



Rijksinstituut voor Volksgezondheid  
en Milieu  
Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport

# Twoje zaproszenie na badanie przesiewowe jelita grubego



W tej ulotce znajdziesz najważniejsze informacje dotyczące badania przesiewowego jelita grubego. W ten sposób możesz samodzielnie zdecydować, czy chcesz wziąć udział w badaniu czy nie.

## Dlaczego zapraszamy Cię na badanie?

Badanie przesiewowe ma na celu wczesne wykrywanie raka jelita grubego, jeszcze zanim pojawią się jakiegokolwiek objawy. To zwiększa szansę na skuteczne wyleczenie. Leczenie jest wtedy często również mniej obciążające. Badanie pozwala także wykryć ewentualne polipy w jelicie grubym. Usunięcie polipów może zapobiec powstaniu raka jelita grubego. Rak jelita grubego jest poważną i częstą chorobą. Może rozwijać się, nie dając żadnych objawów. Polipy i rak jelita grubego występują częściej u osób powyżej 55 roku życia. Dlatego co 2 lata otrzymujesz zaproszenie na badanie.

## Udział w badaniu przesiewowym

Jeśli chcesz wziąć udział w badaniu, wykonaj w domu autotest. Za pomocą tego testu badamy obecność krwi w stolcu (kupie). Krew w stolcu (kupie) nie zawsze jest widoczna. Może mieć związek z rakiem jelita grubego albo jego wczesnym stadium.

Objaśnienie badania przesiewowego prostym językiem?

Wejdź na stronę: [www.steffie.nl](http://www.steffie.nl)



Więcej informacji można również uzyskać na [www.bevolkingsonderzoekdarmkanker.nl](http://www.bevolkingsonderzoekdarmkanker.nl)



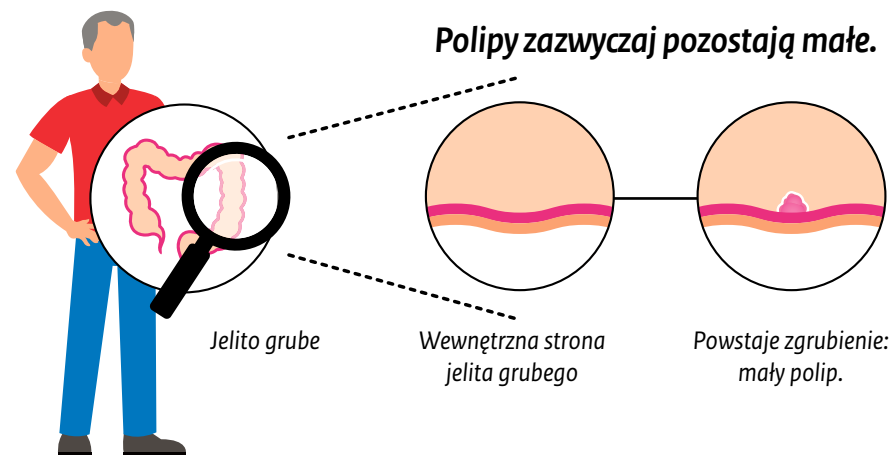
Możesz także zeskanować za pomocą telefonu komórkowego poniższy kod QR, który natychmiast przekieruje Cię na stronę internetową.



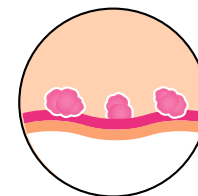
Chcesz z kimś porozmawiać w celu uzyskania odpowiedzi na pytania lub pomocy? Skontaktuj się z działem obsługi klienta Bevolkingsonderzoek Nederland. Numer telefonu widzisz na zaproszeniu, które do Ciebie wysłaliśmy.

## Jak powstaje rak jelita grubego?

Rak jelita grubego zaczyna się jako zgrubienie po wewnętrznej stronie jelita grubego. Nazywamy to polipem. Polipy zwykle nie dają żadnych dolegliwości. Większość polipów jest nieszkodliwa, lecz w niektórych polipach rozwija się rak jelita grubego. Dlatego tak ważny jest udział w badaniu przesiewowym.



