

Обследование на рак толстой кишки

Beth Israel Lahey Health 
Beth Israel Deaconess
Medical Center

Colon Cancer Screening, Russian



Что вам следует знать

- Рак толстой кишки возникает у **1 из 23 мужчин** и **1 из 25 женщин**.
- **Скрининговые тесты** могут помочь обнаружить рак на ранней стадии, когда его легче лечить.
- Рекомендуется проводить скрининг **каждому** человеку **в возрасте 45 лет и старше**, даже если в вашей семье не было случаев рака толстой кишки
- Существуют **разные скрининговые тесты**; некоторые из них вы можете провести дома без колоноскопии.
- **Не ждите проявления симптомов**. Когда у вас появятся симптомы, болезнь уже успеет распространиться.



Что вы можете предпринять

- **Здоровый образ жизни** помогает предотвратить рак толстой кишки:
 - Откажитесь от курения
 - Откажитесь от алкоголя
 - Регулярно занимайтесь спортом
- **Употребляйте в рационе** больше фруктов, овощей и постного белка (курица, рыба) и меньше красного и переработанного мяса (деликатесы/полуфабрикаты, хот доги, свинина, говядина).
- Рак не остановится во время пандемии. **Не медлите!**
- **Поговорите со своим врачом** что бы обследоваться и какой тест вам лучше всего подойдет.
- **Что бы записаться на колоноскопию**, в Boston/Wellesley/Lexington звоните по тел: 617-754-8888, для Needham звоните по тел: 781-453-3688.



Проходите обследование. Это спасёт вам жизнь.