

# KANSER SA BITUKA (COLON O MALAKING BITUKA)

Ang mga polyp sa bituka ay mga abnormal na paglaki sa colon (malaking bituka) o tumbong na maaaring maging kanser kung hindi aalisin.

Sa mga Asian American, ang kanser sa malaking bituka ang pangalawa sa pinakakaraniwang nada-diagnose na kanser.<sup>1</sup> Ang mga Asian American ang isa sa may pinakamababang bilang ng nasusuring kanser sa malaking bituka sa Estados Unidos na may 52% lamang ng regular na nagpapasuri kumpara sa 66% na mga hindi Hispanic na puti.<sup>2</sup>

Ang mga katutubong Hawaiian na kalalakihan ay ang may pinakamataas na bilang ng pagkamatay mula sa kanser sa malaking bituka sa lahat ng mga pangkat etniko.<sup>3</sup>

## MGA SINTOMAS

Hindi palaging nagkakaroon ng sintomas ang kanser sa malaking bituka. Kung mayroon mang mga sintomas, maaaring kabilang dito ang:

- Pagbabago sa dalas ng pagdumi
- Dugo sa iyong dumi
- Pagtatae, kahirapang dumumi, o pakiramdam na hindi nawawalan ng laman ang bituka
- Pananakit ng tiyan, o pamumulikat na hindi nawawala
- Hindi maipaliwanag na pagbaba ng timbang



## MGA SALIK NG PANGANIB

Tumataas ang panganib mong magkaroon ng kanser sa malaking bituka habang ikaw ay tumatanda. Kabilang sa iba pang salik ng panganib ang:

- Inflammatory bowel disease
- Personal o kasaysayan sa pamilya
- Genetic disorder
- Kakulangan ng pisikal na gawain
- Diyeta na kulang sa prutas at gulay
- Pagkakaroon ng labis na timbang o obese
- Paggamit ng alak at tabako

## PAG-IWAS AT PAGSUSURI

Bawasan ang tyansang magkaroon ka ng kanser sa malaking bituka sa pamamagitan ng:

- Pagdaragdag ng pisikal na gawain
- Pagkain ng mga prutas at gulay tulad ng breadfruit, taro, repolyo, mangga, papaya, bok choy
- Paglilimita sa pag-inom ng alak
- Pag-iwas sa paninigarilyo/tabako

Inirerekomenda ng U.S. Preventive Services Task Force na ang mga nasa hustong gulang na 45 hanggang 75 ay masuri para sa kanser sa malaking bituka.

## MGA URI NG PAGSUSURI:

**Kasama sa mga pagsusuri sa dumi ang:**

- **Guaiac-based fecal occult blood test (gFOBT)** gumagamit ng kemikal na guaiac upang makita ang dugo sa dumi.
  - **Gaano Kadalas:** Isang beses sa isang taon
- **Fecal immunochemical test (FIT)** gumagamit ng mga antibodies upang makita ang dugo sa dumi.
  - **Gaano Kadalas:** Isang beses sa isang taon
- **FIT-DNA test (stool DNA test)** sumusuri para sa binagong DNA at para sa presensya ng dugo.
  - **Gaano kadalas:** Kada tatlong taon

**Flexible sigmoidoscopy** sinusuri ang mga polyp o kanser sa loob ng tumbong at ibabang ikatlong bahagi ng colon.

- **Gaano kadalas:** Kada 5 taon, o tuwing 10 taon na may kasamang FIT bawat taon

**Colonoscopy** nagsisilbing follow-up na pagsusuri kung may nakitang kakaiba sa panahon ng isa sa iba pang mga naunang pagsusuri.

- **Gaano kadalas:** Kada 10 taon, kung hindi mataas ang panganib mong magkaroon ng kanser sa bituka

**CT colonography** gumagamit ng X-ray at mga computer upang makagawa ng mga larawan ng buong colon para sa pagsusuri ng doktor.

- **Gaano kadalas:** Kada 5 taon

Bisitahin ang iyong doktor, Community Health Center, Rural Health Center, o Native Hawaiian Health Center kung mayroon kang anumang mga tanong o gusto mong malaman kung anong pagsusuri ang pinakamainam para sa iyo.

## MGA SANGGUNIAN

- Find a Health Center: [findahealthcenter.hrsa.gov](http://findahealthcenter.hrsa.gov)
- National Cancer Institute Helpline: [cancer.gov/help](http://cancer.gov/help) or call 1-800-4-CANCER
- American Cancer Society: [cancer.org](http://cancer.org) or call 1-800-ACS-2345