



## **Darmkrebsvorsorge Graubünden**

Ein Programm der Krebsliga Graubünden im Auftrag des Kantons

## **Screening del cancro coloretale nei Grigioni**

Un programma della Lega grigionese contro il cancro  
su incarico del Cantone

## **Prevenziun dal cancer da la beglia Grischun**

In program da la Lia grischuna cunter il cancer  
per incumbensa dal Chantun



#### **Impressum**

©2020 Krebsliga Graubünden,  
Chur, 1/2020

#### **Redaktion und Projektleitung**

Krebsliga Graubünden,  
im Auftrag des Kantons  
Graubünden und in  
Zusammenarbeit mit  
Swiss Cancer Screening.

#### **Fachberatung**

Mit Dank an die Fachgruppe  
von Swiss Cancer Screening,  
an das Expertengremium  
Darmkrebsvorsorge Graubünden  
und an das Gesundheitsamt  
Graubünden für die wertvolle  
Unterstützung.

#### **Gestaltung**

MetaDesign AG, Zürich

#### **Druck**

Sulser Print AG, Chur

#### **Auflage**

5000 Exemplare  
1/2020

#### **Impressum**

©2020 Lega grigionese contro  
il cancro, Coira, 1/2020

#### **Redazione e direzione del progetto**

Lega grigionese contro il cancro,  
su incarico del Cantone dei  
Grigioni e in collaborazione con  
Swiss Cancer Screening.

#### **Consulenza specialistica**

Si ringrazia il gruppo di lavoro  
di Swiss Cancer Screening,  
la commissione di esperti per  
la prevenzione del cancro  
colorettale nei Grigioni e  
l'Ufficio di igiene pubblica  
del Cantone dei Grigioni per  
la preziosa collaborazione.

#### **Design**

MetaDesign AG, Zurigo

#### **Stampa**

Sulser Print AG, Coira

#### **Tiratura**

5000 esemplari  
1/2020

#### **Impressum**

©2020 Lia grischuna cunter  
il cancer, Cuira, 1/2020

#### **Redacziun e direcziun dal project**

Lia grischuna cunter il cancer,  
per incumbensa dal chantun  
Grischun ed en collavuraziun  
cun Swiss Cancer Screening.

#### **Cussegliaziun spezialisada**

Cun engraziament a  
la cussegliaziun spezialisada  
da Swiss Cancer Screening,  
al gremi d'experts Prevenziun  
dal cancer da la beglia Grischun  
ed a l'Uffizi da sanadad dal  
Grischun per il sustegn prezius.

#### **Concepziun**

MetaDesign AG, Turitg

#### **Stampa**

Sulser Print AG, Cuira

#### **Exemplars**

5000 exemplars  
1/2020

<b>Deutsch</b>	<b>4</b>
<b>Italiano</b>	<b>16</b>
<b>Rumantsch</b>	<b>28</b>

# Liebe Bündnerinnen und Bündner

Zugegeben, es gibt angenehmere Themen als Krebs oder gar Dickdarmkrebs. Darüber redet niemand gerne. Wir, das Gesundheitsamt Graubünden, machen Dickdarmkrebs zum Thema. Vorsorge von Dickdarmkrebs ist sehr sinnvoll. Werden Vorstufen frühzeitig erkannt, kann Darmkrebs heute in den meisten Fällen vermieden werden. Es ist uns deshalb ein grosses Anliegen, dass Sie die Möglichkeiten kennen, wie Sie aktiv vorsorgen können.

Mit wenig Aufwand können Sie viel erreichen. In dieser Broschüre erklären wir Ihnen, welche Vorsorgemöglichkeiten Sie haben, wie die Methoden funktionieren und wie Sie vorgehen können. Sicher, es braucht Überwindung, der Gewinn jedoch ist für Betroffene mehr als hoch.

Gesundheit ist für uns alle ein wichtiges Gut. Die Bündner Regierung hat sich zum Ziel gesetzt, die Vorsorge von Krebs zu fördern. Der Kanton Graubünden schliesst sich deshalb der nationalen Strategie zur Bekämpfung von Krebs an. Ein Teil davon ist das Programm Darmkrebsvorsorge Graubünden, das wir der Krebsliga Graubünden zur Durchführung übertragen haben. Gemeinsam setzen wir uns für Ihre Gesundheit ein.

Ich fordere Sie auf: Machen Sie mit. Es geht um Ihre Gesundheit.

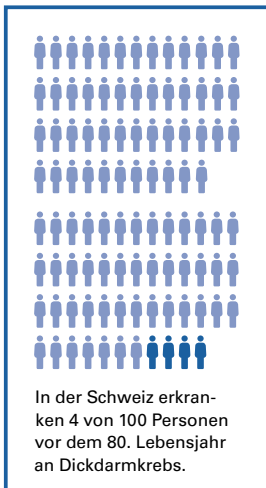


**Peter Peyer**, Regierungsrat  
Vorsteher Departement für Justiz,  
Sicherheit und Gesundheit

# Über Dickdarmkrebs

## Zahlen und Fakten

Dickdarmkrebs ist in der Schweiz die zweithäufigste Krebsart bei Frauen und die dritthäufigste Krebsart bei Männern.



## Wie viele Menschen bekommen Dickdarmkrebs?

4300 Personen in der Schweiz erkranken jedes Jahr an Dickdarmkrebs.

## Wie viele Menschen sterben an Dickdarmkrebs?

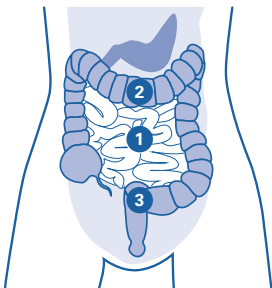
1700 Personen in der Schweiz sterben jedes Jahr an den Folgen von Dickdarmkrebs.

## Wer kann Dickdarmkrebs bekommen?

Die meisten Personen mit Dickdarmkrebs erkranken nach dem 50. Lebensjahr. 4 von 100 Personen in der Schweiz erkranken vor dem 80. Lebensjahr an Dickdarmkrebs.

## Ist Dickdarmkrebs heilbar?

Die Chancen auf Heilung sind gross, wenn der Dickdarmkrebs früh genug entdeckt wird.



## Der Dickdarm

Der Dickdarm ist ein Teil des Darms.  
Der Darm besteht aus drei Abschnitten:

- 1 Dünndarm
- 2 Dickdarm (Kolon)
- 3 Enddarm (Rektum), der mit dem Darmausgang (After) endet

## Wie entsteht Dickdarmkrebs?

- Die Schleimhaut im Dickdarm und im Enddarm kann sich verändern. Dabei können kleine Wucherungen entstehen, sogenannte Polypen.
- Polypen kommen häufig vor. Von 100 Personen über 65 Jahre haben mehr als 30 Personen solche Polypen im Darm.
- Viele Polypen sind nicht gefährlich für die Gesundheit. Sie entstehen durch Fehlbildungen wie Fettansammlungen oder Entzündungen.
- Andere Polypen entstehen durch Vermehrungen der Darmschleimhautzellen. Diese speziellen Polypen heissen Adenome.
- Aus Adenomen kann Krebs entstehen.
- Bis aus einem Adenom Krebs entsteht, vergehen normalerweise 10 bis 15 Jahre. Es kann aber auch nur wenige Jahre dauern, bis Krebs entsteht.
- Von 100 Adenomen entwickeln sich weniger als 5 zu Krebs.
- Grosse Adenome bluten häufig. Dieses Blut ist aber von blossen Auge nicht sichtbar.

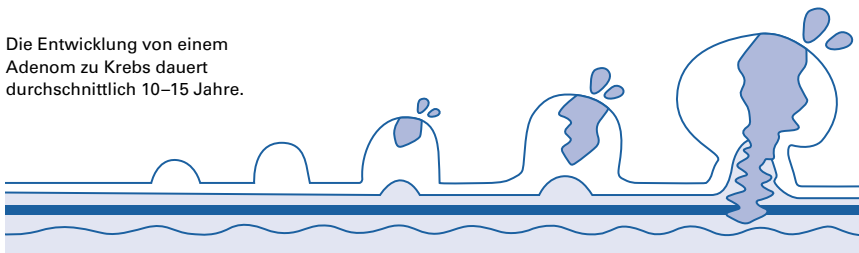
## Wie merkt man, dass man Dickdarmkrebs hat?

