

대장암:

예방 및 검진
발견, 줄이기, 예방



대장암이란?

대장암은 대장 내벽에 용종이라고 하는 작은 종양으로 시작됩니다. 시간이 지나면서 용종이 변화해서 암으로 진행됩니다. 정기 검진으로 용종이 심각한 위협이 되기 전에 발견하여 제거할 수 있습니다.

주의해서 보아야 할 증상은?

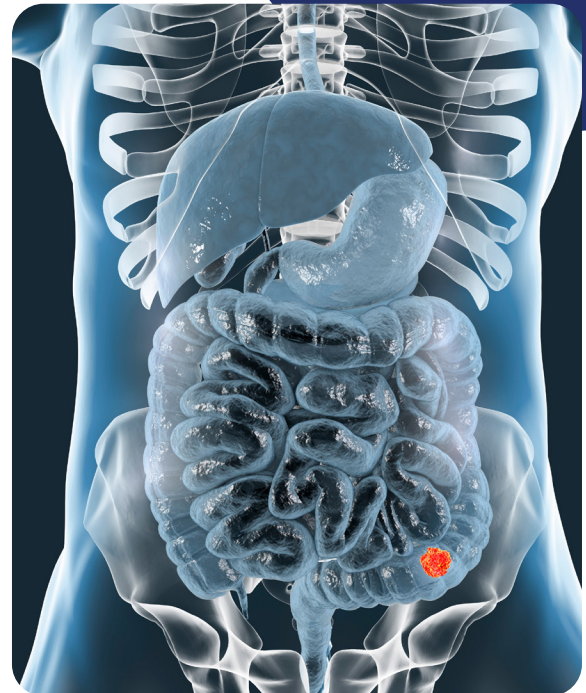
- 배변 습관의 변화
- 혈변 또는 대변(배변) 잠혈
- 사라지지 않는 복통이나 경련
- 이유를 알 수 없는 체중 감소
- 피로 또는 허약
- 빈혈(혈변에 의한 출혈)
- 복부 팽만감

이에 대해 내가 할 수 있는 일:

- 가족 암 병력 확인
- 섬유질이 풍부한 식품 섭취
- 적색육과 가공육 섭취 줄이기
- 금연
- 금주
- 운동
- 내 몸과 증상 주의깊게 살피기
- 식단 개선 방법과 대장암 예방을 위한 생활 방식에 대해 의사와 상의
- 의사가 권고할 경우 검진 받기

#2

대장암은 남녀 모두에게 두 번째 주요 사망 원인이며 아무런 증상이 없는 경우가 많습니다.



암 검진

자세히 알아보시려면 전화 또는 문자를 하시거나, 여기 코드를 스캔하시거나, 또는 웹사이트를 방문하여 오늘 건강 활동을 시작해보세요!

문자: 43386번으로 'SCREEN'이라고 문자보내기
전화: 833.727.3665

웹사이트: go.rutgers.edu/PreventCRC
스캔:



출처:

<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>

Rev. 02.29.2024