

## KTO SME?

**79 vyškolených dobrovoľníkov** v organizácii NIE RAKOVINE z radov vyliečených onkologických pacientov podáva pomocnú ruku pacientom, ktorí práve bojujú s rakovinou.

Poskytujeme osobnú podporu a sprevádzame onkologických pacientov liečbou v našich **5-tich patientskych poradniach**.

Denne odpovedáme na otázky v našej online poradni na **www.nierakovine.sk**

Pomáhame pacientom na našej bezplatnej telefonickíj linke **0800 800 183**

Informujeme a vzdelávame, prinášame život zachraňujúce informácie, v rámci TURNÉ NIE RAKOVINE navštevujeme školy, firmy, inštitúcie, obchodné centrá, obce a mestá po celom Slovensku.



Sami sme si onkologickou liečbou prešli a s láskou pomáhame pacientom a ich príbuzným v našich patientskych poradniach, pretože pacient pacientovi rozumie najlepšie. **Vďaka VÁM dokážeme ešte viac!**

**Staňte sa naším darcom a povedzte NIE RAKOVINE**



Naskenuj QR kód a pomôž jednorázovo alebo pravidelným príspevkom

SME PACIENTSKA ORGANIZÁCIA  
**NIE RAKOVINE, o.z.**

☎ bezplatná infolinka: 0800 800 183  
f facebook: /nierakovine  
i instagram: /nie\_rakovine  
▶ youtube: /@nierakovine7256  
in linkedin: /nie-rakovine



patientska poradňa online:

**WWW.NIERAKOVINE.SK**

## KDE NÁJDETE NAŠU POMOC?

*Patientske poradne - bývalí pacienti radia súčasným:*

### Národný onkologický ústav

Klenová 1, Bratislava

Konzultácie: pondelok, utorok a streda 9.00 - 12.00  
hlavná budova, 2. poschodie

### Východoslovenský onkologický ústav

Rastislavova 43, Košice

Konzultácie: streda 9.00 - 12.00

Poradenská miestnosť na -1. poschodí

### Fakultná nemocnica Nitra - Onkologický pavilón

Špitálska 6, Nitra

Konzultácie: streda 9.00 - 12.00

Poradenská miestnosť na 2. poschodí oproti výťahom

### Fakultná nemocnica Trnava - Onkologická klinika

A. Žarnova 11, Trnava

Konzultácie: streda 9.00 - 12.00

ambulancie klinickej onkológie, miestnosť č. 15

### Fakultná nemocnica Prešov

Jána Hollého 14, Prešov

Konzultácie: streda 9.00 - 12.00

odd. klinickej onkológie, miestnosť č. 112

Partneri projektu



**WWW.ONKOKONTROLA.SK**

POVEDZ AJ TY



**HRUBÉHO ČREVA  
A KONEČNÍKA**



**www.nierakovine.sk**

bezplatná patientska infolinka:  
**0800 800 183**

Slovensko patrí medzi krajiny s najvyšším výskytom a úmrtnosťou na nádory hrubého čreva a konečníka (kolorektálny karcinóm) na svete. Každoročný tragický prírastok pacientov predstavuje až vyše 4000 ľudí ročne – z toho polovica na túto chorobu zomiera. (zdroj: NCZI)

## Zasiahnite včas!

Odhaľte vo včasnom štádiu príznak, ktorý necítite a získajte vysokú šancu na vyliečenie skôr, než sa vyvinie rakovina hrubého čreva alebo konečníka.

Hoci ide o jednu z najrozšírenejších onkologických diagnóz na svete, v jej skorom štádiu patrí k dobre liečiteľným nádorovým ochoreniam. Od roku 2019 je na Slovensku dostupný organizovaný skrining - OnkoKontrola karcinómu hrubého čreva a konečníka. Ide o štátom riadený a vyhodnocovaný preventívny program pod dohľadom Národného onkologického inštitútu (NOI) s cieľom odhaliť pacientov ešte v bezpríznakovej fáze, kedy na úplné vyliečenie stačí krátky zákrok. **Nárok na bezplatný test majú ľudia vo veku 50-75 rokov bez príznakov ochorenia.** Metódami vyšetrenia sú test na skryté krvácanie do stolice (TOKS) raz za 2 roky alebo skriningová kolonoskopia raz za 10 rokov.