Sie lassen sich untersuchen, weil Sie Symptome haben:

- sichtbares Blut im Stuhl
- Verdauungsbeschwerden
- veränderte Stuhlgewohnheiten
- unerklärlicher Gewichtsverlust
- anhaltende Müdigkeit

Meistens ist der Dickdarmkrebs bei solchen Symptomen schon fortgeschritten. Sprechen Sie mit einer Fachperson, falls Sie diese Symptome haben.

Die Entwicklung von einem Adenom zu Krebs dauert durchschnittlich 10–15 Jahre.



Gesunde Darmschleimhaut

Adenom im Anfangsstadium

Adenom im fortgeschrittenen Stadium

Krebs im Anfangsstadium

Invasiver Darmkrebs

# Vorbeugen und Vorsorge von Dickdarmkrebs

## Gibt es einen Schutz vor Dickdarmkrebs?

Es gibt keinen absoluten Schutz. Aber Sie können das Risiko senken.

## Was können Sie tun?

Sie können auf einen gesunden Lebensstil achten:

- Essen Sie täglich Früchte und Gemüse.
- Essen Sie weniger verarbeitetes Fleisch oder allgemein weniger Fleisch.
- Bewegen Sie sich viel und regelmässig.
- Achten Sie auf Ihr Körpergewicht.
- Reduzieren Sie den Alkoholkonsum und bleiben Sie rauchfrei.

Weitere Informationen dazu finden Sie auf der Webseite [vorsorge-gr.ch](https://www.vorsorge-gr.ch).

## Was ist Vorsorge von Dickdarmkrebs?

Es gibt Untersuchungen, mit denen man schon früh erkennt, ob jemand Dickdarmkrebs hat. Man kann dabei auch Veränderungen im Darm sehen, die sich zu Dickdarmkrebs entwickeln können, und diese sofort entfernen. Solche Vorsorgeuntersuchungen sollten regelmässig wiederholt werden.

## Wen betrifft Vorsorge von Dickdarmkrebs?

Vorsorge ist für Personen ab 50 Jahren wichtig, auch wenn sie keine Symptome haben.

## Warum braucht es Vorsorge von Dickdarmkrebs?

Je früher man eine Krebsvorstufe oder Dickdarmkrebs entdeckt, umso besser sind die Heilungschancen. Dank Vorsorge

- kann man Krebsvorstufen (Polypen) entfernen und damit die Entstehung von Dickdarmkrebs verhindern,
- kann man Dickdarmkrebs schon früh behandeln,
- sterben weniger Menschen an Dickdarmkrebs.

Die Vorsorge von Dickdarmkrebs wirkt. Dies konnte mit wissenschaftlichen Untersuchungen gezeigt werden.

## Gibt es Grenzen bei der Vorsorge von Dickdarmkrebs?

Dickdarmkrebs kann bei den meisten Menschen mit Vorsorgeuntersuchungen verhindert oder frühzeitig entdeckt werden. Aber es gibt keinen Test, der alle frühen Krebserkrankungen zu 100% erkennt. Das Risiko, zwischen zwei Vorsorgeuntersuchungen an Dickdarmkrebs zu erkranken, kann nicht ausgeschlossen werden. Darum ist es wichtig, dass Sie immer Ihre Ärztin oder Ihren Arzt fragen, sobald Sie Symptome haben.

# Wie wirksam ist die Vorsorge von Dickdarmkrebs?

Die Wirksamkeit der Vorsorge ist wissenschaftlich erwiesen. Eine regelmässige Vorsorge reduziert die Sterberate um mehr als 50 Prozent.

## Das bedeutet bei 100 Personen

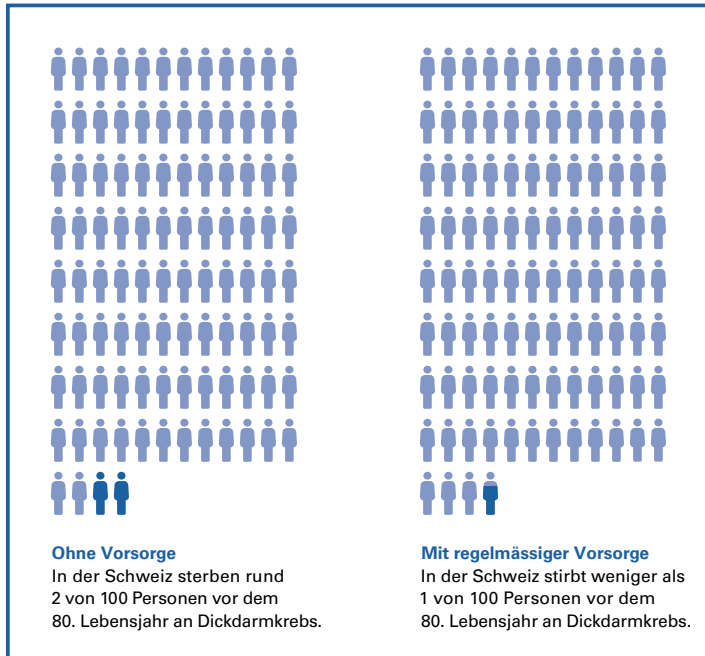
### Ohne Vorsorge:

2 Personen sterben vor dem 80. Lebensjahr an Dickdarmkrebs.

### Mit regelmässiger Vorsorge:

Weniger als 1 Person stirbt vor dem 80. Lebensjahr an Dickdarmkrebs.

Diese Zahlen sind Schätzwerte aus Untersuchungen. Wissenschaftliche Studien versuchen, diese Schätzungen genauer zu machen. Wichtig für Sie zu wissen: Für eine einzelne Person kann nie sicher vorhergesagt werden, ob sie an Darmkrebs erkrankt oder nicht.







# Vergleich der Vorsorgemethoden Blut-im-Stuhl Test (FIT) und Darmspiegelung (Koloskopie)

## Wie funktioniert der Blut-im-Stuhl Test (FIT)?

Dickdarmkrebs im Frühstadium blutet oft ein wenig. Dieses Blut kann man von Auge nicht erkennen. Darum gibt es den FIT (Fecal Immunochemical Test). Der FIT misst Blutspuren im Stuhl. Dazu muss man eine kleine Stuhlprobe einschicken. Diesen Test kann man selbstständig zuhause machen.

---

### Wie oft?

Der FIT-Test sollte alle 2 Jahre wiederholt werden.

---

### Wie funktioniert der FIT?

- Sie entnehmen zuhause eine kleine Stuhlprobe.
- Die Stuhlprobe schicken Sie mit der Post in ein Labor.
- Das Labor untersucht die Stuhlprobe.
- Wenn Blut gefunden wird, wird eine Darmspiegelung zur genauen Abklärung empfohlen.

---

### Was kostet der FIT?

Für Personen von 50 bis 69 Jahren: Die Kosten trägt die Krankenkasse. Der Test ist franchisenbefreit. Sie bezahlen nur den Selbstbehalt von 10% (CHF 4.60 bis CHF 7.00).

---

### Welches sind die Vorteile?

- Es ist keine Vorbereitung nötig.
- Der Test ist einfach und unkompliziert.
- Es gibt weniger Darmspiegelungen.

---

### Wie zuverlässig ist der Test?

Wenn der Test alle 2 Jahre wiederholt wird, ist die Zuverlässigkeit hoch.

---

### Welches sind die Nachteile?

- Polypen werden meistens nicht entdeckt.
  - Der Test muss alle 2 Jahre wiederholt werden.
  - Es kann sein, dass Blut entdeckt wird, das nicht von einem Krebs oder Adenom stammt.
-

## Was ist eine Darmspiegelung (Koloskopie)?

Die Darmspiegelung wird von einer auf Erkrankungen des Darms spezialisierten Ärztin oder einem spezialisierten Arzt durchgeführt: einer Gastroenterologin oder einem Gastroenterologen. Die Ärztin oder der Arzt führt einen Schlauch durch den After in den Darm ein. Dieser Schlauch ist mit einer kleinen Kamera ausgerüstet. Damit kann die Ärztin oder der Arzt den ganzen Darm genau untersuchen.

