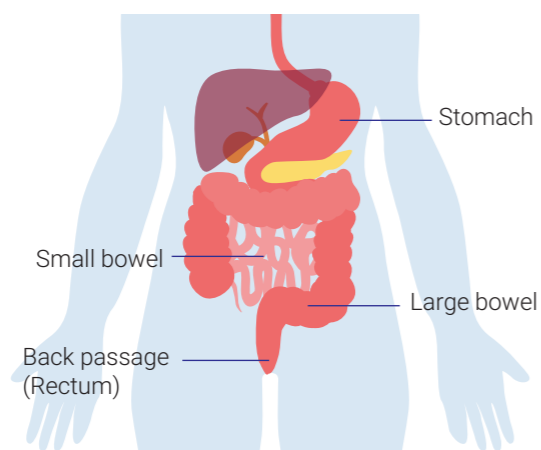


What is colorectal cancer?

Also known as bowel cancer and colon cancer, colorectal cancer occurs in the colon or rectum. The colon and the rectum are parts of the large intestine, which is the lower part of the body's digestive system. During digestion, food moves through the stomach and small intestine into the colon. The colon then absorbs water from the food you eat and passes waste out of the body as stool.



Colorectal cancer is the second most common cancer in Malaysia. It affects both men and women and the risk increases with age.

However, colorectal cancer can be cured if it is found and treated early.

Who is at risk?

The risk of colorectal cancer increases with age. Especially for those aged 40 and above. Other factors include:

- Having family members with colorectal cancer
- Diet high in red and processed meat
- Diet low in fibre, fruits and vegetables
- Lifestyle factors: being overweight, inactive, drinking alcohol (more than 1 unit per day) and smoking
- Having an inflammatory bowel disease such as Crohn's Disease or Ulcerative Colitis

What should I look out for?

The signs and symptoms of colorectal cancer include:

- Blood in your stools or bleeding from the back passage
- Change in bowel habits such as diarrhoea, constipation or both over several weeks
- Unexplained weight loss
- Persistent pain in your tummy
- A feeling that your bowel does not completely empty after using the toilet
- Pain in your back passage
- Tiredness or anaemia

If you notice any of these signs or symptoms, see your doctor immediately. It could be nothing but it is better to play it safe. Always check with your doctor.

“

I was fortunate to have discovered cancer through a check-up. Chances of a cure are much better with earlier screening.

”



Robbin Khoo "Ah Hock",
Colorectal cancer survivor

Through early detection and proper treatment, Robbin is now a colorectal cancer survivor. If you are 40 years and above, you are at risk. But colorectal cancer can be cured: simply pay attention to your stool and bowel movement, and see your doctor now if there are any changes. A yearly check-up is recommended if you are aged 50 years or above.

So go for a check-up today.

For more info:

Visit www.becanceralert.com

Call Toll-Free Helpline **1-800-88-1000**

BE CANCER
ALERT

JANGAN
SEGAN
UNTUK
MEMERIKSA
NAJIS
ANDA.

Kanser usus boleh dirawat jika dikesan dan dirawat dari awal.

#becanceralert
www.becanceralert.com

Hotline : 1-800-88-1000

Projek kerjasama oleh:

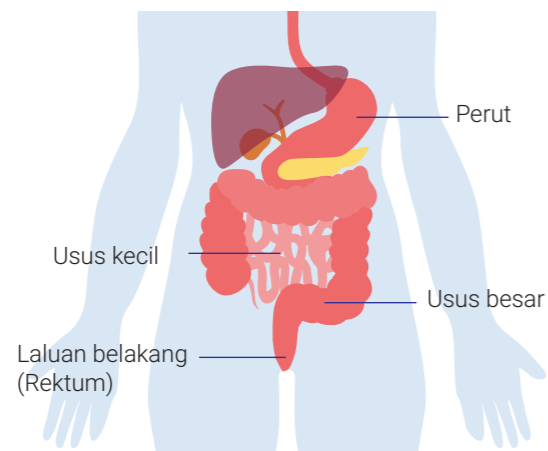


Disokong oleh:



Apa itu kanser usus?

Dikenali juga sebagai kanser kolon, kanser usus adalah kanser yang bermula di usus atau rektum. Usus atau rektum adalah sebahagian dari usus besar, yang merupakan bahagian bawah dalam sistem pencernaan badan. Semasa penghadaman, makanan akan bergerak melalui perut menuju ke usus kecil dan ke usus besar. Usus besar kemudiannya akan mengeluarkan air dari sisa pepejal. Akhir sekali sisa akan bergerak melalui rektum dan keluar dari badan melalui dubur.



Kanser usus adalah kanser kedua tertinggi di Malaysia di kalangan lelaki dan juga wanita. Risikonya akan bertambah dengan meningkatnya usia.

Kanser usus boleh dirawat jika dikesan dan dirawat dari awal.

Siapa yang berisiko?

Risiko kanser usus bertambah dengan usia, terutama mereka yang berumur 40 tahun ke atas. Faktor – faktor lain termasuk:

- Mempunyai ahli keluarga yang pernah menghidapi kanser usus
- Diet tinggi dengan daging merah dan makanan proses
- Diet rendah dalam serat, buah-buahan dan sayur-sayuran
- Gaya hidup yang tidak sihat seperti berat badan berlebihan, kurang aktiviti fizikal, minum banyak alkohol (lebih dari 1 unit sehari) dan merokok
- Mempunyai penyakit usus radang seperti penyakit Crohn dan Colitis ulseratif

Apa yang perlu saya perhatikan?

Tanda – tanda dan gejala kanser usus termasuk:

- Terdapat darah dalam najis atau berlaku pendarahan rektum
- Penurunan berat badan yang tak dapat dijelaskan
- Sering kali sakit perut
- Perubahan dalam pembuangan najis seperti cirit birit, sembelit atau kedua-duanya, selama berminggu-minggu
- Rasa seperti usus anda tidak kosong sepenuhnya selepas membuang najis
- Sakit di bahagian dubur
- Keletihan atau anemia

Sekiranya anda mempunyai tanda-tanda atau gejala ini, sila berjumpa dengan doktor anda dengan segera. Ia mungkin bukan kanser, tetapi lebih baik berhati-hati. Sentiasa lakukan pemeriksaan dengan doktor anda.

“

Saya mempunyai sejarah ahli keluarga yang pernah menghidapi kanser usus. Tapi disebabkan saya membuat saringan awal, kanser usus saya boleh dirawat dengan segera.

”



Mahrani Taff,
Bekas pesakit kanser usus

Melalui pengesanan awal dan rawatan yang betul, Mahrani kini menjadi bekas pesakit kanser usus. Ini adalah hakikat bahawa jika anda berusia 40 tahun ke atas, anda mempunyai risiko yang tinggi. Tetapi kanser usus boleh dirawat: dengan memerhatikan najis anda dan segala perubahan dalam badan, dan juga berjumpa dengan doktor segera. Pemeriksaan setiap tahun disyorkan jika anda berusia 50 tahun ke atas.

Sila buat saringan dengan segera.

Untuk maklumat lanjut:

Layari www.becanceralert.com

Hubungi Talian Bebas Tol **1-800-88-1000**

BE CANCER
ALERT

DON'T
BE
SHY
TO
CHECK
YOUR
STOOL

Colorectal cancer can be cured
if found and treated early.

#becanceralert

www.becanceralert.com

Hotline : 1-800-88-1000

A collaborative project by:



Supported by:

