

Na webovej strane [www.tvojanovanadej.sk](http://www.tvojanovanadej.sk) sú priateľivé slová o tom, že nikdy nie je neskoro na nový začiatok, štyri „karty“ nádeje, tri telefónne čísla infolinky. Návštevník sa dozvie o kolorektálnom karcinóme, o metastatickom karcinóme prsníka, o nemalobunkovom karcinóme pľúc a o metastatickom karcinóme obličky. Dnes uvedieme niečo o prvom z nich – kolorektálnom karcinóme.

Kolorektálny karcinóm (bezplatná infolinka tel. 0800 500 100 v pondelok až piatok od 16.00 do 18.00 h) je na strane [www.tvojanovanadej.sk](http://www.tvojanovanadej.sk) a [www.tvojanadej.sk](http://www.tvojanadej.sk). Nádor vzniká v 80 % z adenómového polypu a je u nás veľmi častý. U slovenských žien je to druhá najčastejšia malignita po karcinóme prsníka, u mužov tretia po karcinóme prostaty a karcinóme pľúc. V rámci definície sa opisuje nádor, metastázy, angiogenéza. Pri primárnej prevencii je obmedzovanie masného a červeného mäsa, preferovanie vysokého obsahu vlákniny, nízky obsah živočíšnych tukov, hojné ovocie, zelenina, nakysnuté mliečne výrobky, primeraná hmotnosť a pravidelná stolica. Rizikom je aj veľa piva a fajčenie. Asi dve tretiny kolorektálnych karcinómov krvácajú raz do týždňa a až 90 % z nich sa dá odhaliť testom na okultné krvácanie v stolici (TOKS). Test sa má robiť u všetkých ľudí bez príznakov nad 50 rokov raz za dva roky, u všetkých prvostupňových príbuzných chorého nad 40 rokov raz ročne, u všetkých žien so zisteným karcinómom prsníka, maternice alebo vaječníka raz ročne. Test býva pozitívny aj pri adenómových polypoch. Testy sú k dispozícii u praktických lekárov. Po pozitívnom teste nasleduje kolonoskopia. Ak sa zistia polypy, odstraňujú sa. Medzi skupiny s vysokým rizikom patria pacienti so všetkými formami difúznej črevnej polypózy, ako je familiárna adenomatózna polypóza, Turcottov syndróm (dispenzarizácia je od veku 10 – 12 rokov), prvostupňoví príbuzní chorého, pacienti s adenómovými polypmi (najmä veľkými, početnými, s vysokým stupňom dysplázie), pacientky po operácii karcinómu prsníka, maternice, vaječníkov. Rizikové faktory sú: vek, rodinná predispozícia, familiárna adenómová polypóza, Crohnova choroba, ulcerózna kolitída, polypy, ženské pohlavie, zhubný nádor prsníka, maternice a vaječníka, cukrovka, už uvedené stravovacie návyky, nedostatočný príjem vápnika, vitamínu D, kyseliny listovej, vitamínu C a stopových prvkov. Medzi príznakmi sa uvádza krvácanie z konečníka, striedanie zápchy a hnačky, časté nutkanie na stolicu, úbytok hmotnosti, vyčerpanosť, prímes hlienov a krvi v stolici, bolesť brucha, plynatosť, ceruzkovitá (tenká) stolica.

Na strane [www.tvojanovanadej.sk](http://www.tvojanovanadej.sk) sú pri kolorektálnom karcinóme dve poradne: poradňa onkológa a poradňa gastroenterológa. V poradni onkológa sú detaily o radikálnej a paliatívnej chirurgickej liečbe. Uvádzajú sa modality predoperačnej, adjuvantnej, paliatívnej chemoterapie a odstraňovaní nežiaducich účinkov liečby. Rádioterapia sa používa predoperačne, adjuvantne a paliatívne. Ako cieľná liečba sa uvádza bevacizumab, inhibítor VEGF (vaskulárneho endotelového rastového faktora). Onkológ ďalej radí v živote, vo výžive, v sexuálnom zdraví, vysvetľuje pojmy, uvádza odpovede na najčastejšie otázky, odpovedá a radí na infolinke.

V poradni gastroenterológa sú informácie o familiárnej polypóze, Crohnovej chorobe, ulceróznej kolitíde, o syndróme dráždivého čreva. Uvádzajú sa spôsoby gastroenterologických vyšetrení, ako je rtg., ultrasonografia, palpácia, krvné testy, gastroskopia, kolonoskopia. Sú tu praktické rady v životospráve a v stravovaní, uvádzajú sa štatistické údaje vo svete a na Slovensku, ktoré sú vyjadrením narastania incidencie a prevalencie kolorektálneho karcinómu v ostatných desaťročiach. Novou nádejou v liečbe, o ktorej sme publikovali aj v našom časopise, je cieľená terapia zabraňujúca angiogenéze.

Pacientske občianske združenie Europacolon Slovensko je nezávislá nezisková organizácia, ktorá bojuje proti kolorektálnemu karcinómu. Občianske združenie má dve emblematické postavy: Janu Pifflovú Špankovú a Patrika Hermana. Vznikla v roku 2007. Je čoraz známejšia aj vďaka obrovskej makete hrubého čreva, ktorá putuje po Slovenských mestách a námestiach a v ktorej sa návštevníci dozvedajú o prevencii, diagnostike a liečbe. Europacolon Slovensko rozvinulo novú kampaň pod názvom s heslom „Výživou proti rakovine – Dve zbrane proti rakovine sú viac než jedna“. Viac (poradňa výživy, aktuality) je na strane [www.europacolon.sk](http://www.europacolon.sk).

Držíme palce podobným webovým stranám a ostávame s pozdr@vom

## **Your new hope. 1st part**

Štefan Hrušovský a Miroslav Šašinka