego, a także pozwala na usuwanie polipów.

Badanie krwi utajonej w kale zaleca się wykonywać co roku, a kolonoskopię – co 10 lat, zaczynając od 50. roku życia lub wcześniej – w razie wystąpienia nowotworu jelita grubego w rodzinie.

Liczne badania obserwacyjne i metaanalizy sugerują, że kolonoskopia wiąże się z około 50–60% niższą śmiertelnością i około 50% niższą zapadalnością na raka jelita grubego – w odniesieniu do osób nigdy nie uczestniczących w programie przesiewowym.

Kto może skorzystać z programu badań przesiewowych raka jelita grubego?

Program przesiewowej kolonoskopii jest dla osób, które nie mają objawów sugerujących nowotwór jelita grubego (m.in. krwawienie, zmiana rytmu wypróżnień, niezamierzona utrata masy ciała czy niedokrwistość o niejasnej etiologii), nie miały wykonywanej kolonoskopii w ciągu ostatnich 10 lat, a także są w wieku od 50 do 65 lat lub młodszym – 40-49 lat, jeśli u najbliższych krewnych pacjenta rozpoznano nowotwór jelita grubego (rodzice, rodzeństwo, dzieci).

Lista placówek z Dolnego Śląska dostępna jest na stronie Kampanii oraz na stronach NFZ:
https://gsl.nfz.gov.pl/GSL/GSL/ProgramyProfilaktyczne

Na czym polega badanie?

(1) Badanie na krew utajoną w kale jest testem nieinwazyjnym i łatwym do wykonania także samodzielnie przez pacjenta – pozwala określić, czy w kale znajduje się krew niewidoczna gołym okiem. Obecnie rekomendowane jest wykonywane testem immunochemicznym (tzw. FIT), z wykorzystaniem przeciwciał swoistych dla ludzkiej hemoglobiny, co oznacza, że dieta nie ma wpływu na wynik oznaczenia (we wcześniej stosowanym teście gwajakowym konieczne było zachowanie odpowiedniej diety przed badaniem), jednakże należy unikać badania podczas menstruacji lub krwawienia z żylaków odbytu. Pobranie próbki kału do badania nie jest trudne, a test należy wykonać zgodnie z dołączoną do zestawu instrukcją – jeśli wykonujemy go sami w domu. Próbkę kału przenosi się do pojemnika za pomocą specjalnego patyczka lub szczoteczki i jeśli nie wykonujemy testu samemu – pojemnik należy oddać do laboratorium w dniu pobrania próbki. Cały proces pobrania próbki zajmuje kilka minut. Skierowanie na badanie można uzyskać u lekarza Podstawowej Opieki Zdrowotnej (POZ). Przy stwierdzonej obecności krwi w kale – należy wykonać kolonoskopię.

(2) Kolonoskopia jest to badanie, w czasie którego ogląda się i ocenia jelito grube od wewnątrz z użyciem endoskopu, wprowadzanego przez odbyt. W czasie badania możliwe jest wykrycie i usunięcie polipów (uważanych za stany przedrakowe) lub wykrycie raka we wczesnym stadium zaawansowania. Badanie trwa od 15 do 40 minut, a w zależności od wskazań medycznych może być przeprowadzone w znieczuleniu miejscowym z zastosowaniem żelu znieczulającego lub znieczuleniu ogólnym. Do udziału w programie nie jest potrzebne skierowanie – wystarczy, że pacjent jest w grupie wiekowej, która kwalifikuje do wykonania przesiewowej kolonoskopii i zgłosi się do placówki realizującej program.

Jakie jest przygotowanie do badania?

(1) Przed pobraniem próbki kału w kierunku krwi utajonej nie ma specjalnego przygotowania, jednakże należy unikać badania podczas menstruacji lub krwawienia z żylaków odbytu.

(2) Do kolonoskopii trzeba się dobrze przygotować, dlatego przed wizytą warto skontaktować się z placówką, która poinformuje co należy dokładnie zrobić. Rzetelne obejrzenie jelita od środka wymaga perfekcyjnego oczyszczenia go z resztek pokarmowych – osiąga się to stosując odpowiedni lek przygotowany oraz zastosowany zgodnie z instrukcją (ulotką). Prawidłową reakcją na preparat będą częste wypróżnienia, pod koniec klarowną treścią płynną.

Dokładną instrukcję przygotowania z wykorzystaniem preparatów oczyszczających jelito można znaleźć na stronie Programu Badań Przesiewowych raka jelita grubego:
http://pbp.org.pl/kolonoskopia/przygotowanie

Przydatne linki:

http://pbp.org.pl/
https://www.zwrotnikraka.pl/objawy-raka-jelita-grubego
https://pacjent.gov.pl/program-profilaktyczny/kolonoskopia-badanie-ktore-ratuje-zycie