

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

Όσα θα θέλατε να μάθετε για τον καρκίνο του παχέος εντέρου

Τι μπορείτε να κάνετε για να μειώσετε τον κίνδυνο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



www.epanad.gov.gr



www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

Τι είναι ο καρκίνος του παχέος εντέρου;



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
"ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΔΥΝΑΜΙΚΩΝ"

www.epanad.gov.gr



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ
πρόγραμμα για την ανάπτυξη

www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

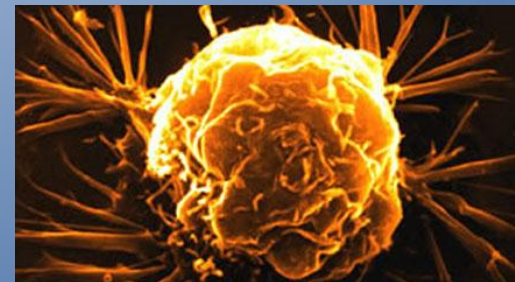
europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

- Ο καρκίνος του παχέος εντέρου είναι ένας όγκος που προκαλείται από την ανώμαλη εξέλιξη των κυττάρων που βρίσκονται στο παχύ έντερο, το κομμάτι, δηλαδή, του πεπτικού σωλήνα όπου επικάθονται τα άχρηστα προϊόντα της πέψης.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
"ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΔΙΑΓΝΩΣΤΙΚΗ ΔΥΝΑΜΙΚΟΤΗΤΑ"

www.epanad.gov.gr



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ
πρόγραμμα για την ανάπτυξη

www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου αναπτύσσεται αργά. Συχνά αρχίζει με τη μορφή ενός μικρού πολύποδα. Οι πολύποδες αυτοί μπορεί να είναι προκαρκινικά αδενώματα, τα οποία σταδιακά εξελίσσονται σε πλήρη μορφή καρκίνου.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



www.epanad.gov.gr



www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015



ενδοσκοπική εικόνα πολύποδα
παχέος εντέρου



ενδοσκοπική
πολυπεκτομή

- Αν οι πολύποδες διαγνωστούν έγκαιρα, μπορούν να αφαιρεθούν ανώδυνα.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



www.epanad.gov.gr



www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

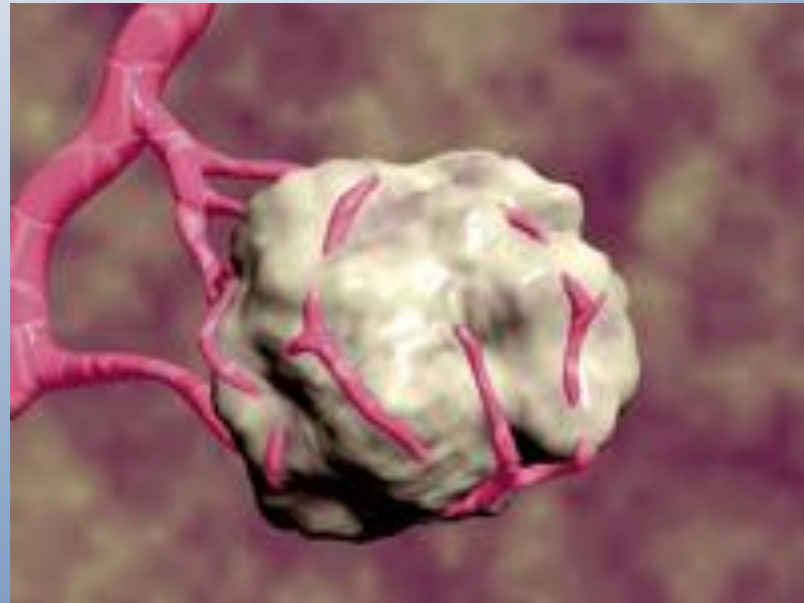
europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

Καρκίνος του
παχέος εντέρου.
Πόσο μεγάλο
είναι το
πρόβλημα;



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



www.epanad.gov.gr



www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

- **1 εκατομμύριο** νέες διαγνώσεις κάθε χρόνο
- Ο **3ος** σε **συχνότητα** καρκίνος
- Η **2η αιτία θανάτου** σε άνδρες και γυναίκες
- **6%** πιθανότητα να παρουσιάσει κάποιος τη νόσο
- **50%** θα πεθάνουν από τη νόσο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



www.epanad.gov.gr



www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

Καρκίνος του παχέος εντέρου

Μπορώ να μειώσω τον κίνδυνο;

- Οι έρευνες δείχνουν ότι μπορούμε να κάνουμε σημαντικά πράγματα για να μειώσουμε τον κίνδυνο για καρκίνο του παχέος εντέρου.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



www.epanad.gov.gr



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ
πρόγραμμα για την ανάπτυξη

www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

- **2 από τους 3 καρκίνους** παχέος εντέρου μπορούν να προληφθούν με αλλαγές στη διατροφή και με φυσική άσκηση.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
"ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΔΥΝΑΜΙΚΩΝ"

www.epanad.gov.gr



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ
πρόγραμμα για την ανάπτυξη

www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

- Η αποφυγή ή και η **διακοπή του καπνίσματος** προφυλάσσει τον οργανισμό και από τον ΚΠΕ



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



www.epanad.gov.gr



www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

- Η μείωση του άγχους και η επιλογή ενός υγιεινού τρόπου ζωής μπορούν να θωρακίσουν τον οργανισμό μας από τη νόσο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



www.epanad.gov.gr



www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

- Οι διατροφικές μας συνήθειες ευθύνονται για περίπου το **30%** των περιστατικών καρκίνου στις δυτικές κοινωνίες, καθιστώντας τη διατροφή τον **δεύτερο παράγοντα κινδύνου για καρκίνο** μετά το κάπνισμα.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
"ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΑΝΑΡΧΙΣΤΡΟΝΗ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ"

www.epanad.gov.gr



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ
πρόγραμμα για την ανάπτυξη

www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

- Οι λιπαρές τροφές, τα τηγανητά, οι τροφές με συντηρητικά και το πολύ ψημένο κρέας, ευνοούν την ανάπτυξη ΚΠΕ.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
'ΑΝΑΤΥΞΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ'

www.epanad.gov.gr



www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

- Η παχυσαρκία συνδέεται με τον καρκίνο του παχέος εντέρου σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
"ΑΝΑΛΥΣΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ"

www.epanad.gov.gr



www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

- Αυξήστε τη σωματική σας δραστηριότητα με όποιο τρόπο μπορείτε και σας αρέσει, για τουλάχιστον 30 λεπτά κάθε μέρα.
- Όσο πιο δραστήριος είστε, τόσο το καλύτερο.
- Η σωματική άσκηση δυναμώνει το ανοσοποιητικό και κρατάει υγιές το πεπτικό σύστημα.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
"ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΣΥΝΘΕΣΗ ΕΘΝΙΚΟΥ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ"

www.epanad.gov.gr



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ
πρόγραμμα για την ανάπτυξη

www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

- Βάλτε στη διατροφή σας κυρίως φυτικές τροφές όπως τα φρούτα, τα λαχανικά, τα όσπρια και τα δημητριακά ολικής αλέσεως.
- Τα φρούτα και τα λαχανικά έχουν βιταμίνες που δυναμώνουν το ανοσοποιητικό μας σύστημα. Περιέχουν πολύτιμες ουσίες, όπως τα φυτοχημικά που προστατεύουν τα κύτταρά μας από τον καρκίνο.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
'ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΑΝΑΡΧΙΣΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΟΥ'

www.epanad.gov.gr



www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

- Περιορίστε το αλκοόλ σε 1 ποτήρι την ημέρα, αν είστε γυναίκα, και σε 2 ποτήρια την ημέρα αν είστε άντρας.
- Το πολύ αλκοόλ μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



www.epanad.gov.gr



www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

**Η σωματική άσκηση η υγιεινή διατροφή και
οι τακτικές εξετάσεις από τον γιατρό σας,
αρχίζοντας από την ηλικία των 50 ετών,
σας προστατεύουν σημαντικά.**