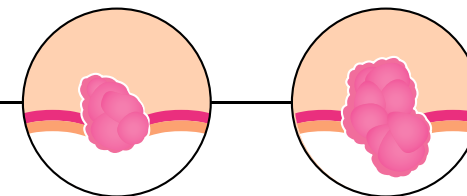
**Polipy mogą dalej rosnąć.**



Polip zwykle pozostaje mały, czasem polipy rosną dalej albo pojawiają się kolejne

**Czasem z polipów rozwija się rak jelita grubego**

*Trwa to około 15 lat*



W dużych polipach może rozwijać się rak jelita grubego

Rak jelita grubego może się dalej rozprzestrzenić

# Badanie: od testu do wyniku

Polipy i rak jelita grubego mogą powodować drobne krwawienia. Za pomocą tego testu badamy obecność krwi w stolcu (kupie).

## 1 Autotest

Najpierw zapoznaj się z instrukcją załączoną do pakietu oraz wykonaj autotest.

Możesz też obejrzeć nagranie dotyczące testu na:

[www.bevolkingsonderzoekdarmkanker.nl](http://www.bevolkingsonderzoekdarmkanker.nl)



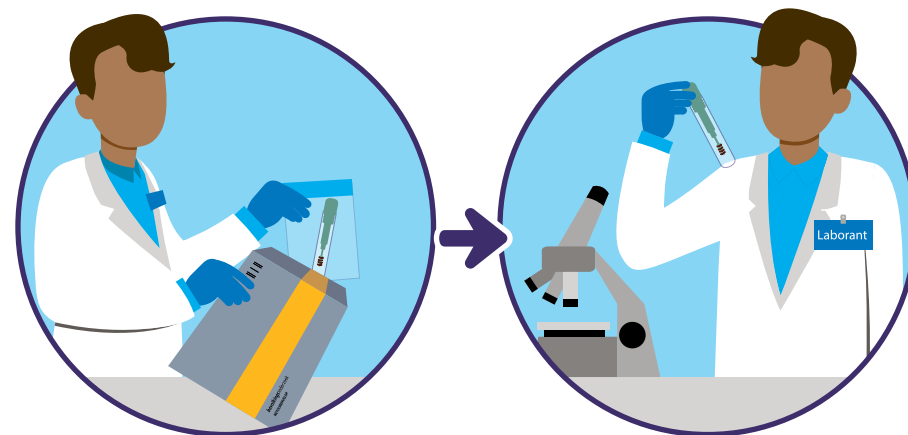
**Wykonałeś/Wykonałaś autotest?**

Włóż autotest do szarej koperty i wrzuć do skrzynki pocztowej.

## 2 Badanie w laboratorium

Krew w stolcu często nie jest widoczna gołym okiem.

Dlatego stolec jest badany w laboratorium.



## 3 Wynik

W ciągu 2 tygodni otrzymasz list, z którego dowiesz się, czy potrzebne jest dalsze badanie czy nie.



### Ile kosztuje badanie?

Możesz wziąć udział w badaniu przesiewowym bezpłatnie. Jeśli potrzebna jest dalsza diagnostyka w szpitalu, koszty pokrywa Twój ubezpieczyciel zdrowotny. Jedynym kosztem dla Ciebie może być udział własny. Masz pytania w związku z tym? Skontaktuj się ze swoim ubezpieczycielem zdrowotnym.

### Kiedy lepiej nie brać udziału w badaniu?

Czasami badanie przesiewowe ma dla Ciebie mniejszy sens. Wtedy lepsze może być inne badanie. Omów z lekarzem rodzinnym, co będzie dla Ciebie optymalne, jeśli dotyczy Cię jeden lub więcej z poniższych punktów:

- masz dolegliwości ze strony jelit;
- w ciągu ostatnich 5 lat miałeś/miałaś badanie endoskopowe jelita;
- jesteś bardzo poważnie chory/chora i nie ma rokowań na wyzdrowienie;
- jesteś w trakcie leczenia z powodu przewlekłego zapalenia jelit;
- masz dziedziczną skłonność do raka jelita grubego;
- rak jelita grubego występuje w Twojej rodzinie.

