



Scheda
Convegno Nazionale Gastroenterologia

LA PREVENZIONE DEL TUMORE DEL COLON-RETTO

I sintomi

L'insorgenza della malattia è spesso inosservata perché i suoi sintomi si manifestano solo nel 40% dei casi, possono essere piuttosto generici e quindi molto facili da trascurare.

I principali "campanelli d'allarme" sono:

- calo di peso inspiegato;
- dolore all'addome o al retto;
- sensazione di evacuazione incompleta;
- variazione delle normali abitudini intestinali (ad es. diarrea o stitichezza) senza motivo apparente per un periodo superiore a sei settimane;
- anemia;
- sangue nelle feci.

La prevenzione

La prevenzione, dato l'insorgere poco evidente della malattia, è molto importante. Secondo le raccomandazioni sullo screening oncologico del Ministero della Salute, dai 50 anni in poi, se non si hanno fattori di rischio particolari, è necessario effettuare un test per la ricerca di sangue occulto nelle feci, che mira a segnalare piccole tracce di sangue nascoste che devono indirizzare a con esami più approfonditi, come la colonscopia.

È importante che tutti coloro che hanno superato 50 anni si sottopongano frequentemente a screening diagnostici: la ricerca del sangue occulto nelle feci è in grado di identificare circa il 25% dei tumori del colon-retto, mentre la colonscopia è in grado di individuarne il 75%.

Consigli alimentari

Alcune semplici abitudini alimentari possono ridurre il rischio di tumore del colon-retto:

- controllare il peso corporeo;
- includere un'ampia varietà di frutta e verdura nella dieta quotidiana;
- consumare una maggiore quantità di cibi ricchi di fibre, quali cereali integrali, legumi, vegetali e frutta;
- diminuire l'apporto totale di grassi (30% meno delle calorie totali);
- limitare il consumo degli alcolici;

Ufficio Stampa

SEC Relazioni Pubbliche e Istituzionali srl

Per informazioni: Giulia Colombo – 02 6249991 – cell. 338 4737984 – g.colombo@segrp.it

Laura Arghittu – 02 6249991 – cell. 335 485106 – arghittu@segrp.it

Federico Ferrari – 02 6249991 – cell. 347 6456873 – ferrari@segrp.it