

一次简单的肠道 测试就能挽救您的 生命



信息手册
国家肠癌筛查计划
(National Bowel Cancer
Screening Program)



Australian Government

**NATIONAL
BOWELCANCER**
SCREENING PROGRAM

目录

关于国家肠癌筛查计划(National Bowel Cancer Screening Program) 3

您的检测试剂盒 5

您的结果意味着什么 8

如果结果呈阳性 9

关于肠癌 10

如何降低罹患肠癌的风险 12

关于您的隐私 13

以您的语言提供的信息 15

本信息手册不可能面面俱到，仅供参考。它不应取代个人的医疗建议。如果您对自己的健康状况有任何疑问或进一步的问题，应向医生提出。

版权

© 澳大利亚联邦 2024。



本信息手册中的材料采用知识共享署名-非商业性-禁止衍生 4.0 (CC BY-NC-ND 4.0) 许可，但以下内容除外：

- 联邦国徽
- 本部门徽标
- 任何第三方材料
- 任何受商标保护的材料，以及
- 任何图像和/或照片。

有关该许可的更多信息，请参见 [知识共享网站\(Creative Commons Website\)](#)。有关本许可和使用本信息手册的任何问题，请联系 Communication Branch, Department of Health and Aged Care, GPO Box 9848, Canberra ACT 2601，或发送电子邮件至 copyright@health.gov.au。

归属

使用本指南的全部或部分内容时，必须注明以下出处：

© 澳大利亚联邦 2024。

2024 年 7 月出版。

关于国家肠癌筛查计划(National Bowel Cancer Screening Program)

国家肠癌筛查计划(National Bowel Cancer Screening Program)旨在通过检测肠癌的早期症状来减少肠癌造成的死亡。

年龄在 45 岁至 74 岁之间的符合条件者可以参加该计划的筛查。

该计划得到了全国癌症筛查登记处的支持，登记处邀请并提醒人们进行筛查，并在筛查过程中采取下一步措施。

在您完成上一次筛查测试后，下一次测试套件将每两年自动邮寄给您。您也可以向医生咨询领取试剂盒的事宜。

谁应该进行测试

- ✓ 所有符合条件的 45 至 74 岁人群。
- ✓ 即使是身体健康的人也不例外。年龄是肠癌的最大风险因素。
- ✓ 以前做过筛查的人--建议每两年筛查一次。

为什么要进行测试

- 可以挽救您的生命。
- 肠癌可能在您没有注意到早期症状的情况下发生。
- 患肠癌的风险会随着年龄的增长而增加。
- 如果发现得早，90% 以上的肠癌都能得到成功治疗。
- 医生建议 45 至 74 岁的人士每两年进行一次筛查。

