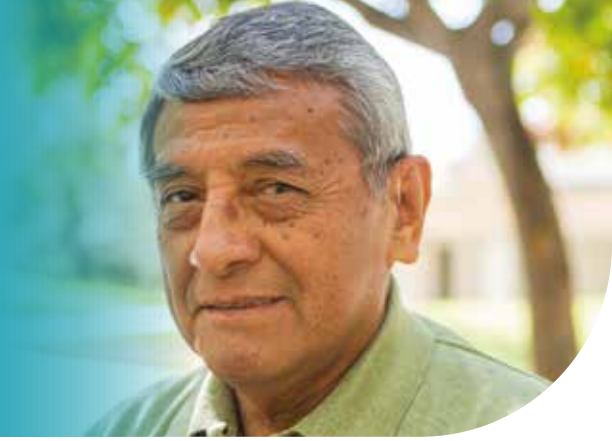


Ung thư đại tràng

Giảm bớt rủi ro



Ai nên xét nghiệm?

Hiệp hội ung thư Hoa Kỳ (ACS) đề xuất người cần xét nghiệm:

- Tất cả người lớn từ 45 tuổi trở lên.*
- Người có tiền sử gia đình mắc ung thư đại tràng.
- Người có tiền sử cá nhân mắc Polyp đại tràng, bệnh viêm ruột mạn tính hoặc ung thư đại tràng

Các xét nghiệm nào?

ACS đề xuất các xét nghiệm sau:

- Xét nghiệm chất miễn dịch trong phân (FIT - ưu tiên) hoặc xét nghiệm tìm máu ẩn trong phân (FOBT)** - Hàng năm.
- Nội soi đại tràng sigma bằng ống dẻo*** - 5 năm một lần.
- Nội soi đại tràng - 10 năm một lần

Xét nghiệm là hành động tốt nhất quý vị có thể thực hiện để phòng ngừa ung thư đại tràng. Gọi điện đến nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị và lên lịch hẹn ngay hôm nay.

Quý vị có thể giảm thiểu nguy cơ của mình như thế nào?

ACS đề xuất các điều sau:

- Làm xét nghiệm.
- Luôn vận động. ACS đề xuất tập thể dục ít nhất 30 phút từ 5 ngày trở lên một tuần.
- Giữ cân nặng khỏe mạnh. Hỏi nhà cung cấp của quý vị xem số lượng cân nặng nên có.
- Ăn thức ăn tốt cho sức khỏe.
- Hạn chế thức ăn nhiều chất béo và đồ uống có cồn.
- Hãy hỏi nhà cung cấp của quý vị xem liệu pháp aspirin có thể phù hợp hay không.

* Theo Lực lượng đặc nhiệm Dịch vụ phòng ngừa Hoa Kỳ

** Đối với FOBT, sử dụng phương pháp lấy mẫu nhiều lần tại nhà.

*** Xét nghiệm FIT hoặc FOBT hàng năm, tốt hơn là thêm nội soi đại tràng sigma bằng ống dẻo 5 năm một lần (nhưng không yêu cầu) với một trong 2 loại xét nghiệm nói trên.

Quý vị có thắc mắc về sức khỏe?



Hãy gọi đến Đường dây y tá tư vấn 24 giờ của chúng tôi. Chúng tôi luôn sẵn sàng trợ giúp quý vị.

Tiếng Anh: (888) 275-8750

Español: (866) 648-3537 TTY/TDD: 711

28837FLYMDCAVI
220617



Do Molina Healthcare phân phối. Tất cả tài liệu trong tờ này chỉ để tìm hiểu thông tin. Thông tin này không thay thế lời khuyên của nhà cung cấp. Để nhận thông tin này bằng ngôn ngữ quý vị mong muốn hoặc định dạng có thể truy cập, vui lòng gọi cho bộ phận Dịch vụ thành viên. Số điện thoại nằm ở mặt sau thẻ ID của quý vị.