---

### Wie oft?

Eine Darmspiegelung sollte alle 10 Jahre durchgeführt werden.

---

### Wie funktioniert eine Darmspiegelung?

- Vor der Untersuchung müssen Sie eine kurze Diät einhalten. Mit einer Trinklösung reinigen Sie den Darm. Das machen Sie zuhause.
- Die Untersuchung findet in einer Arztpraxis oder in einem Spital statt.
- Sie erhalten meistens ein Beruhigungsmittel, damit Sie während der Darmspiegelung schlafen können.
- Die Untersuchung dauert rund 30–45 Minuten. Müssen Polypen entfernt werden, kann die Darmspiegelung länger dauern.

---

### Was kostet eine Darmspiegelung?

Für Personen von 50 bis 69 Jahren: Die Kosten trägt die Krankenkasse. Die Untersuchung ist franchisenbefreit. Sie bezahlen nur den Selbstbehalt von 10% (CHF 45.00 bis CHF 160.00).

---

### Welches sind die Vorteile?

- Es ist die beste Methode, um Polypen zu erkennen, bevor daraus Krebs entsteht.
- Polypen können direkt während der Untersuchung entfernt werden.

---

### Wie zuverlässig ist die Darmspiegelung?

Die Ergebnisse sind sehr zuverlässig, wenn die Vorbereitung zuhause korrekt durchgeführt wird.

---

### Welches sind die Nachteile?

- Schwere Komplikationen wie starke Blutungen oder eine Darmperforation sind sehr selten, können aber nicht ausgeschlossen werden. Sie treten in nur 2 von 1000 Fällen auf.
  - Falls Sie ein Beruhigungsmittel erhalten, dürfen Sie danach 12–24 Stunden kein Fahrzeug lenken.
-

# Darmkrebsvorsorge auf einen Blick

## vorsorge-gr.ch

Sie sind zwischen 50 und 69 Jahre alt und wohnhaft im Kanton Graubünden: Machen Sie mit. Auf unserer Webseite [vorsorge-gr.ch](https://vorsorge-gr.ch) finden Sie heraus, welche Vorsorgeuntersuchung für Sie geeignet ist.



## Sie entscheiden sich für den Blut-im-Stuhl Test (FIT)

### Schritt 1

- Sie melden sich online an über [vorsorge-gr.ch](https://vorsorge-gr.ch),
- oder Sie gehen zu Ihrem Arzt, Ihrer Ärztin oder Apotheker/Apothekerin,
- oder Sie lassen sich bei der Krebsliga Graubünden beraten.

### Schritt 2

Sie bestellen online den FIT Test.

### Schritt 3

Der Test wird Ihnen vom Labor zugeschickt.

### Schritt 4

Entnehmen Sie zuhause eine Stuhlprobe. Schicken Sie diese an das Labor zurück.

### Schritt 5

**FIT negativ:** Sie bekommen einen Standardbrief vom Labor und werden nach zwei Jahren schriftlich an eine erneute Untersuchung erinnert.

**FIT positiv:** Sie bekommen eine Mitteilung durch die medizinische Programmleitung und besprechen das weitere Vorgehen.

## Weitere Anlaufstellen für Beratungen zur Vorsorgeuntersuchung

- Hausarzt/Hausärztin
- Krebsliga Graubünden
- Gynäkologe/Gynäkologin
- Gastroenterologe/  
Gastroenterologin
- Apotheken



## Sie entscheiden sich für die Darmspiegelung

### Schritt 1

- Sie werden von Ihrem Hausarzt, Ihrer Hausärztin oder einem anderen Facharzt, einer anderen Fachärztin zum Gastroenterologen oder einer Gastroenterologin überwiesen,
- oder Sie melden sich direkt bei einem Gastroenterologen, einer Gastroenterologin an,
- oder Sie lassen sich von der medizinischen Programmleitung der Krebsliga beraten.

### Schritt 2

Sie nehmen den Termin für die Darmspiegelung in der gastroenterologischen Praxis wahr.

### Schritt 3

**Darmspiegelung unauffällig:** Sie erhalten eine erneute Einladung nach 10 Jahren durch das Vorsorgeprogramm.

**Darmspiegelung mit Befund:** Sie werden zu weiteren Behandlungen und Untersuchungen ausserhalb des Programms eingeladen.

# Glossar

---

<b>Adenom</b>	Ein Adenom ist ein Polyp, der sich zu Krebs entwickeln kann.
<b>Bösartige Veränderung</b>	Eine bösartige Veränderung ist für die Gesundheit gefährlich. Das ist Krebs.
<b>Darmspiegelung</b>	Das ist die Untersuchung des Dickdarms mit einem Schlauch. Dieser Schlauch heisst Endoskop. Er ist mit einer kleinen Kamera ausgerüstet. Der medizinische Begriff für die Darmspiegelung ist Koloskopie oder Endoskopie.
<b>Dickdarm</b>	Das ist ein Teil des Darms. Er liegt zwischen dem Dünndarm und dem Darmausgang. Der Dickdarm ist derjenige Bereich des Darms, in dem sich am häufigsten Krebs entwickelt.
<b>Dickdarmkrebs</b>	Das ist Krebs, der im Dickdarm oder im Enddarm auftritt.
<b>FIT</b>	FIT ist die Abkürzung für fäkaler immunochemischer Test. Das ist ein Test zum Nachweis von unsichtbarem Blut im Stuhl.
<b>Gastroenterologin, Gastroenterologe</b>	Ärztin oder Arzt, spezialisiert auf Krankheiten des Verdauungssystems.
<b>Gutartige Veränderung</b>	Eine gutartige Veränderung ist nicht gefährlich für die Gesundheit.
<b>Polyp</b>	Ein Polyp ist eine Wucherung an der Darmschleimhaut, die sich zu Dickdarmkrebs entwickeln kann. Die meisten Polypen sind nicht gefährlich für die Gesundheit.
<b>Stuhl</b>	Andere Worte für Stuhl: Fäkalien, Kot.
<b>Symptom</b>	Ein Symptom ist ein Anzeichen einer Krankheit.
<b>Verdauungsbeschwerden</b>	Das sind Beschwerden des Magen-Darm-Trakts. Zum Beispiel Durchfall, Verstopfung, Blähungen oder Bauchschmerzen.

---

# Weiterführende Informationen

Wenn Sie noch mehr wissen möchten, können Sie sich hier informieren:

- Swiss Cancer Screening – Informationsseite zu Krebsfrüherkennung und Angeboten in der ganzen Schweiz: [swisscancerscreening.ch](http://swisscancerscreening.ch)
- Beim Programm Darmkrebsvorsorge Graubünden: [vorsorge-gr.ch](http://vorsorge-gr.ch)
- Krebsliga: [krebsliga.ch](http://krebsliga.ch)
- PharmaSuisse: [nein-zu-darmkrebs.ch](http://nein-zu-darmkrebs.ch)
- Magendarmliga: [gastromed.ch](http://gastromed.ch)
- In Ihrer Hausarztpraxis oder Apotheke

## Referenzen

- Bundesamt für Statistik: [bfs.admin.ch](http://bfs.admin.ch)
- International Agency for Research on Cancer: [iarc.fr](http://iarc.fr)
- Europäischer Kodex zur Krebsbekämpfung:  
<https://cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/de>

## Patientenrechte

[bag.admin.ch/bag/de/home/medizin-und-forschung/patientenrechte.html](http://bag.admin.ch/bag/de/home/medizin-und-forschung/patientenrechte.html)

Die Qualität der Dienstleistungen wird kontinuierlich überprüft. Dazu werden die Ergebnisse der Untersuchungen regelmässig zentral ausgewertet. Für diese Auswertungen werden persönliche Daten wie Name oder Adresse nicht benötigt und nicht weitergegeben.

Die Auswertungen können also nicht auf eine einzelne Person hinweisen. Der Umgang mit persönlichen Daten unterliegt dem Datenschutzgesetz. Für das gesamte medizinische Fachpersonal gilt die Schweigepflicht.

