

مردان و زنان 50 تا 70 ساله؛ برای غربالگری سرطان امعای بزرگ می توانند از مراکز بهداشت خانواده، مراکز بهداشتی مهاجرین، KETEM مرکز تشخیص، غربالگری و آموزش اولیه سرطان) و ابزارهای سیار غربالگری سرطان، خدمات دریافت کنند.

برای سرطان امعای بزرگ  
غربالگری کنید.  
از سلامتی خود محافظت  
کنید.



## غربالگری سرطان امعای بزرگ

افراد بین 50 تا 70 سال،

آزمایش خون مخفی مدفوع در هر 2 سال،  
کولونوسکوپی هر 10 سال،  
توصیه می شود انجام دهید.



این نشریه با حمایت مالی اتحادیه اروپا تهیه شده است. مسئولیت محتوای آن صرفاً بر عهده وزارت بهداشت جمهوری ترکیه است و منعکس کننده دیدگاه اتحادیه اروپا نمی باشد.

برای اطلاعات بیشتر و خدمات به نزدیکترین مرکز بهداشتی مهاجرین بیابید.

موقعیت مناسب، خدمات بهتر

f @ t v sihatproject

www.sihatproject.org

sihat



This project is funded by the European Union.  
Bu proje Avrupa Birliği tarafından finanse edilmektedir.  
هذا المشروع تم تمويله من قبل الاتحاد الأوروبي

تشخیص زودهنگام  
جان انسان ها را  
نجات می دهد



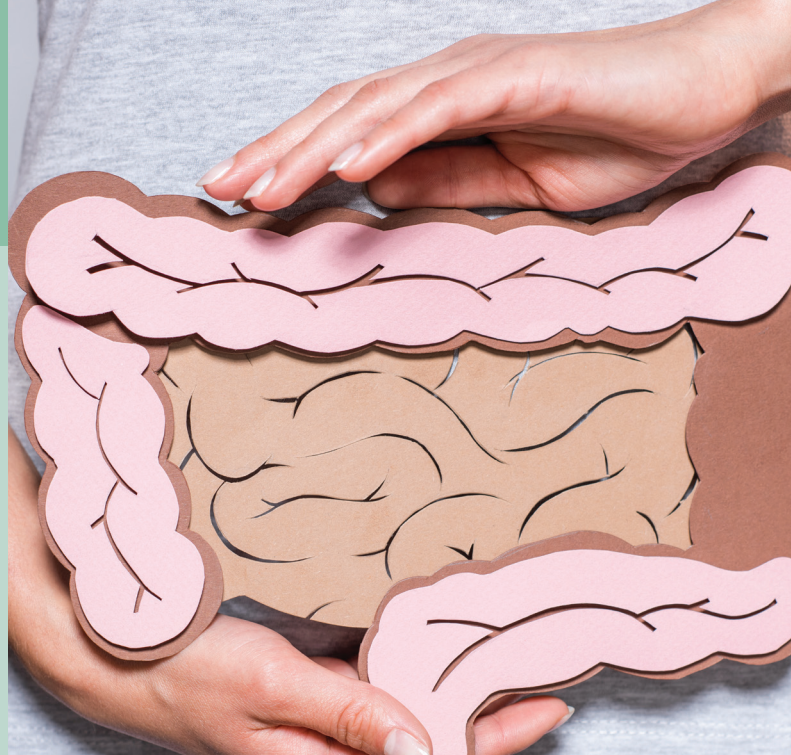
sihat



# ابتلا به سرطان امعا (سرطان امعای بزرگ)

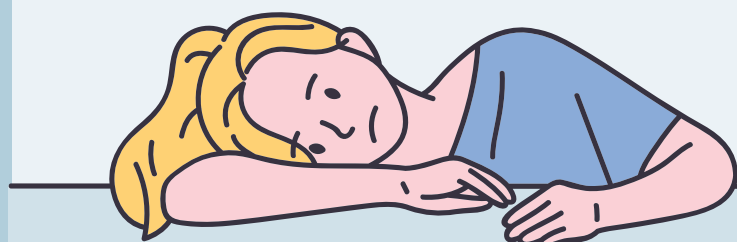
پولیپ ها و سرطان های روده بزرگ (قسمت کولون و رکتوم) اغلب تا زمانی که به خوبی رشد نکرده باشند علائمی از خود نشان نمی دهند.

تشخیص و درمان این سرطان ها در مراحل اولیه با برنامه های غربالگری امکان پذیر است.



## علائم؛

ایجاد تغییرات در فعالیت امعا (اسهال یا یبوست)،  
دیدن خون در مدفوع،  
عدم خروج مدفوع،  
عدم توانایی در خروج گاز از بدن،  
کاهش وزن سریع و احساس خستگی.



## برای محافظت از سرطان امعای بزرگ؛

**سیگار نباید کشید،**  
**باید به تغذیه خود توجه کرد؛**  
میوه ها و سبزیجات به مقدار زیاد مصرف شود،  
غذاهای چرب بیش از حد نباید ترجیح داده شود،  
از مصرف مکرر گوشت سرخ شده، سوخته یا کبابی  
باید خودداری شود.  
**داشتن فعالیت بدنی،**  
**نباید وزن اضافه کرد،**  
**باید از مصرف الکل خودداری کرد.**

