

Sintomas dos cancros mais frequentes no homem

CÓLON (INTESTINO)

- Sangue nas fezes, que as torna vermelhas ou pretas
- Falsa necessidade de ir à casa de banho
- Mudanças nas fezes: duras e/ou líquidas (alternância entre obstipação e diarreia)
- Dores de barriga contínuas

PRÓSTATATA

- Dores ou ardor durante a micção
- Dificuldades em urinar
- Enfraquecimento do jacto urinário
- Sangue na urina
- Sangue ou dores na ejaculação

PULMÃO

- Tosse persistente há mais de 4 semanas
- Tosse crónica que se agrava
- Infecções pulmonares que não desaparecem apesar dos antibióticos
- Sangue na expectoração
- Dificuldades em respirar não habituais ao subir as escadas
- Dores peitorais

PELE

Mancha normal

Mancha que deve ser observada por um especialista



Forma regular?



Extremidades bem delimitadas?



Cor uniforme?



Mudança de tamanho?
De forma? De cor?
De espessura?

Se observar algum destes sintomas, isto não significa que tem um cancro.

Marque consulta com um médico para efectuar um controlo.

Exame de controlo do cancro do cólon



Tenho 50 anos ou mais e decido efectuar um controlo.



Preencho um questionário com um profissional de saúde e depois recebo um teste de detecção de sangue nas fezes.



Eu próprio efectuo o teste, em casa, e envio-o para o laboratório por meio do envelope disponibilizado.



Uma semana depois recebo os resultados pelo correio :

- Se o teste for normal, recebo uma credencial para efectuar um novo controlo 2 anos mais tarde.
- Se o teste revela a presença de sangue nas fezes, contacto o meu médico de família, que me encaminhará para fazer um exame complementar (colonoscopia*). Se não conheço nenhum médico, a Fundação Valdense para o Rastreio do Cancro entra em contacto comigo.



O controlo custa-me cerca de 5 fr., sendo que o meu seguro de saúde assume o restante dos custos.

O que pode fazer diariamente pela sua saúde:



caminhe pelo menos 30 minutos



coma 5 frutos e legumes



limite o consumo de álcool a 1 copo



proteja-se do sol



evite fumar

*A colonoscopia pode ser escolhida como primeiro exame de controlo do cancro do cólon.

Tenho alguma dúvida?
Ligo para a Fundação Valdense
para o Rastreio do Cancro



0848 990 990



Um cancro descoberto
no início da doença
aumenta as probabilidades
de cura!



Portugais