## Qualitätskriterien

Die Broschüre wurde gemäss den Qualitätskriterien für Patienteninformationsmaterialien (PIM+) von Dialog Ethik und FMH/SAQM erarbeitet und diskutiert.

## Care concittadine, cari concittadini grigionesi

Riconosco che ci sono temi più gradevoli del cancro, in particolare del cancro coloretale. Nessuno ne parla volentieri. Ma per noi dell'Ufficio di igiene pubblica del Cantone dei Grigioni è importante discuterne. La prevenzione del cancro coloretale è di grande utilità. Se i suoi precursori sono individuati precocemente, oggi in molti casi si può evitare che si sviluppi il cancro. Pertanto ci teniamo molto a informarla sulle possibilità per prevenire attivamente questo tumore.

Con poco sforzo può ottenere grandi vantaggi. In quest'opuscolo Le spieghiamo le opzioni di prevenzione del cancro coloretale, come funzionano questi metodi e che cosa Lei può fare. Certo, bisogna vincere qualche esitazione, ma il beneficio può essere molto grande.

La salute è un bene importante per tutti noi. Il governo grigionese si è posto l'obiettivo di promuovere la prevenzione dei tumori, perciò aderisce alla Strategia nazionale contro il cancro. Parte di questa strategia è il «Programma di screening del cancro coloretale nei Grigioni», della cui attuazione abbiamo incaricato la Lega grigionese contro il cancro. Insieme ci impegniamo per la Sua salute.

Questo è un invito: partecipi anche Lei. Si tratta della Sua salute.



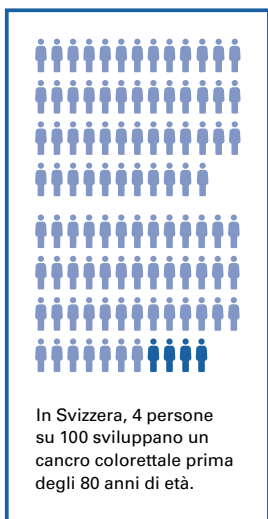
**Peter Peyer**, consigliere di Stato  
Direttore del Dipartimento di giustizia,  
sicurezza e sanità



# Il cancro colorettales

## Fatti e cifre

In Svizzera, il cancro colorettales è il secondo tumore maligno più frequente nelle donne e il terzo negli uomini.



## Quante persone sono colpite dal cancro colorettales?

Ogni anno 4300 persone si ammalano di cancro colorettales in Svizzera.

## Quante persone muoiono di cancro colorettales?

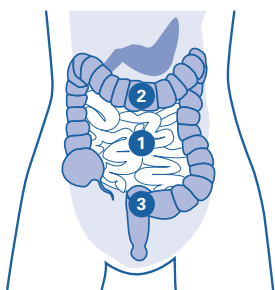
Ogni anno 1700 persone muoiono per le conseguenze del cancro colorettales in Svizzera.

## Chi può ammalarsi di cancro colorettales?

La maggior parte delle persone si ammalano di cancro colorettales dopo i 50 anni. 4 persone su 100 in Svizzera sviluppano questo tumore prima degli 80 anni di età.

## Il cancro colorettales è curabile?

Le probabilità di guarigione sono elevate se il cancro colorettales è diagnosticato precocemente.



## L'intestino crasso

L'intestino si divide in due tratti principali: tenue e crasso. L'intestino crasso è a sua volta diviso in colon e retto:

- 1 Intestino tenue
- 2 Colon
- 3 Retto, che termina con l'ano

## Come si sviluppa il cancro colorettales?

- La mucosa del colon e del retto può subire alterazioni. Possono formarsi piccole escrescenze, chiamate «polipi».
- I polipi sono frequenti. Sopra i 65 anni, più di 30 persone su 100 hanno polipi nell'intestino.
- Molti polipi non sono pericolosi per la salute. Sono causati da malformazioni, come accumuli di grasso o infiammazioni.
- Altri polipi invece sono causati dalla proliferazione di cellule della mucosa intestinale. Questi polipi particolari sono chiamati «adenomi».
- Dagli adenomi può svilupparsi il cancro.
- Normalmente, prima che un adenoma si evolva in cancro trascorrono dai 10 ai 15 anni. Talvolta però questa trasformazione avviene solo in pochi anni.
- Su 100 adenomi, meno di 5 si evolvono in cancro.
- Gli adenomi di grandi dimensioni sanguinano spesso. Tuttavia questa perdita di sangue non è visibile a occhio nudo.

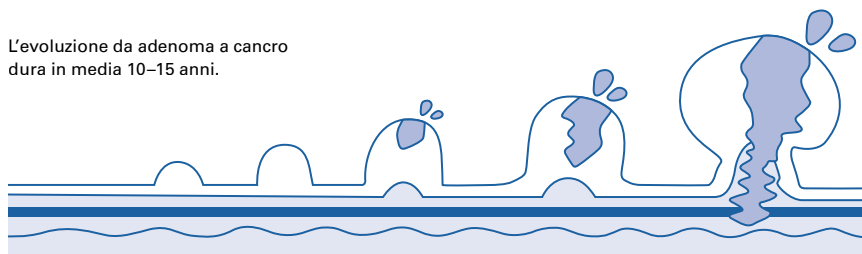
## Come ci si accorge di avere un cancro colorettales?

Ci si fa esaminare quando compaiono sintomi come:

- sangue visibile nelle feci;
- disturbi digestivi;
- abitudini di defecazione alterate;
- perdita di peso inspiegabile;
- stanchezza persistente.

Nella maggior parte dei casi, quando si manifestano questi sintomi, il cancro colorettales è già in stadio avanzato. Parli con un operatore sanitario se ha questi sintomi.

L'evoluzione da adenoma a cancro dura in media 10–15 anni.



Mucosa  
intestinale  
sana

Adenoma in  
stadio iniziale

Adenoma in  
stadio avanzato

Cancro in  
stadio iniziale

Cancro colorettales  
invasivo

# Prevenzione e screening del cancro coloretale

## Ci si può proteggere dal cancro coloretale?

Non esiste una protezione assoluta, ma è possibile ridurre il rischio.

## Che cosa si può fare?

Può seguire uno stile di vita sano:

- mangiare ogni giorno frutta e verdura;
- mangiare meno carni lavorate, o in generale meno carne;
- muoversi molto e regolarmente;
- prestare attenzione al peso corporeo;
- ridurre il consumo di alcol e non fumare.

Ulteriori informazioni sono disponibili sul sito [prevenzione-gr.ch](http://prevenzione-gr.ch).

## Che cos'è lo screening del cancro coloretale?

Ci sono esami che consentono di individuare precocemente se una persona ha il cancro coloretale. Permettono anche di vedere alterazioni nell'intestino che possono trasformarsi in cancro e di asportarle all'istante. Questi esami di diagnosi precoce dovrebbero essere ripetuti a intervalli regolari.

## A chi è rivolto lo screening del cancro coloretale?

Lo screening è destinato alle persone dai 50 anni compiuti che non hanno sintomi.

## Perché è necessario lo screening del cancro coloretale?

Quanto prima viene individuato un precursore del cancro coloretale o il tumore stesso, tanto più aumentano le probabilità di guarigione. Grazie allo screening:

- si possono asportare i precursori del cancro (polipi) e impedirne con ciò lo sviluppo;
- si può trattare il cancro coloretale quando è ancora in uno stadio iniziale;
- diminuiscono i decessi causati dal cancro coloretale.

Gli studi scientifici hanno dimostrato che lo screening del cancro coloretale funziona.

## Quali sono i limiti dello screening del cancro coloretale?

Il cancro coloretale può essere evitato o scoperto precocemente mediante gli esami di diagnosi precoce (screening). Tuttavia non esiste un test in grado di riconoscere con certezza assoluta tutti i tumori. Inoltre, non si può escludere il rischio di ammalarsi di cancro coloretale nell'intervallo di tempo tra due esami di diagnosi precoce. Pertanto è importante che consulti sempre il medico se compaiono sintomi.

# Quanto è efficace lo screening del cancro colorettales?

L'efficacia dello screening è scientificamente dimostrata. Esami di diagnosi precoce regolari riducono il numero di decessi di più del 50 per cento.