如果您有肠癌的体征、症状或家族史，这项检查可能不适合您（请参阅第 11 页，**肠癌的体征和症状**）。

如果您在过去两年中做过结肠镜检查，或者正在就肠道问题看医生，那么您可能不需要做这项检查。向医生咨询您的选择。



80%

患肠癌的人中有一半没有家族病史

测试内容

这种检查称为免疫化学粪便潜血试验或 iFOBT。它可以检查您的肠道蠕动（大便）中是否有微量血迹。这种血通常是看不见或很难看到的。

肠癌或息肉（小肿块）可能长在肠道内壁上。通常情况下，这些增生部位会渗出少量血液，在发现其他症状之前就能在大便中发现。

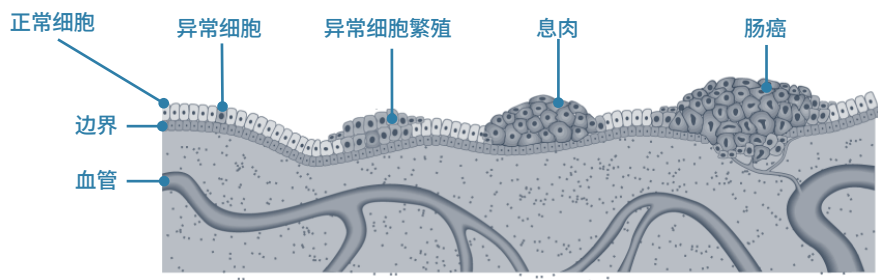


图 1: 肠癌的发病过程

降低罹患肠癌的风险

息肉不是癌症，但随着时间的推移可能会变成癌症。它们很容易被切除，从而降低了罹患肠癌的风险。

检测结果呈阳性并不代表诊断为癌症。如果在大便样本中发现血迹，您需要尽快去看医生讨论结果。医生可能会建议您进行结肠镜检查或其他诊断性检查，以找出出血的原因（请参阅**第 8 页，检查结果的含义**）。

您的检测试剂盒

居家筛查测试免费、简单，而且可能挽救您的生命。



测试小贴士

- 将试剂盒放在马桶旁边
- 在未来两周内完成。
- 为您采集样本的日子设置提醒。

测试方法

检测时，需要使用试剂盒中的采集管从两次大便中采集两个微小的样本。

填写参与者详细信息表并注明采集样本的日期，在表上签名，然后将其与采集管一起放入邮资已付回邮信封中。全部邮寄到病理实验室。

请参阅随附的分步说明，或在 www.health.gov.au/nbcsp-kit-video 观看如何进行测试的视频。

您也可以在周一至周五上午 7:30 至晚上 10 点之间，以及周末上午 9 点至晚上 7 点之间，拨打检测试剂盒帮助热线 **1800 930 998**。



获得准确结果

该检测可发现大便中的微量血液。如果样本中有血液，血液会随着时间的推移而衰变。

确保测试准确无误：

- 月经结束三天后再做检查
- 尽量在 3 天内采集两个样本
- 尽快邮寄样本 - 实验室需在采集第一个样本后 14 天内收到样本
- 将样本保存在冰箱（或凉爽的地方），直到您准备好将它们邮寄出去
- 用已付邮资的回邮信封寄回样本时，应在天气凉爽时邮寄（或送到邮局）
- 在做检查之前，请继续服用您正在服用的任何药物，并按正常饮食习惯进食。



保持样本凉爽

在邮寄之前，冰箱是放置样本的最佳场所。将试管放入随附的塑料袋中。别担心，袋子的拉链可以完全密闭，所以是干净的。不要冷冻样本。



我不想再收到检测包了

虽然我们强烈建议 45 岁以上的人定期进行肠道筛查，但这是您的选择。

您可以推迟领取检测试剂盒，也可以选择退出该计划。您可以随时重新加入。

- 如果您**推迟**参加，您可以选择您希望重新加入的日期。
- 如果您**选择退出**，您将不会再收到该计划提供的任何免费检测盒或信件。您将收到一封确认选择退出的信件。

如需推迟或选择退出，请通过 www.ncsr.gov.au 或致电 **1800 627 701** 联系全国癌症筛查登记处。



我可以将我的检测试剂盒送给其他人吗？

如果您不想做测试，就把不需要的试剂盒扔进垃圾桶。请勿将检测盒交给他人或通过邮局退回。



如果您知道有人想参加测试

如果他们的年龄在 45 至 74 岁之间，是澳大利亚居民并拥有澳大利亚邮寄地址，他们可以通过 www.ncsr.gov.au/boweltest 或致电 **1800 627 701** 申请邮寄肠道筛查工具包。他们还可以访问 www.health.gov.au/nbcsp 了解更多信息，或向医生咨询获取试剂盒的事宜。