**Γιατί πρέπει να κάνω τακτικές εξετάσεις;
Ποιες είναι οι βασικές εξετάσεις;**



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
"ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΔΥΝΑΜΙΚΩΝ"

www.epanad.gov.gr



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ
πρόγραμμα για την ανάπτυξη

www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

Γιατί είναι σημαντικό να κάνω τακτικά τις εξετάσεις μου;

- Είναι πολύ σημαντικό να βρεθεί νωρίς ο καρκίνος πριν εξαπλωθεί, γιατί αν διαγνωστεί νωρίς, μπορεί να θεραπευτεί με μεγάλη επιτυχία.
- Τα αποτελέσματα όμως μειώνονται σημαντικά αν ο καρκίνος εντοπισθεί αργά.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



www.epanad.gov.gr



www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

Ποιες είναι οι βασικές διαγνωστικές εξετάσεις;

- Εξέταση ανίχνευσης αίματος στα κόπρανα με ανοσοχημικό test (FOB Test)
- Ορθοσιγμοειδοσκόπηση – Κολonosκόπηση
- Εικονική κολonosκόπηση και εύκαμπτη σιγμοειδοσκόπηση.

Άτομα, ηλικίας μεγαλύτερης των 50 ετών θα πρέπει να υποβάλλονται σε δοκιμασία ανίχνευσης αιμοσφαιρίνης στα κόπρανα (FOBT) κάθε χρόνο και σε σιγμοειδοσκόπηση κάθε 3 ή 5 χρόνια, ή (καλύτερα) σε ολική κολonosκόπηση ανά 10ετία.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



www.epanad.gov.gr



www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

Τι είναι η εξέταση ανίχνευσης αίματος στα κόπρανα (FOBT);

- Γίνεται εύκολα στο σπίτι, ακολουθώντας τις οδηγίες του κατασκευαστή και δεν χρειάζεται προετοιμασία με ειδική δίαιτα. Εντοπίζει τις ελάχιστες ποσότητες αίματος, που κανονικά δεν είναι ορατές με γυμνό μάτι, στις κενώσεις.
- Μαθαίνετε αν έχετε πολύποδες (καθώς η αφαίρεσή τους προλαμβάνει την εμφάνιση του καρκίνου του παχέος εντέρου) και αν θα πρέπει να υποβληθείτε σε κολονοσκόπηση.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



www.epanad.gov.gr



www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

Πόσο συχνά πρέπει να γίνεται η εξέταση (FOBT);

- Μια φορά τον χρόνο, ξεκινώντας από την ηλικία των 50 ετών για τα πρώτα 3 χρόνια. Ακολούθως μπορεί να γίνεται ανά διετία υπό την προϋπόθεση ότι οι FOB είναι αρνητικές για παρουσία αίματος.

Η εξέταση είναι σημαντική σε άτομα που δεν παρουσιάζουν συμπτώματα, καθώς οι ευκαιρίες για αποτελεσματικότερη θεραπεία είναι περισσότερες αν εντοπιστεί η νόσος σε πολύ αρχικό στάδιο.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
"ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΔΙΑΓΝΩΣΤΙΚΗ ΔΥΝΑΜΙΚΟΤΗΤΑ"

www.epanad.gov.gr



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ
πρόγραμμα για την ανάπτυξη

www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

Τι είναι η κολονοσκόπηση;

- Είναι μια πιο εξειδικευμένη εξέταση, συγκεκριμένα μία οπτική εξέταση της εσωτερικής επιφάνειας του παχέος εντέρου ή και τμήματος του λεπτού, που επιτρέπει την έγχρωμη λεπτομερή συνεχή καταγραφή του εντέρου σε οθόνη.
- Γίνεται κάθε 10 χρόνια, ξεκινώντας από την ηλικία των 50 ετών.
- Συνιστάται σε όλες τις ομάδες υψηλού κινδύνου.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



www.epanad.gov.gr



www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

Τι είναι η εικονική κολονοσκόπηση;

- Αποτελεί εναλλακτική της κολονοσκόπησης μέθοδο σε άτομα που δεν επιθυμούν ή δεν είναι δυνατό να υποβληθούν σε κολονοσκόπηση.