**Questo vuol dire che su 100 persone**

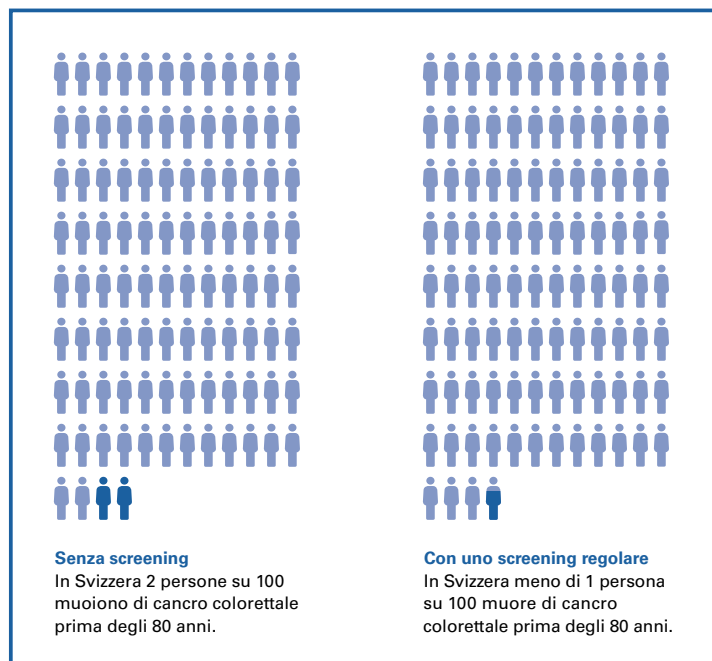
**senza screening:**

2 persone muoiono di cancro colorettales prima degli 80 anni;

**con uno screening regolare:**

meno di 1 persona muore di cancro colorettales prima degli 80 anni.

Queste cifre sono state stimate sulla base di indagini. Studi scientifici stanno cercando di definirle con maggior precisione. Per Lei è importante sapere che non si può prevedere con certezza se un individuo è destinato ad ammalarsi di cancro colorettales o no.





# Confronto tra i due metodi di diagnosi precoce nello screening colorettales: test del sangue occulto nelle feci (FIT) e colonscopia

## Come funziona il test di ricerca del sangue occulto nelle feci (FIT)?

Nello stadio precoce, il cancro colorettales spesso provoca piccoli sanguinamenti. Questa piccola quantità di sangue è invisibile a occhio nudo. Per rilevarla esiste il FIT (*Fecal Immunochemical Test*), un test che individua tracce di sangue nelle feci. Per eseguire il test è necessario inviare per posta un piccolo campione di feci. Il campione può essere prelevato autonomamente a casa propria.

---

<b>Ogni quanto?</b>	Il test FIT dovrebbe essere ripetuto ogni 2 anni.
<b>Come funziona il test FIT?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• A casa Sua preleva un piccolo campione di feci.</li><li>• Invia per posta il campione prelevato a un laboratorio.</li><li>• Il laboratorio analizza il campione di feci. Se viene rilevato del sangue, Le sarà consigliata una colonscopia per precisare la diagnosi.</li></ul>
<b>Quanto costa il FIT?</b>	Per le persone dai 50 ai 69 anni: i costi sono coperti dalla cassa malati. Il test è esente dalla franchigia. Deve pagare solo l'aliquota del 10 per cento a carico del paziente (da 4.60 a 7.00 CHF).
<b>Quali sono i vantaggi?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Non è necessaria alcuna preparazione.</li><li>• Il test è semplice e pratico da eseguire.</li><li>• Comporta meno colonscopie.</li></ul>
<b>Quanto è affidabile il test?</b>	Se ripetuto ogni 2 anni, il test è molto affidabile.
<b>Quali sono gli svantaggi?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Di solito il test non rileva i polipi.</li><li>• Il test deve essere ripetuto ogni 2 anni.</li><li>• Può darsi che il test riveli sangue nelle feci che non proviene da un cancro o da un adenoma.</li></ul>

---

## Che cos'è una colonscopia?

La colonscopia viene eseguita da un gastroenterologo, il medico specializzato nelle malattie dell'apparato digerente. Il gastroenterologo introduce un tubo nell'intestino facendolo passare attraverso l'ano. Il tubo è dotato di una piccola telecamera, che permette al medico di esaminare attentamente tutto l'intestino crasso.

---

<b>Ogni quanto?</b>	La colonscopia dovrebbe essere ripetuta ogni 10 anni.
<b>Come funziona una colonscopia?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Prima dell'esame deve fare una preparazione a domicilio, che consiste nel seguire per breve tempo una dieta e bere una soluzione per pulire l'intestino.</li><li>• L'esame è eseguito in uno studio medico o in ospedale.</li><li>• Di solito riceve un sedativo per dormire durante la colonscopia.</li><li>• L'esame dura circa 30–45 minuti, talvolta di più se è necessario asportare eventuali polipi.</li></ul>
<b>Quanto costa la colonscopia?</b>	Per le persone dai 50 ai 69 anni: i costi sono coperti dalla cassa malati. L'esame è esente dalla franchigia. Deve pagare solo l'aliquota del 10 per cento a carico del paziente (da 45.00 a 160.00 CHF).
<b>Quali sono i vantaggi?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Si tratta del test migliore per individuare polipi prima che si trasformino in cancro.</li><li>• In più, i polipi possono essere rimossi direttamente durante la procedura.</li></ul>
<b>Quanto è affidabile il test?</b>	I risultati sono molto affidabili, a condizione che la preparazione a domicilio sia eseguita correttamente.
<b>Quali sono gli svantaggi?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gravi complicazioni come forti emorragie o una perforazione intestinale sono molto rare, ma non possono essere escluse del tutto: si verificano in 2 colonscopie su 1000.</li><li>• Se riceve un sedativo, nelle successive 12–24 ore non potrà condurre un veicolo.</li></ul>

---



# Lo screening del cancro coloretale in breve

## prevenzione-gr.ch

Ha tra i 50 e i 69 anni e risiede nel Cantone dei Grigioni? Partecipi anche Lei. Nel nostro sito web [prevenzione-gr.ch](http://prevenzione-gr.ch) potrà scoprire qual è il metodo di screening più adatto a Lei.



## Se sceglie il test di ricerca del sangue occulto nelle feci (FIT)

### Passo 1

- Si iscrive online al sito [prevenzione-gr.ch](http://prevenzione-gr.ch).
- Oppure si reca dal Suo medico o farmacista.
- Oppure chiede consiglio alla Lega grigionese contro il cancro.

### Passo 2

Ordina online il test FIT.

### Passo 3

Il laboratorio Le invia per posta il test.

### Passo 4

A casa preleva un campione di feci e poi rispedisce il campione in laboratorio.

### Passo 5

**FIT negativo:** riceve una lettera standard dal laboratorio e dopo due anni Le viene inviato per posta l'invito a ripetere l'esame.

**FIT positivo:** riceve una chiamata dalla direzione medica del programma di screening, nella quale sono discussi gli ulteriori passi.



## Dove farsi consigliare sull'esame di diagnosi precoce (screening)

- Medico di famiglia
- Lega grigionese contro il cancro
- Gastroenterologo
- Ginecologo
- Farmacia



## Se sceglie la colonscopia

### Passo 1

- Il Suo medico di famiglia o un altro specialista La invia da un gastroenterologo.
- Oppure contatta direttamente un gastroenterologo.
- Oppure chiede consiglio alla direzione medica del programma presso la Lega contro il cancro.

### Passo 2

Riceve un appuntamento per la colonscopia nello studio medico del gastroenterologo.

### Passo 3

#### **Colonscopia con risultato normale:**

Il programma di screening Le invierà un nuovo invito dopo 10 anni.

#### **Colonscopia con risultato anormale:**

Viene invitato/a a svolgere ulteriori accertamenti e trattamenti al di fuori del programma di screening.