不符合资格参加该计划的人如果担心肠道健康，应与医生讨论筛查方案。他们的医生可能会推荐一种由医疗保险（Medicare）承保的非计划项目中的试剂盒。

也可在网上或药店购买非计划筛查试剂盒。



获取结果

您的检测结果将在样本寄出后四周内邮寄给您和您的医生（如果您指定了医生）。

如果您已注册，您的结果还将发送到您的“我的健康记录”中。如果您不希望出现这种情况，可以在寄回样本时在参与者详细信息表中注明。

如果您的结果已发送到“我的健康记录”，而您决定要将其删除，您可以登录“我的健康记录”或拨打24/7帮助热线**1800 723 471**，进行操作。

您的结果意味着什么



结果为阴性

阴性结果意味着样本中没有发现血液。两年后再做一次测试。

虽然这项检查可以检测出大多数肠癌，但有些肠癌会时断时续地出血。因此，每两年进行一次筛查非常重要，如果筛查结果呈阴性，而您又出现了一些征兆或症状，请及时与医生沟通（请参阅第 10 页 **关于肠癌**）。



结果为阳性

阳性结果意味着在您的样本中发现了血液。您需要尽快与医生讨论结果。

阳性结果并不意味着您患有癌症。这可能是由息肉、痔疮或肠道炎症等其他疾病引起的，但重要的是要进行进一步检查。

医生可能会建议您做进一步的诊断检查来找出出血的原因，如结肠镜检查。



不确定或无结果

不确定或无结果意味着实验室无法对一个或两个样本进行检测，您需要重新完成检测。您将在几周内自动收到另一个检测试剂盒。

当出现以下情况时，可能会出现不确定的结果：

- 样本大便过多或过少
- 收集管破损
- 试剂盒已过期（检查背面的“截止使用”日期）
- 未在首次采集后 14 天内对样本进行检测
- 试管或参与者详细信息表上没有收集日期。

如果结果呈阳性

如果检测结果呈阳性，医生可能会建议您进行结肠镜检查。

什么是结肠镜检查

结肠镜检查是一种在镇静（睡眠）状态下观察肠道内部的手术。医生会在直肠内插入一根狭窄的软管，软管上安装有微型摄像头，以检查是否有息肉或癌变。

这个过程很快，通常需要 20 到 45 分钟。您的医生会就这一手术的益处和风险向您提供建议。

结肠镜检查的费用

公立医院的患者无需支付结肠镜检查费用。如果您是私立患者，可能需要支付结肠镜检查费用。您应该在结肠镜检查前与医生讨论任何相关费用。

如果在结肠镜检查中发现以下情况

如果发现息肉或其他增生，医生通常会立即将其切除。它们将被送往实验室进行检测。

如果发现肠癌，您可能需要进行手术。如果能在早期发现肠癌，90% 以上的病例都能得到成功治疗。通过该计划发现的大多数癌症都处于早期阶段。

如果您在下次接受筛查前出现任何肠癌的征兆，您应该向医生咨询（请参阅第 11 页的 **肠癌的征兆和症状**）。

结肠镜检查后再次筛查

如果在结肠镜检查中发现息肉或其他增生，医生会就进一步的检查和治疗以及是否适合继续进行肠癌筛查提出建议。

如果在结肠镜检查中没有发现息肉或其他增生，您可以跳过下一轮筛查，而是在上次结肠镜检查四年后再开始筛查。这是基于当前的临床建议。我们会在您做完最后一次检查的两年后给您寄一封关于“跳过一轮”检查的信作为提醒，但如果您不想跳过一轮筛查，您仍然可以要求我们给您寄一个试剂盒。



