

# 結腸直腸癌：

預防與篩檢  
識別、減少、預防



## 什麼是結腸直腸癌？

結腸直腸癌以大腸內壁的小生長物（稱為息肉）開始。隨著時間的推移，一些息肉可能會發生變化並癌變。透過定期篩檢，可以在這些息肉成為嚴重威脅之前發現並切除它們。

## 您應注意哪些徵象？

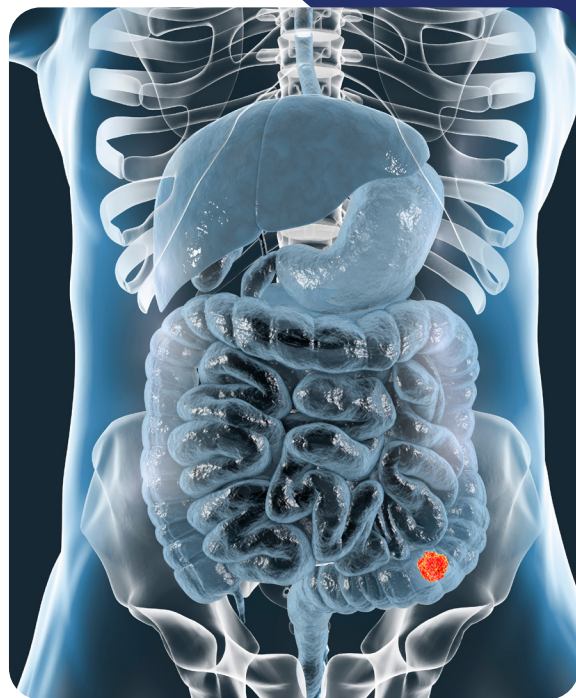
- 排便習慣改變
- 大便（排便）隱血或帶血
- 持續腹痛或痙攣
- 不明原因的體重下降
- 疲勞或虛弱
- 貧血（因便血引起）
- 感覺脹氣

## 您可以採取的預防措施：

- 瞭解您的家族癌症史
- 攝入高纖維食物
- 減少紅肉和加工肉類的攝入量
- 避免吸菸
- 控制飲酒
- 運動
- 留意您的身體和任何症狀
- 向您的醫生諮詢如何改善您的飲食和生活方式以預防結腸癌
- 如果醫生建議進行篩檢，請務必堅持完成篩檢

# #2

結腸直腸癌是導致男性和女性癌症死亡的第二大原因，它通常沒有任何症狀。



## 完成篩檢

如需瞭解更多資訊，您可以透過致電、傳送簡訊、掃碼或瀏覽網站立即開始行動！

簡訊：傳送「SCREEN」至 43386

致電：833.727.3665

瀏覽網站：[go.rutgers.edu/PreventCRC](https://go.rutgers.edu/PreventCRC)

掃碼：



資料來源：

<https://seer.cancer.gov/statfacts/html/colorect.html>

<https://www.cancer.org/cancer/colon-rectal-cancer/about/key-statistics.html>

<https://www.cancer.org/cancer/colon-rectal-cancer/causes-risks-prevention/prevention.html>

修訂日期：2024年2月29日