# Glossario

---

<b>Adenoma</b>	Un adenoma è un polipo da cui può svilupparsi un cancro.
<b>Alterazione benigna</b>	Un'alterazione benigna non è pericolosa per la salute.
<b>Alterazione maligna</b>	Un'alterazione maligna è pericolosa per la salute. Significa cancro.
<b>Cancro coloretale</b>	Il cancro che si sviluppa nell'intestino crasso (colon e retto).
<b>Colonscopia</b>	Esame dell'intestino crasso mediante un tubo, chiamato «endoscopio», il quale è dotato di una piccola telecamera.
<b>Disturbi digestivi</b>	Disturbi del tratto gastrointestinale, per esempio diarrea, stitichezza, flatulenza o dolore addominale.
<b>Feci</b>	Gli escrementi, il materiale di rifiuto espulso dall'intestino.
<b>FIT</b>	Acronimo di «test immunochimico fecale». Si tratta del test per ricercare il sangue invisibile nelle feci.
<b>Gastroenterologo</b>	Medico specialista nelle malattie dell'apparato digerente.
<b>Intestino crasso</b>	Il tratto dell'intestino posto tra l'intestino tenue e l'ano. L'intestino crasso è la sede più frequente dei tumori intestinali.
<b>Polipo</b>	Escrescenza della mucosa intestinale da cui può svilupparsi un cancro coloretale. Molti polipi non sono pericolosi per la salute.
<b>Sintomo</b>	Segno di una malattia.

---

# Ulteriori informazioni

Per saperne di più può consultare i seguenti siti web o rivolgersi a:

- Swiss Cancer Screening – sito informativo sulla diagnosi precoce del cancro e sulle offerte in tutta la Svizzera: [swisscancerscreening.ch](http://swisscancerscreening.ch)
- Programma di screening del cancro coloretale nei Grigioni: [prevenzione-gr.ch](http://prevenzione-gr.ch)
- Lega contro il cancro: [legacancro.ch](http://legacancro.ch)
- PharmaSuisse: [no-al-cancro-del-colon.ch](http://no-al-cancro-del-colon.ch)
- Lega gastrointestinale: [gastromed.ch](http://gastromed.ch)
- Presso il medico di famiglia o in farmacia

## Bibliografia

- Ufficio federale di statistica: [bfs.admin.ch](http://bfs.admin.ch)
- International Agency for Research on Cancer: [iarc.fr](http://iarc.fr)
- Codice Europeo Contro il Cancro: <https://cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/it>

## Diritti dei pazienti

[bag.admin.ch/bag/it/home/medizin-und-forschung/patientenrechte.html](http://bag.admin.ch/bag/it/home/medizin-und-forschung/patientenrechte.html)

La qualità delle prestazioni è continuamente controllata. A tal fine, i risultati degli esami sono regolarmente analizzati a livello centrale. I dati personali come il nome o l'indirizzo non sono necessari per queste valutazioni e non vengono trasmessi.

Da queste analisi non si può risalire alla singola persona. Il trattamento dei dati personali è soggetto alla legge sulla protezione dei dati. Tutto il personale medico e sanitario è tenuto al segreto professionale.

## Criteri di qualità

L'opuscolo è stato ideato e discusso secondo i criteri per i materiali informativi per i pazienti (PIM+) di Dialog Ethik e FMH/SAQM.

# Charas Grischunas e chars Grischuns

Igl è vair, i dat propi temas pli empernaivels che cancer u cancer da la beglia. Da quai na discurra nagin gugent. Nus, l'Uffizi da sanadad dal chantun Grischun, procurain ch'il cancer da la beglia daventia tema. Prevegnir al cancer da la beglia è fitg raschunaivel. Sch'ins scuvra prestadis ad ura, pon ins en blers cas evitar il cancer da la beglia. Perquai ans statti fitg a cor che Vus enconuschias las pussaivladads co che Vus pudais prevegnir activamain.

Cun paucs sforzs pudais Vus cuntanscher bler. En questa brochura As declerain nus tge pussaivladads da prevenziun che Vus avais, co che funcziunan las metodos e tge che Vus pudais far. Cler, ins sto sa surmuntar, las personas pertutgadas profiteschon però enormamain.

La sanadad è per nus tuts in bain impurtant. La Regenza grischuna è sa messa la finamira da promover la prevenziun dal cancer. Il chantun Grischun sa collia perquai cun la strategia naziunala per cumbatter il cancer. Da quella fa era part l'uschenumnà program Prevenziun dal cancer da la beglia Grischun che nus avain delegà per realisar a la Lia grischuna cunter il cancer. Da cuminanza ans engaschain nus per Vossa sanadad.

Jau As intimesch: As participai. I va per Vossa sanadad.

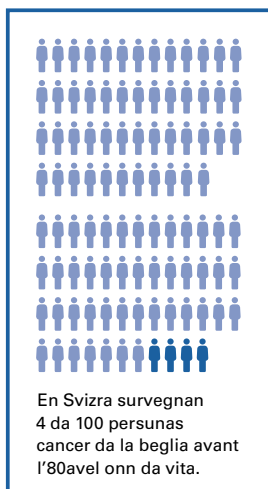


**Peter Peyer**, cusseglier guvernativ  
Schef dal Departament da giustia,  
segirezza e sanadad

# Tge è il cancer da la beglia?

## Cifras e fatgs

En Svizra è il cancer da la beglia la spezia da cancer la segund frequenta tar las dunnas e la terz frequenta tar ils umens.



## Quants umans survegnan cancer da la beglia?

En Svizra survegnan mintg'onn 4300 persunas cancer da la beglia.

## Quantas persunas moran dal cancer da la beglia?

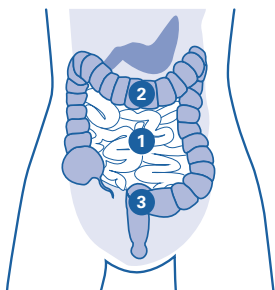
En Svizra moran mintg'onn 1700 persunas pervi da las consequenzas dal cancer da la beglia.

## Tgi po survegnir cancer da la beglia?

La gronda part da las persunas cun cancer da la beglia vegn malsauna suenter il 50avel onn da vita. En Svizra survegnan 4 da 100 persunas cancer da la beglia avant l'80avel onn da vita.

## Po il cancer da la beglia vegnir guarì?

Las schanzas da guariziun èn bunas, sch'ins scuvra ad ura il cancer da la beglia.



## Il begl gross

Il begl gross è ina part da la beglia. La beglia sa cumpona da trais parts:

- 1 begl stretg
- 2 begl gross (colon)
- 3 begl tgilar (rectum) che finescha cun l'anus

## Co datti cancer da la beglia?

- La mucosa en il begl gross ed en il begl tgilar po sa midar. I pon sa furmar pitschnas creschientschas, uschenumnads polips.
- Polips èn frequents. Da 100 personas sur 65 onns han passa 30 personas tals polips en la beglia.
- Bliers polips n'èn betg privlus per la sanadad. Els resultan da defurmaziuns, sco accumulaziuns da grass u d'inflamaziuns.
- Auters polips sa furman pervi da multiplicaziuns da cellas da la mucosa da la beglia. Quests polips spezials sa numnan adenoms.
- D'adenoms po sa sviluppar cancer.
- Fin ch'in adenom sa sviluppa a cancer, passan normalmain 10 fin 15 onns. I po però era durar mo paucs onns, fin ch'i dat cancer.
- Da 100 adenoms sa sviluppan main che 5 a cancer.
- Gronds adenoms sanganeschan savens. Quest sang na ves'ins però betg ad egl.

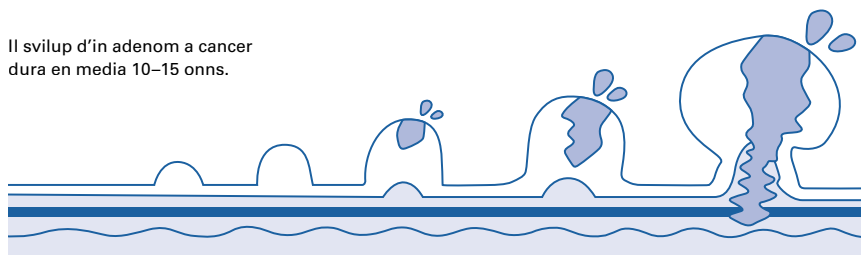
## Co percorsch'ins ch'ins ha cancer da la beglia?