关于肠癌

肠癌最常发生在结肠或直肠（大肠）内。

肠道的作用

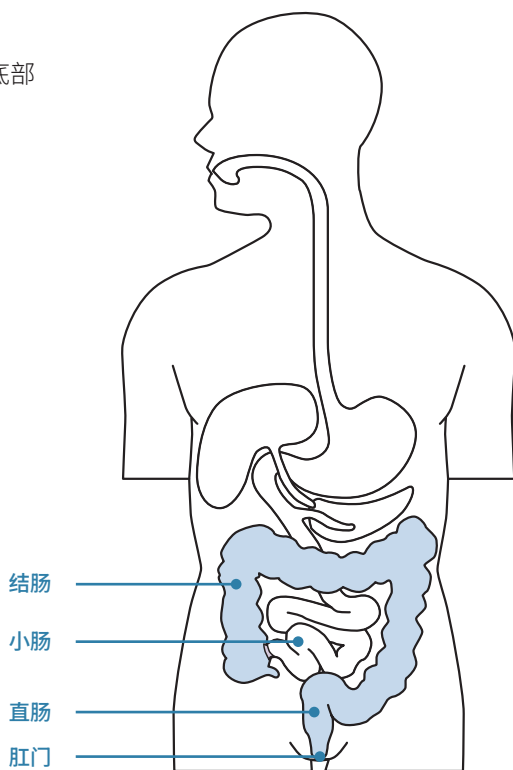
肠道是消化系统的一部分。身体的这一部分会分解食物，并通过排便（大便）将其排出体外。

您的肠道由三个部分组成

- 结肠 - 主要吸收水分。
- 小肠 - 从分解的食物中吸收营养。
- 直肠 - 储存粪便，直到粪便通过底部（肛门）排出体外。

肠癌是如何形成的

- 大多数肠癌都是由肠粘膜上的小肿块（息肉）发展而来的。
- 并非所有息肉都会变成癌症。
- 切除息肉可降低罹患肠癌的风险。



肠癌的征兆和症状

肠癌可能在您没有注意到早期症状的情况下发生。征兆可能包括：

- 大便或马桶里有血迹
- 正常的如厕习惯发生变化，如大便变稀、严重便秘和/或需要比平时更频繁地大便
- 胃痛
- 莫名其妙的疲倦
- 不明原因的体重减轻。

如果您有这些迹象，并不意味着您患上了肠癌，但重要的是要向医生咨询。

大多数肠癌病例发生在 45 岁以上的人群中，但任何人都有可能患上肠癌。如果家人和朋友对此有所担心，鼓励他们向医生咨询。

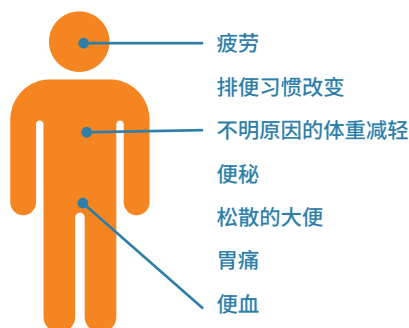
哪些因素会增加罹患肠癌的风险

吸烟、超重、饮食中新鲜蔬菜和水果含量低、红肉和加工肉类含量高的人罹患包括肠癌在内的多种癌症的风险会增加。

向医生咨询您患肠癌的风险，以及如果您符合以下情况，应该做哪些检查：

- 炎症性肠病，如克罗恩病或溃疡性结肠炎
- 肠道内曾有非癌症肿瘤
- 有肠癌家族史这包括有一位在 60 岁以下罹患肠癌的近亲（例如父母、兄弟或姐妹）；或者您有一位以上在任何年龄段罹患肠癌的近亲。

了解肠癌的征兆和症状



如何降低罹患肠癌的风险

保持健康强壮，降低患肠癌的风险：

- 每两年进行一次筛查，以帮助及早发现肠道病变，这使治疗更加容易
- 健康饮食，多吃蔬菜、水果、谷物和豆类（豆子）
- 少吃红肉和加工肉类，如熏肉、火腿和某些种类的香肠
- 每天至少运动 30 分钟，少坐
- 减少饮酒
- 不吸烟。



