



立即行动， 降低结直肠癌风险

1. 接受筛查。如果您年满 45 岁或以上，请与您的医护人员讨论最适合您的检测。
2. 规律运动。
3. 保持健康的体重。
4. 低脂饮食。
5. 每天至少吃5份水果和蔬菜。
6. 避免或减少饮酒。

查看结直肠癌的症状：

- 排便习惯改变。
- 直肠出血或大便带血。
- 大便比平时更稀薄。
- 腹胀、饱腹感或痉挛。
- 腹泻、便秘或感觉肠道不完全排空。
- 精力下降或总是感到疲倦。
- 呕吐。

发现癌前病变和癌症生长的检测：

结肠镜检查
仿真结肠镜检查
软式乙状结肠镜检查

我需要多久检测一次：

每10年
每5年
每5年

通过粪便发现癌症的检测：

愈创木脂大便潜血检查 (gFOB)
粪便免疫化学检查 (FIT)
多目标粪便DNA检查 (FIT DNA 或 Stool DNA)

每年
每年
每3年

许多保险计划和联邦医疗保险 (Medicare) 帮助支付筛查费用。
如果您没有保险，我们或许能够提供帮助。

立即安排您的筛查：

请拨打 302-623-4622 联系我们的筛查指导护士，了解更多信息。
或者使用此二维码了解更多关于您患结直肠癌风险的信息。