Vus As laschais intercurir medicalmain, perquai che Vus avais sintoms:

- sang visibel en il passacorp
- disturbis digestivs
- disas da passar da corp midadas
- perdita dal pais inexplitgbla
- stancladad permanenta

Sche Vus avais tals sintoms, è il cancer da la beglia per il pli gia avanzà. Discurri cun ina spezialista u in spezialist, sche Vus avais quests sintoms.

Il svilup d'in adenom a cancer dura en media 10–15 onns.



mucosa dal  
begl sauna

adenom en  
stadi inizial

adenom en  
stadi avanzà

cancer en  
stadi inizial

cancer da la  
beglia invasiv

# Prevegnir al cancer da la beglia

## Pon ins sa proteger dal cancer da la beglia?

Ins na po betg sa proteger a moda absoluta. Ma ins po reducir il ristg.

## Tge pudais Vus far?

Vus pudais far stim da viver a moda sanadaivla:

- mangiai mintga di fritgs e verduras,
- mangiai damain charn elavurada, u en general damain charn,
- As muventai savens e regularmain,
- tegnai en egl Voss pais dal corp,
- reduci il consum d'alcohol e na fimai betg.

Ulteriuras infurmaziuns chattais Vus sin la pagina-web [vorsorge-gr.ch](http://vorsorge-gr.ch).

## Tge è la prevenziun dal cancer da la beglia?

I dat controllas, cun las qualas ins po identifitgar gia baud, sch'insatgi ha cancer da la beglia. En quel rom pon ins era vesair mutaziuns en il begl che pon sa sviluppar a cancer da la beglia ed allontanar quellas immediat. Talas controllas preventivas duess ins repeter regularmain.

## A tgi sa drizza la prevenziun dal cancer da la beglia?

La prevenziun sa drizza a persunas a partir da 50 onns che n'han nagins sintoms.

## Pertge dovri la prevenziun dal cancer da la beglia?

Pli baud ch'ins scuvra in prestadi dal cancer u cancer da la beglia e megras ch'èn las schanzas da guariziun. Grazia a la prevenziun

- pon ins allontanar ils prestadis dal cancer (polips) ed uschia impedir il svilup dal cancer da la beglia,
- pon ins tractar il cancer da la beglia gia baud,
- moran damain persunas pervi da cancer da la beglia.

La prevenziun dal cancer da la beglia ha effect. Quai han ins pudì demussar cun examinaziuns scientificas.

## Datti cunfins areguard la prevenziun dal cancer da la beglia?

Grazia a controllas preventivas pon ins impedir u scuvrir ad ura il cancer da la beglia tar la plipart dals umans. Ma i na dat nagin test che identifitgescha per 100% tut ils cancers en in stadi tempriv. Il ristg da survegnir cancer tranter duas controllas preventivas na po betg vegnir exclus. Perquai èsi impurtant che Vus dumondias adina Vossa media u Voss medi, uschespert che Vus avais sintoms.

# Quant effectiva è la prevenziun?

L'efficacità da la prevenziun è cumprovada scientificamain. Ina prevenziun regulara reducescha il dumber da mortoris per passa 50%.

## Quai signifitga tar 100 personas

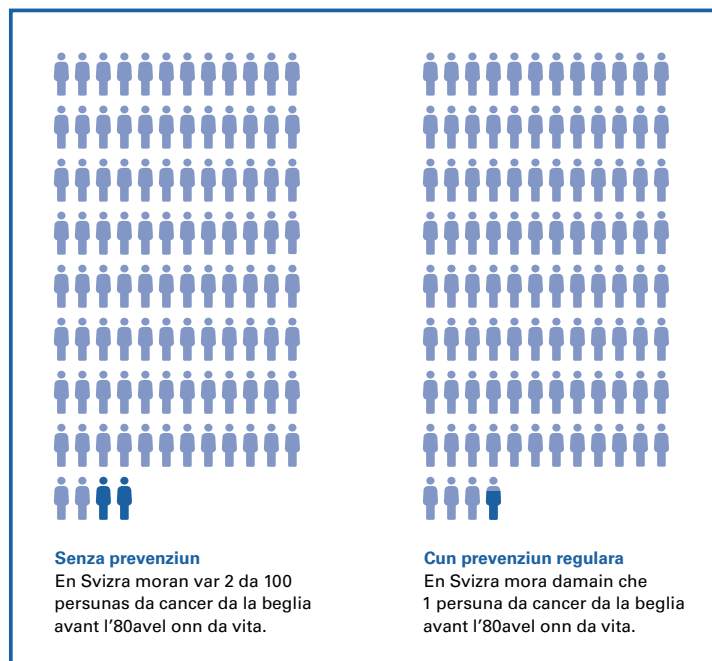
### Senza prevenziun:

2 personas moran avant l'80avel onn da vita pervi da cancer da la beglia.

### Cun prevenziun regulara:

Damain che 1 persona mora avant l'80avel onn da vita pervi da cancer da la beglia.

Questas cifras èn valurs da stimaziun. Studis scientifics emprovan da render pli exactas questas stimaziuns. Per Vus èsi impurtant da savair: per ina singula persona na pon ins mai predir cun segirtad, sch'ella survegn cancer da la beglia u betg.







# Cumparegliaziun da las metodas da prevenziun: il test da sang en il passacorp (FIT) e l'examinaziun dal begl gross (colonscopia)

## Co funcziuna il test da sang en il passacorp (FIT)?

En il stadi tempriv sangnescha il cancer da la beglia savens in pau. Quest sang na ves'ins betg ad egl. Perquai datti il FIT (Fecal Immunochemical Test). Il FIT mesira restanzas da sang en il passacorp. Ins sto trametter en ina pitschna prova dal passacorp. Quest test pon ins far autonomamain a chasa.

<b>Quant savens?</b>	Il FIT duess ins repeter mintga dus onns.
<b>Co funcziuna il FIT?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vus prendais ina pitschna prova dal passacorp tar Vus a chasa.</li><li>• La prova tramettais Vus per posta en in labor.</li><li>• Il labor examinescha la prova dal passacorp.</li><li>• Sch'ins chatta sang, As cussegl'ins da far in'examinaziun dal begl gross (colonscopia) per in scleriment pli exact.</li></ul>
<b>Tge custa il FIT?</b>	Per persunas da 50 fin 69 onns surpiglia la cassa da malsauns ils custs. Il test n'è betg suttamess a la franchisa. Vus participais sulettamain als custs cun 10% (CHF 4.60 fin CHF 7.00).
<b>Tge èn ils avantatgs?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Il test na basegna nagina preparaziun.</li><li>• Il test è simpel e nuncumplitgà.</li><li>• I dat damain examinaziuns dal begl gross (colonscopias).</li></ul>
<b>Quant fidabel è il test?</b>	Sch'il test vegn repeti mintga dus onns, è la fidabladad gronda.
<b>Tge èn ils dischavantatgs?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Polips na vegnan per il pli betg scuvrids.</li><li>• Il test sto vegnir repeti mintga dus onns.</li><li>• I po capitar ch'ins chatta sang che na deriva betg d'in cancer u d'in adenom.</li></ul>

## Tge è in'examinaziun dal begl gross (colonscopia)?

Ina media spezialisada u in medi spezialisà – ina gastroenterologa u in gastroenterolog – fa l'examinaziun dal begl gross. Ina gastroenterologa u in gastroenterolog è spezialisà sin malsognas da la beglia. La media u il medi penetrescha cun in uderin tras l'anus en il begl. Quest uderin è equipà cun ina pitschna camera. Uschia po la media u il medi examinar precisamain tut la beglia.

---

### Quant savens?

In'examinaziun dal begl gross duess ins far mintga 10 onns.

---

### Co funcziuna in'examinaziun dal begl gross?

- Avant l'examinaziun stuais Vus As tegnair vi d'ina curta dieta. Cun ina soluziun nettegiats Vus la beglia. Quai faschais Vus a chasa.
- L'examinaziun ha lieu en ina pratica da medi u a l'ospital.
- Per il solit survegnis Vus in tranquilisader, per che Vus possias durmir durant l'examinaziun dal begl gross.
- L'examinaziun dura var 30–45 minutas. Sch'ins sto allontanar polips, po l'examinaziun dal begl gross durar pli ditg.