Chráňte sa pred vznikom rakoviny hrubého čreva a konečníka pravidelným pohybom. Urobte prvý krok k prevencii a využite možnosť bezplatnej onkokontroly po 50-tke.

## Ako funguje národný skrining - OnkoKontrola?

Vekovo najohrozenejšia skupina pre výskyt rakoviny hrubého čreva a konečníka vo veku 50-75, ktorá pravidelne nenavštevuje preventívnu prehliadku u všeobecného lekára obdrží od zdravotnej poisťovne TOKS (test na skryté krvácanie do stolice). K testu sa dostanú aj tí, ktorí prídu raz za 2 roky ku všeobecnému lekárovi na preventívnu prehliadku.

Test je možné vykonať doma podľa priloženého návodu a do 3 dní ho doručiť na vyhodnotenie svojmu všeobecnému lekárovi. **AK BUDE VÝSLEDOK NEGATÍVNY** – test je potrebné opakovať každé dva roky. **PRI POZITÍVNOM VÝSLEDKU** nasleduje kolonoskopické vyšetrenie s cieľom zistenia príčiny krvácania.

Nezľaknite sa, pozitívny výsledok ešte neznamená, že máte rakovinu. Dôležité je, aby ste urobili ďalší dôležitý krok - zašli k lekárovi.

Skriningovú kolonoskopiu vykonáva gastroenterológ na skriningovom gastroenterologickom pracovisku. Ak v čreve počas vyšetrenia nájde podozrivé výrastky – polypy, ktoré sa považujú za riziko vzniku rakoviny hrubého čreva a konečníka – ihneď ich bezbolestne odstráni.

## Prevencia a včasná diagnostika zachraňujú životy.

Kolorektálny karcinóm vo svojich začiatkoch nebolí, čo znamená, že človek nemusí pociťovať žiadne príznaky, ktoré by ho prinútili vyhľadať lekára. Preto je tak veľmi dôležité absolvovať TOKS, ktorý je v prípade pozitivity signálom na sériu ďalších odborných vyšetrení.

Na Slovensku je približne 1 600 000 ľudí vo vekovo ohrozenej skupine vhodnej na skrining (50 -75 rokov). A hoci je TOKS bezbolestný a neinvazívny skrining - OnkoKontrolu absolvuje len 44,4 % Slovákov. Výsledkom, v spojitosti s rizikovými a inými faktormi, je 32 úmrtí týždenne na rakovinu hrubého čreva, čo nás celosvetovo radí na popredné priečky v otázke úmrtnosti na tento typ rakoviny.

## Ako sa chrániť?

- Fyzická aktivita a zdravý životný štýl významne prispieva k zníženiu rizika vzniku kolorektálneho karcinómu a iných vážnych ochorení.
- Preventívna prehliadka spolu s TOKS a skriningová kolonoskopia sú kľúčom k včasnej diagnostike rakoviny hrubého čreva a konečníka.
- Poznanie príznakov môže podporiť včasné stanovenie diagnózy a tým pádom zachytiť ochorenie včas.

## Pri akých príznakoch určite navštíviť lekára?

### Napríklad:

- viditeľné krvácanie z konečníka, krv na toaletnom papieri
- dlhšie trvajúca stolica podobná hnačke či tvrdá stolica, alebo naopak ich časté striedanie
- časté urgentné navštevovanie toalety, ale aj zápcha
- strata apetitu
- celková únava
- anémia
- strata hmotnosti
- nevysvetliteľné horúčky a závraty
- nevysvetliteľné bolesti brucha
- plynatosť či pocit hrče v bruchu

**Slovensko sa vo výskyte rakoviny hrubého čreva dlhodobo nachádza celosvetovo na popredných priečkach, umierať na ňu by však nemusel takmer nikto.**

Podrobné informácie o symptómoch, diagnóze a význame prevencie rakoviny hrubého čreva a konečníka nájdete na stránkach **WWW.NIERAKOVINE.SK**