

# What You Need to Know ABOUT COLON CANCER



Your colon is the lower end of your digestive system



Colon cancer affects men and women equally



On average, your risk is about 1 in 20



90% of new cases occur in people 50 or older



Colon cancer is on the rise in those under 50

## RISK FACTORS

- People over age 50
- Individuals with a personal and/or family history of polyps or cancer
- Those with ulcerative colitis or Crohn's disease
- Individuals with the genetic conditions Hereditary Nonpolyposis Colon Cancer (HNPCC) or Familial Adenomatous Polyposis (FAP)
- Jews of Eastern European descent and certain ethnic groups including African Americans, Native Americans, Alaskan Natives and Latinos

## WHAT CAN YOU DO?

- Get screened at age 50, or at 45 if you're African American. Get screened earlier if you're high risk
- Maintain a healthy weight
- Adopt a physically active lifestyle
- Eat a healthy diet
- Don't use tobacco products
- Limit alcohol intake

## SYMPTOMS

- Change in bowel habits
- Rectal bleeding or blood in your stool
- Persistent abdominal discomfort
- Nausea or vomiting
- Unexplained weight loss
- Chronic fatigue

**Symptoms do not appear in early stages of the disease. Do not wait for symptoms before talking to your doctor.**

# Lo Que Necesitas Saber Sobre EL CÁNCER DE COLON



El intestino grueso o el colon es la última porción del aparato digestivo



El cáncer de colon afecta a hombres y mujeres por igual



Aproximadamente 1 de cada 20 personas está a riesgo de desarrollar este cáncer



El 90% de los nuevos casos se presentan en personas de 50 años de edad o más



Los casos de cáncer de colon han aumentado entre los adultos menores de 50 años

## FACTORES DE RIESGO

- Las personas con antecedentes personales o familiares con pólipos o cáncer
- Personas mayores de 50 años de edad
- Aquellos con colitis ulcerosa o enfermedad de Crohn
- Personas con condiciones genéticas como el cancer colorrectal hereditario sin poliposis (HNPCC por sus siglas en inglés) o poliposis adenomatosa familiar (PAF)
- Ciertos grupos étnicos, incluyendo los Judíos de origen Europeo Oriental, Afroamericanos, Indios Americanos, Nativos de Alaska y Latinos

## LO QUE TU PUEDES HACER

- Examen de detección de cáncer de colon a partir de los 50 años, o a las 45 años si eres Afroamericano. Si eres de alto riesgo, se recomienda la detección temprana.
- Mantiene un peso saludable
- Tener una vida físicamente activa
- Come una dieta saludable y balanceada
- No uses productos de Tabaco
- Limita el consumo de alcohol

## SÍNTOMAS

- Cambio en los hábitos intestinales, como diarrea o el estreñimiento o un cambio en las heces
- Sangrado rectal o sangrado visible en las heces
- Malestar persistente en el abdomen
- Náuseas o vómitos
- Pérdida de peso inexplicable
- Fatiga crónica

**A menudo, los síntomas no aparecen en las primeras etapas de la enfermedad. Es importante no esperar que los síntomas empeoren; habla con tu médico.**



Salud Pública  
Prevenir. Promocionar. Proteger.

Iredell Memorial Hospital: 704-878-4558  
Iredell County Health Department: 704-878-5300  
Colon Cancer Alliance: 877-422-2030



ALIANZA  
CONTRA EL  
CÁNCER  
DEL COLON