关于您的隐私

全国癌症筛查登记处保存的信息

全国癌症筛查登记册由 Telstra Health 代表澳大利亚政府卫生与老年保健部进行管理。它保存的个人信息包括：

- 您的联系方式
- 您的筛查检测结果
- 您指定的医生姓名
- 项目筛查后可能进行的进一步检查（如结肠镜检查）的结果
- 您与登记出之间的任何通信。

如何使用这些信息

这些信息将用于：

- 提醒您使用检测盒
- 帮助您接受后续治疗和获得医疗服务
- 请您今后再做检测
- 联系该计划的病理检测机构，索取您的检查结果
- 监测和评估该计划及其对澳大利亚肠癌的影响。

谁会看到我的信息？

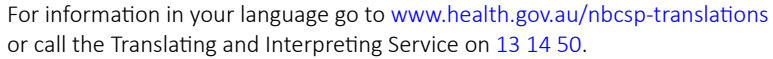
登记册中保存的个人信息可能会提供给澳大利亚政府卫生和老年护理部 (Australian Government Department of Health and Aged Care) 以及根据该计划提供服务的专业人员，例如：

- 您指定的医生
- 专科医生
- 负责检测您样本的病理实验室
- 州和地区卫生部门的雇员和合同服务提供者
- 澳大利亚健康与福利研究所
- 授权的第三方服务提供商
- 您指定的任何授权第三方。

隐私声明

您的个人信息受法律保护, 包括《1988 年隐私法》(Privacy Act 1988)和《2016 年全国癌症筛查登记法》(National Cancer Screening Register Act 2016), 我们为澳大利亚政府卫生和老年护理部(Department of Health and Aged Care)收集您的个人信息, 是为了将您的信息纳入全国癌症筛查登记(National Cancer Screening Register (NCSR)), 作为全国肠癌筛查计划的一部分(National Bowel Cancer Screening Program)。作为邀请您接受筛查过程的一部分, 澳大利亚民政服务部(医疗保险和退伍军人事务部) (Services Australia (Medicare and Department of Veterans' Affairs)) 也会收集您的个人信息, 并可能在您接受筛查测试后收集您的个人信息以进行后续跟踪。您的信息可能会被全国癌症筛查登记(NCSR) 使用或提供给其他方, 以便为您提供医疗保健服务, 用于研究、调查或法律、法院或法庭命令所要求或授权的用途。我们不会向任何海外接收方披露您的个人信息。

更多信息请访问: www.ncsr.gov.au/about-us/privacy-policy.



للحصول على المعلومات بلغتك، اطلع على الموقع www.health.gov.au/nbcsp-translations أو اتصل بخدمة الترجمة الخطية والشفهية (Translating and Interpreting Service) على الرقم 13 14 50.

لەمەن ئەمەڵێکە، تەنھە، بۆسە، تەنھە
www.health.gov.au/nbcsp-translations بۆ بۆسە، تەنھە، تەنھە
 (Translating and Interpreting Service) بۆ بۆسە، تەنھە، تەنھە 13 14 50

有关您所使用语言的信息, 请访问
www.health.gov.au/nbcsp-translations 或致电 翻译及口译服务
(Translating and Interpreting Service) 电话 13 14 50。

如需獲得中文資訊，請拜訪 www.health.gov.au/nbcsp-translations 或撥打翻譯和口譯服務 [Translating and Interpreting Service] 的電話 13 14 50。

Για πληροφορίες στη γλώσσα σας, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα www.health.gov.au/nbcsp-translations ή καλέστε την Υπηρεσία Μετάφρασης και Διερμηνείας (Translating and Interpreting Service) στον αριθμό **13 14 50**.

بلده کسب مالومات زیدتر به زیون خود خو به نشانی
www.health.gov.au/nbcsp-translations یورید یا بلده خدمات ترجمانی شفاهی
 و کتبی (Translating and Interpreting Service) د شماره 13 14 50 زنگ دید.

