**Rak jelita grubego: gdzie wykonać bezpłatną kolonoskopię w Warszawie?**

**Nowotwór jelita grubego jest niezwykle podstępny, gdyż może rozwijać się bezobjawowo nawet przez kilka lat. Co roku tę przykrą diagnozę słyszy ponad 18 tys. Polaków[[1]](#footnote-1). Kluczową rolę w jego profilaktyce odgrywają regularne badania przesiewowe umożliwiające wczesne wykrycie i leczenie choroby. Jednym z nich jest kolonoskopia – badanie endoskopowe dolnego odcinka przewodu pokarmowego zalecane u osób po 50 r.ż. Gdzie mogą wykonać ją bezpłatnie i bez skierowania mieszkańcy Warszawy?**

Rak jelita grubego zyskał miano choroby cywilizacyjnej. Główną przyczyną jego rozwoju jest przede wszystkim nieprawidłowa dieta bogata w tłuszcze nasycone, a tym samym uboga w owoce i warzywa, brak aktywności fizycznej, spożywanie alkoholu czy palenie papierosów. Czynniki genetyczne, m. in. występowanie raka jelita grubego u członków rodziny, odpowiadają jedynie za niewielką cześć wszystkich przypadków tej choroby[[2]](#footnote-2). To oznacza, że w dużej mierze temu nowotworowi można zapobiec poprzez odpowiednie nawyki żywieniowe, zdrowy styl życia i regularną aktywność fizyczną. Mimo to, liczba przypadków w Polsce wzrasta od lat. To najczęściej występujący, tuż po raku płuc, nowotwór w naszym kraju, który dotyka znacznie więcej mężczyzn niż kobiet. Według prognoz IARC, do 2040 roku możemy spodziewać się średnio dwukrotnego wzrostu zachorowalności, jak i umieralności na raka jelita grubego wśród obydwu płci[[3]](#footnote-3).

Wyzwaniem w leczeniu nowotworu jelita grubego jest przede wszystkim jego późna wykrywalność. Choroba może przez długi czas rozwijać się bezobjawowo, dając pierwsze sygnały dopiero w zaawansowanym stadium. Naszą uwagę powinny zwrócić takie dolegliwości, jak krew towarzysząca wizytom w toalecie, częste biegunki lub zaparcia, nudności, a także skurcze lub bóle brzucha. Szansą na wczesną diagnozę, a tym samym powrót do zdrowia są badania profilaktyczne oraz natychmiastowa reakcja w przypadku pojawienia się niepokojących oznak. W odpowiedzi na wysoką zachorowalność i potrzebę zwiększenia świadomości Polaków na temat objawów, przyczyn i możliwości leczenia tego nowotworu powstał formalny Program Badań Przesiewowych Raka Jelita Grubego finansowany przez NFZ.

**Badania profilaktyczne raka jelita grubego – kto powinien skorzystać?**

Wczesna wykrywalność choroby ma kluczowe znaczenie dla skuteczności terapii, daje lepsze rokowania i zwiększa szansę na szybsze wdrożenie procesu leczenia. Marzec jest miesiącem świadomości raka jelita grubego, dlatego w tym okresie szczególnie zachęca się osoby z grupy ryzyka do wykonania bezpłatnej kolonoskopii w ramach programu Badań Przesiewowych. Z tej możliwości mogą skorzystać jednorazowo wszyscy Polacy w wieku 50-65 lat, a także osoby pomiędzy 40. a 49. rokiem życia, mające przynajmniej jednego krewnego ze zdiagnozowanym rakiem jelita grubego. Kolonoskopia powinna być wykonywana profilaktycznie raz na 10 lat – często wzbudza jednak wiele emocji i niepotrzebny niepokój. Czy słusznie?

*– Kolonoskopia to podstawowe badanie diagnostyczne jelita grubego. Badanie to umożliwia wykrywanie zmian przedrakowych w postaci polipów oraz innych zmian patologicznych w jelicie grubym, jak również pobranie z nich wycinków do badania histopatologicznego. Wiele osób niepotrzebnie się go obawia. Badanie trwa zazwyczaj kilkanaście minut i możliwe jest do przeprowadzenia w znieczuleniu ogólnym (analgosedacji), co znosi wszelkie nieprzyjemne doznania w trakcie jego trwania. Rak jelita grubego rozwija się bezobjawowo przez kilkanaście lub kilkadziesiąt lat. Pojawienie się niepokojących objawów jak krwawienia, przewlekłe zaparcia, biegunki czy niedokrwistość świadczy zazwyczaj o zaawansowaniu choroby. Z tego powodu z bezpłatnych badań przesiewowych powinni skorzystać wszyscy pacjenci po 50. roku życia, a także ci po ukończeniu 40 lat, jeśli nowotwór wystąpił u ich najbliższych (rodzice lub rodzeństwo). Poprzez to proste badanie dajemy sobie szansę na długie życie w zdrowiu* – podkreśla **dr n. med. Krzysztof Pragacz, specjalista chirurgii ogólnej w enel-med.**

Osoby w wieku 40-65 lat mogą wykonać kolonoskopię bezpłatnie i bez skierowania w placówkach realizujących program Badań Przesiewowych. Należy do nich m. in. Centrum Medyczne enel-med – mieszkańcy Warszawy i okolic mogą zgłosić się na badanie w oddziałach: Postępu przy ul. Postępu 6, Ursus przy ul. Prystora 8 i Zacisze przy ul. Gilarskiej 86c.

Więcej informacji o bezpłatnej kolonoskopii w ramach programu Badań Przesiewowych Raka Jelita Grubego oraz formularz rejestracyjny znajdują się na stronie <https://przesiewowe.enel.pl/>.

1. <https://www.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/programy-profilaktyczne/program-badan-przesiewowych-raka-jelita-grubego/>. [↑](#footnote-ref-1)
2. <https://www.pap.pl/aktualnosci/news%2C1545296%2Cjak-rozpoznac-objawy-raka-jelita-grubego-ekspert-nawet-60-proc-przypadkow>. [↑](#footnote-ref-2)
3. [Global Cancer Observatory (iarc.fr)](https://gco.iarc.fr/). [↑](#footnote-ref-3)