



掌握信息：
降低患结肠癌
的风险



降低患结肠癌的风险

结肠癌是什么？

结肠癌（或结直肠癌）出现在大肠（结肠）和/或直肠中。幸运的是，定期筛查有助于



预防结肠癌或在治疗效果最佳时尽早发现结肠癌。

有多种不同的结肠癌筛查

方式可供选择。结肠镜检查

使医疗保健提供者能够发现并切除结肠或直肠中的息肉（或增生），从而帮助预防癌症。如果选择其他方式（例如粪便检测），筛查结果呈阳性者后续需要进行结肠镜检查。

征兆和症状

结肠癌的症状包括粪便或直肠出血、体重减轻和持续腹泻或便秘。患有结肠癌的人通常不会立即表现出患癌征兆，所以即使您认为自己身体健康，您也应该进行筛查。



风险因素

如果您具有以下风险因素,您患癌的风险可能会增加:

- 具有结肠癌或癌前息肉家族病史
- 家族性腺瘤性息肉病 (familial adenomatous polyposis, FAP) 或遗传性非息肉病性结直肠癌 (hereditary nonpolyposis colorectal cancer, HNPCC), 后者也称为林奇 (Lynch) 综合症
- 溃疡性结肠炎或克罗恩病

如果您具有上述任何一项风险因素,请咨询您的医疗保健提供者。您可能需要提早开始进行筛查。



如果您没有保险,您可能
有资格投保免费或低成
本保险。您可以致电 **311**

或发送短信“CoveredNYC”至 877877
以获得免费的面对面投保协助。如需
获取有关免费或低成本筛查的更多
信息,请访问 nyc.gov/health 并搜索
“**colon cancer**” (结肠癌)。



筛查

有几种不同的结肠癌筛查方法可供选择，包括目视检测和粪便检测。下列标注星号 (*) 的检测需要检测结果呈阳性者**及时进行后续**结肠镜检查。



目视检测可以发现结肠或直肠中的异常组织：

- 结肠镜检查
- 软式乙状结肠镜检查*
- 计算机断层扫描 (computed tomography, CT) 结肠造影*



粪便检测可以发现粪便内的癌症征兆：

- 粪便免疫化学测试 (fecal immunochemical test, FIT)*
- 高灵敏性愈创木脂化学法粪便潜血试验 (high-sensitivity guaiac-based fecal occult blood test, HSgFOBT)*
- 粪便多靶点 DNA 检测 (FIT-DNA)*

如需获取有关上述筛查方法的更多信息，请访问 nyc.gov/health 并搜索“**colon cancer screening**” (结肠癌筛查)。

常见问题

我需要什么时候开始结肠癌筛查？

与您的医疗保健提供者讨论您的风险。大多数人应该在 45 岁时开始咨询结肠癌筛查。高危人群可能需要更早开始。

如果我感觉自己身体健康，我还需要进行筛查吗？

结肠癌并不会立即就产生症状。因此，即使您认为自己身体健康，您也需要进行筛查。尽早发现并切除息肉有助于预防结肠癌。

哪一种筛查方式最好？

每一种筛查方式都有不同的益处和风险。请咨询您的医疗保健提供者，选择最符合您需求的检测方式。

检测完成后需要做什么？

请记住进行后续检查！请咨询您的医疗保健提供者，询问您应在什么时候进行下一次结肠癌筛查。

如果在 50 岁之前进行筛查，我的保险承保筛查费用吗？

大多数保险计划（包括 Medicaid 和 Medicare）只承保投保人从 50 岁开始进行的结肠癌筛查。对于 50 岁前接受的结肠癌筛查，各保险的承保范围不同。向您的医疗保健提供者咨询有关结肠癌风险的信息，并在进行筛查之前确认您的保险承保范围，以免产生意外费用。有多种筛查方式，其中部分方式的费用可能比其他方式低。



降低风险的其他方式：

- 保持健康体重并经常锻炼身体。
- 减少食用加工肉类（例如培根、热狗和午餐肉）。
- 如果您吸烟，请制定戒烟计划。如需戒烟帮助，请致电 311 或访问 nyc.gov/health 并搜索“NYC Quits”。
- 饮酒可能会增加患结肠癌的风险。请访问 nyc.gov/health 并搜索“alcohol and health”（饮酒与健康）以获取更多信息。

如需获取更多信息

请访问 nyc.gov/health 并搜索“colon cancer”（结肠癌）。

美国癌症学会 (American Cancer Society)
cancer.org/cancer/colon-rectal-cancer

美国疾病控制与预防中心
(Centers for Disease Control and Prevention)
cdc.gov/cancer/colorectal

美国国家癌症研究所
(National Cancer Institute)
cancer.gov/types/colorectal

纽约州卫生署
(New York State Department of Health)
health.ny.gov/diseases/cancer/colorectal