अपनी भाषा में जानकारी के लिए www.health.gov.au/nbcsp-translations पर जाएँ या अनुवाद एवं दुभाषिया सेवा (Translating and Interpreting Service) को 13 14 50 पर फोन करें।

សម្រាប់ព័ត៌មានជាភាសាបស្ចឹម សូមទៅកាន់គេហទំព័រ
www.health.gov.au/nbcsp-translations ឬហៅទូរសព្ទទៅ សេវាបកប្រែភាសាសរសេរ
 និងភាសាផ្ទាល់មាត់ (Translating and Interpreting Service) តាមលេខ 13 14 50។

한국어로 된 정보를 원하시면 www.health.gov.au/nbcsp-translations를 방문하거나 13 14 50번으로 통번역 서비스 (Translating and Interpreting Service)에 전화하십시오.

तपाईंको भाषामा जानकारीको लागि www.health.gov.au/nbcsp-translations
मा जानुहोस् वा अनुवाद र दोभाषे सेवालाई (Translating and Interpreting
Service) 13 14 50 मा फोन गर्नुहोस् ।

برای اطلاعات به زبان خودتان، مراجعه کنید به www.health.gov.au/nbcsp-translations یا زنگ بزنید به خدمات ترجمه کتبی و ترجمه شفاهی (Translating and Interpreting Service) به شماره 13 14 50.

Aby uzyskać informacje w swoim języku, wejdź na stronę www.health.gov.au/nbcsp-translations lub zadzwoń do Telefonicznej Służby Tłumaczy (Translating and Interpreting Service) pod numer 13 14 50.

ਅਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ www.health.gov.au/nbcsp-translations 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ 13 14 50 'ਤੇ ਅਨੁਵਾਦ ਅਤੇ ਦੋਭਾਸ਼ੀਆਂ ਸੇਵਾ (Translating and Interpreting Service) ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

Для получения информации на вашем языке посетите сайт www.health.gov.au/nbcsp-translations или позвоните в Службу письменного и устного перевода (Translating and Interpreting Service) по номеру **13 14 50**.

За информације на вашем језику, посетите www.health.gov.au/nbcsp-translations или позовите Службу за превођење и тумачење (Translating and Interpreting Service) на 13 14 50.

Para obtener información en su idioma, visite www.health.gov.au/nbcsp-translations o llame al Servicio de Traducción e Interpretación (Translating and Interpreting Service) al 13 14 50.

Kendi dilinizde bilgi almak için www.health.gov.au/nbcsp-translations adresini ziyaret edin veya 13 14 50 numaralı telefondan Yazılı ve Sözlü Çeviri Hizmetini [Translating and Interpreting Service] arayın.

Để biết thông tin bằng ngôn ngữ của mình, hãy truy cập trang mạng www.health.gov.au/nbcsp-translations hoặc gọi cho Dịch vụ Phiên dịch và Thông ngôn (Translating and Interpreting Service) theo số 13 14 50.

需要帮助?

更新您的信息、管理参与情况并查看筛查信息

全国癌症筛查登记处	1800 627 701 www.ncsr.gov.au
-----------	--

了解如何使用测试试剂盒

试剂盒帮助热线	1800 930 998 或在以下网址观看视频短片 www.health.gov.au/nbcsp
---------	--

为低视力者获取资源

全国肠癌筛查计划(National Bowel Cancer Screening Program)	www.health.gov.au/nbcsp-resources-low-vision
---	--

获得听力障碍帮助服务

电传打字 (TTY) 服务	1800 810 586
---------------	--------------

向训练有素的工作人员了解癌症和当地的癌症服务

澳大利亚癌症委员会	13 11 20 www.cancer.org.au
-----------	--

获取翻译的材料和信件

全国肠癌筛查计划(National Bowel Cancer Screening Program)	www.health.gov.au/nbcsp-translations
---	--

获取口译服务

笔译和口译服务(Translating and Interpreting Service)	13 14 50 www.tisnational.gov.au
---	--



进一步了解全国肠癌筛查计划
(National Bowel Cancer Screening Program)
www.health.gov.au/nbcsp