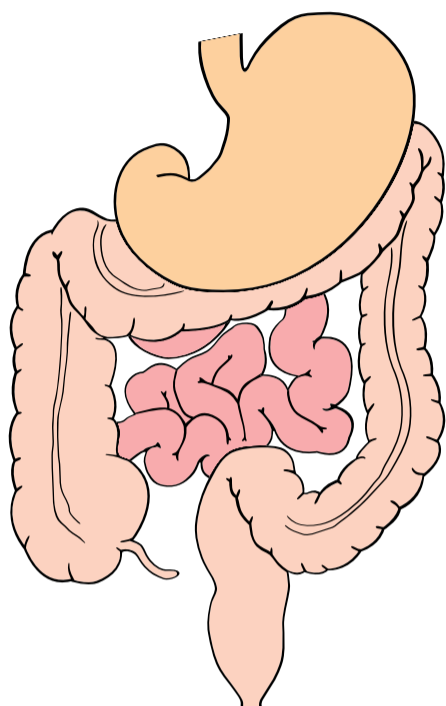


# Tlusté střevo

Tlusté střevo má na starosti vstřebávání vody a spolu s tím i produkci vitamínu K. Nauč se společně s námi, jak se o něj správně starat a přecházet tak rakovině.

## Jak Hlusté střevo vypadá?



## Tlusté střevo v číslech

1,5

Metru měří tlusté střevo na délku

3

Je třetím nejčastějším typem rakoviny v Česku

35

Pouze tolik procent lidí starších 50 let navštěvuje screening

## Jakou má Hlusté střevo funkci?

Vstřebávací

Vstřebává se v něm voda, vitamíny a minerály

Vylučovací

Vylučuje z těla nevstřebenou potravu, odpadní látky a žluč

Mikrobiální

Bakterie v něm mění obsah na lépe využitelný pro tělo



Screening rakoviny tlustého střeva: Provádí se pomocí testu okultního krvácení do stolice (tzv. TOKS) a nebo koloskopicky. -Mezi 50 - 55 lety: 1x ročně vyšetření TOKS -Nad 55 let: jednou za 2 roky TOKS nebo jednou za 10 let koloskopie

## Zajímá tě více?

Více o tom, jak se starat o své #prsakoule, srdce a reprodukční orgány nebo kdy a kam zajít na preventivní prohlídku zjistíš na [www.loono.cz/prevence](http://www.loono.cz/prevence).

Sleduj nás na sociálních sítích @loonocz:



## Rakovina Hlustého střeva

### Co je to rakovina?

Rakovinu si můžeš představit jako nekontrolovatelné množení buněk jakéhokoliv orgánu v těle. Ten může ztratit svoji funkci nebo svojí velikostí začít utlačovat okolí.

### Jaké jsou rizikové faktory rakoviny tlustého střeva?



Věk



Genetika



Kouření



Strava

### Jak se projevuje rakovina tlustého střeva?

Hubnutí

Průjmy

Zácpy



Skryté (okultní) krvácení do stolice

### Co dělat, když u sebe zpozoruješ tyto příznaky?



Nepanikař



Nestyď se



Nehledej rady na internetu



Objednej se ke svému praktickému lékaři



Rakovina tlustého střeva se objevuje nejčastěji po **50. roce věku**.

### Jak rakovině tlustého střeva předcházet?



Kontrola

Pravidelně chod' na preventivní kontroly (praktický lékař + TOKS)



Maso

Omez konzumaci červeného masa a alkoholu, které poškozují střevní buňky



Zelenina

Jez dostatek ovoce a zeleniny kvůli vysokému obsahu vlákniny, která střevo čistí

Otestuj si své znalosti z prevence na [bit.ly/TestPrevence](http://bit.ly/TestPrevence)



Projekt byl realizován za finanční podpory Ministerstva zdravotnictví



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ ČESKÉ REPUBLIKY