---

### Tge custa in'examinaziun dal begl gross?

Per personas da 50 fin 69 onns surpiglia la cassa da malsaus ils custs. L'examinaziun n'è betg suttamessa a la franchisa. Vus participais sulettamain als custs cun 10% (CHF 45.00 fin CHF 160.00).

---

### Tge èn ils avantatgs?

- Igl è il meglier test per scuvrir polips, avant ch'els sa sviluppan a cancer.
- Ils polips pon vegnir allontanads directamain durant l'examinaziun.

---

### Quant fidabla è l'examinaziun dal begl gross?

Ils resultats èn fitg fidabels, sch'ins sa prepara correctamain a chasa.

---

### Tge èn ils dischavantatgs?

- Grevas complicaziuns sco fermas sanganadas u ina perfuraziun da la beglia èn fitg stgarsas, na pon però betg vegnir sclausas. Ellas capitin sulettamain en 2 da 1000 cas.
  - Sche Vus survegnis in tranquilisader, na dastgais Vus suenter betg ir cun in vehichel e quai 12–24 uras.
-

# La prevenziun dal cancer da la beglia en in'egliada

## vorsorge-gr.ch

Vus avais tranter 50 e 69 onns e vivais en il chantun Grischun – Iura As participai. Sin nosa pagina-web [vorsorge-gr.ch](https://vorsorge-gr.ch) vegnis Vus a savair tgenina examinaziun da prevenziun ch'è adattada per Vus.



## Vus As decidais per il test da sang en il passacorp (FIT)

### 1. pass

- U che Vus As annunziatis online via [vorsorge-gr.ch](https://vorsorge-gr.ch)
- U che Vus dumandais Vossa media u Voss medi u Vossa apotecra u Voss apotecher
- U che Vus As laschais cussegljar da la Lia grischuna cunter il cancer

### 2. pass

Vus empustais online il FIT.

### 3. pass

Vus survegnis il test dal labor.

### 4. pass

Vus prendais ina prova dal passacorp tar Vus a chasa e la tramettais enavos al labor.

### 5. pass

**FIT negativ:** Vus survegnis ina brev da standard dal labor e vegnis regurdada/ regurdà en scrit en dus onns da puspè far in'examinaziun.

**FIT positiv:** Vus survegnis in messadi da la direcziun da program medicinala e discutais il proceder.

## Ulteriurs posts da consultaziun per la controlla preventiva

- media/medi da chasa
- Lia grischuna cunter il cancer
- ginecologa/ginecolog
- gastroenterologa/  
gastroenterolog
- apoteca



## Vus As decidais per l'examinaziun dal begl gross (colonscopia)

### 1. pass

- U che Vossa media da chasa u in auter medi spezialist As trametta tar ina gastroenterologa u in gastroenterolog
- U che Vus As annunziats directamain tar ina gastroenterologa u in gastroenterolog
- U che Vus As laschais cussegljar da la direcziun da program medicinala da la Lia grischuna cunter il cancer

### 2. pass

Vus fixais in termin e laschais far l'examinaziun dal begl gross en la pratica gastroenterologica.

### 3. pass

**Examinaziun dal begl gross cun resultat nunsuspectus:** Suentar 10 onns survegnis Vus danovamain in'invitaziun dal program da prevenziun.

**Examinaziun dal begl gross cun resultat suspectus:** Vus vegnis envidada/envidà ad ulteriurs tractaments ed ad examinaziuns supplementaras ordaifer il program.

# Glossari

<b>adenom</b>	In adenom è in polip che po sa sviluppar a cancer.
<b>begl gross</b>	Quai è ina part da la beglia. El sa chatta tranter il begl stretg e l'anus. Il begl gross è la part da la beglia, nua che sa sviluppa il pli savens cancer.
<b>cancer da la beglia</b>	Quai è cancer en il begl gross u en il begl tgiar.
<b>disturbis digestiv</b>	Quai èn malessers dal magun e da la beglia. Per exempel diarrea, constipaziun, scufentadas e flatulenzas u mal il venter.
<b>examinaziun dal begl gross (colonscopia)</b>	Quai è l'examinaziun dal begl gross cun in uderin. Quest uderin sa numna endoscop. El è equipà cun ina pitschna camera. L'expressiun medicinala per l'examinaziun dal begl gross è colonscopia u er endoscopia.
<b>FIT</b>	FIT è l'abreviaziun per test immunochemic fecal (Fecal Immunochemical Test). Cun quel test pon ins cumprovar sang invisibel en il passacorp.
<b>gastroenterologa, gastroenterolog</b>	Quai è ina media spezialisada u in medi spezialisà sin malsognas dal sistem digestiv.
<b>mutaziun benigna</b>	Ina mutaziun benigna n'è betg privlusa per la sanadad.
<b>mutaziun maligna</b>	Ina mutaziun maligna è privlusa per la sanadad. Quai è cancer.
<b>passacorp</b>	Auters plets per passacorp: fecalias, excrements, cac.
<b>polip</b>	In polip è ina creschientscha vi da la mucosa da la beglia che po sa sviluppar a cancer dal begl gross. Numerus polips n'èn betg privlus per la sanadad.
<b>sintom</b>	In sintom è in indizi d'ina malsogna.

# Ulteriuras infurmaziuns

Sche Vus vulais savair anc dapli, pudais Vus As infurmar qua:

- Swiss Cancer Screening – pagina d'infurmaziun davart la diagnosa a temp da cancer e purschidas en tut la Svizra: [swisscancerscreening.ch](http://swisscancerscreening.ch)
- tar il program Prevenziun dal cancer da la beglia Grischun: [vorsorge-gr.ch](http://vorsorge-gr.ch)
- Lia svizra cunter il cancer: [krebsliga.ch](http://krebsliga.ch)
- Pharma Suisse: [nein-zu-darmkrebs.ch](http://nein-zu-darmkrebs.ch)
- Magendarmliga Schweiz: [gastromed.ch](http://gastromed.ch)
- tar Vossa media u Voss medi da chasa u en Vossa аптеca

## Referenzas

- Uffizi federal da statistica: [bfs.admin.ch](http://bfs.admin.ch)
- International Agency for Research on Cancer: [iarc.fr](http://iarc.fr)
- Europäischer Kodex zur Krebsbekämpfung:  
<https://cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/de>

## Dretgs da las pazientas e dals pazients

[bag.admin.ch/bag/de/home/medizin-und-forschung/patientenrechte.html](http://bag.admin.ch/bag/de/home/medizin-und-forschung/patientenrechte.html)

La qualitat dals servetschs vegn verificada cuntinuadamain. Ils resultats da las examinaziuns vegnan analisads regularmain a moda centrala. Per questas analisas na vegnan basegnadas naginas datas personalas sco num u adressa. Las datas personalas na vegnan betg dadas vinavant a terzs.

Las analisas na pon damai betg renviar ad ina singula persuna. La gestiun da datas personalas è suttamessa a la lescha davart la protecziun da datas. Per tut il persunal spezialisà medicinal vala l'obligaziun da discreziun.

## Criteria da qualitat

La brochura è vegnida elavurada e discutada tenor ils criteris da qualitat per materialias d'infurmaziun da las pazientas e dals pazients (PIM+) da Dialog Ethik e da FMH/SAQM.

**Krebsliga Graubünden**

Ottoplatz 1  
Postfach 368  
7001 Chur  
T 0800 300 888

[info@vorsorge-gr.ch](mailto:info@vorsorge-gr.ch)  
[vorsorge-gr.ch](http://vorsorge-gr.ch)  
[prevenzione-gr.ch](http://prevenzione-gr.ch)

Programmleitung



**krebsliga graubünden**  
**lia grischuna cunter il cancer**  
**lega grigionese contro il cancro**

Im Auftrag von



**Gesundheitsamt Graubünden**  
**Uffizi da sanadad dal Grischun**  
**Ufficio dell'igiene pubblica dei Grigioni**