Τι είναι η εύκαμπτη σιγμοειδοσκόπηση;

- Γίνεται με το εύκαμπτο σιγμοειδοσκόπιο χωρίς καταστολή του εξεταζόμενου, αφού δεν προκαλεί ιδιαίτερο πόνο ή δυσφορία. Ωστόσο εξετάζει μόνο το αριστερό τμήμα του εντέρου.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
"ΑΝΑΤΙΤΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ"

www.epanad.gov.gr



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ
πρόγραμμα για την ανάπτυξη

www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

Ποιοι διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο;

Αυξημένο κίνδυνο έχουν:

1. Άτομα με ατομικό ή οικογενειακό ιστορικό καρκίνου (πολυπόδων ή καρκίνου παχέος εντέρου, ασθενείς με μακροχρόνια ελκώδη κολίτιδα ή νόσο του Crohn και άτομα από οικογένειες με κληρονομική προδιάθεση για καρκίνο παχέος εντέρου.
2. Άτομα ηλικίας άνω των 50 ετών. Μετά τα 50 χρόνια η πιθανότητα εμφάνισης της νόσου διπλασιάζεται για κάθε δεκαετία ζωής.
3. Οι καπνιστές.
4. Άτομα με κακές διατροφικές συνήθειες και έλλειψη σωματικής άσκησης.
5. Υπέρβαρα και παχύσαρκα άτομα.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



www.epanad.gov.gr



www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

Ποιοι διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο;

6. Οι στενοί συγγενείς των ασθενών που εμφάνισαν καρκίνο του παχέος εντέρου σε νεαρή ηλικία πρέπει να συμβουλευούνται γαστρεντερολόγο.

Οποιοσδήποτε μπορεί να πάθει καρκίνο του παχέος εντέρου



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
"ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΑΠΟΡΡΙΨΙΣ ΣΥΝΔΕΚΤΙΚΟΥ"

www.epanad.gov.gr



ΕΣΠΑ
2007-2013
πρόγραμμα για την ανάπτυξη
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ

www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

Υπάρχουν συμπτώματα που μπορώ να προσέξω;

Επισκεφθείτε τον γιατρό σας αμέσως, αν παρατηρήσετε κάποιο από τα παρακάτω συμπτώματα:

- Αίμα στα κόπρανα
- Αλλαγή των συνηθειών του εντέρου (διάρροια, δυσκοιλιότητα ή εναλλαγή των δύο) χωρίς εμφανή λόγο, που διαρκεί περισσότερο από 6 εβδομάδες.
- Ανεξήγητη απώλεια βάρους
- Πόνο στην κοιλιά ή στον πρωκτό
- Αίσθηση ότι δεν έχει αδειάσει εντελώς το παχύ έντερο ύστερα από μια κένωση
- Συμπτώματα αναιμίας, όπως αδυναμία, εύκολη κόπωση, δύσπνοια, ζάλη



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



www.epanad.gov.gr



www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου

προλαμβάνεται με σωματική άσκηση και υγιεινή διατροφή

ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015



Ο καρκίνος του παχέος εντέρου μπορεί να διαγνωστεί έγκαιρα και να σώσει τη ζωή σου!

ΠΑΡΕ ΤΗ ΖΩΗ ΣΟΥ ΣΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΟΥ



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

www.keelpno.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
&
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ

www.ygeia-pronoia.gr

Με την
συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής
Ένωσης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
"ΑΝΑΤΙΤΣΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΔΥΝΑΜΙΚΩΝ"

www.epanad.gov.gr



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ
πρόγραμμα για την ανάπτυξη

www.espa.gr



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

europa.eu