### Kiedy lepiej udać się do lekarza rodzinnego?

Czy masz 1 albo więcej powyższych dolegliwości? Skonsultuj ze swoim lekarzem pierwszego kontaktu, zanim weźmiesz udział w badaniu przesiewowym.

- Krew lub śluz w stolcu;
- Zmiana w stolcu, która nie ustępuje;
- Uczucie, że trzeba się wypróżnić, mimo że nie ma takiej potrzeby;
- Zmniejszenie apetytu;
- Ból brzucha lub skurcze brzucha;
- Utrata masy ciała bez przyczyny;
- Ciągłe zmęczenie.

## Jaki może być wynik?

Możesz otrzymać 1 z 2 możliwych wyników.

### 1 Nie ma potrzeby dalszego badania

Za 2 lata ponownie otrzymasz zaproszenie, chyba że wówczas będziesz mieć ukończone 75 lat.



95 na 100 uczestników nie potrzebuje dalszego badania.

### 2 Konieczna jest dalsza diagnostyka

Otrzymasz skierowanie na rozmowę w szpitalu. Podczas tej rozmowy lekarz wspólnie z Tobą zadecyduje, czy zostanie wykonane badanie endoskopowe. Za pomocą badania endoskopowego jelito grube jest badane od wewnątrz.



5 na 100 uczestników nie potrzebuje dalszej diagnostyki.

Więcej informacji na temat dalszej diagnostyki można znaleźć na:

[www.bevolkingsonderzoekdarmkanker.nl](http://www.bevolkingsonderzoekdarmkanker.nl)



# Zalety i wady

Tak jak każde badanie medyczne, badanie przesiewowe ma zalety i wady. Samodzielnie decydujesz o udziale w badaniu.

## Zalety udziału w badaniu

- **Rak jelita grubego może zostać wykryty i leczenie może zostać podjęte wcześniej**

Jeśli rak jelita grubego zostanie wykryty wcześniej, szansa na skuteczne leczenie jest większa. Często potrzebne jest również mniej inwazyjne leczenie. Dzięki wykrywaniu i usuwaniu polipów rak jelita grubego można mu nawet zapobiec.

- **Mniejsze ryzyko zgonu z powodu raka jelita grubego**

U osób, które regularnie biorą udział w badaniu przesiewowym, maleje ryzyko zgonu z powodu raka jelita grubego niż u osób, które nie biorą udziału.

## Wady udziału w badaniu

- **Badanie może wywoływać niepokój.**

Oczekiwanie na wynik może być stresujące, a skierowanie na dalsze badanie może Cię zaniepokoić. Skierowanie nie musi jednak oznaczać, że masz raka jelita grubego.

- **Badanie przesiewowe nie daje pełnej pewności**

Zawsze istnieje ryzyko, że rak jelita grubego nie zostanie wykryty w badaniu przesiewowym. Możesz również zachorować na raka jelita grubego pomiędzy 2 badaniami. Dlatego w przypadku objawów należy zawsze iść do lekarza rodzinnego.

- **Czasami mogą wystąpić problemy podczas badania endoskopowego**
- Każde dalsze badanie wykonywane jest bardzo starannie. Mimo to mogą wystąpić problemy — z bardzo małym ryzykiem zgonu.

# Twoje dane

## Polityka prywatności

Na potrzeby badania przesiewowego przetwarzamy Twoje dane. Przestrzegamy przy tym przepisów o ochronie prywatności.

Wyniki Twojego badania mogą pomóc w ulepszaniu badania przesiewowego. Wyniki wszystkich uczestników razem dostarczają wielu różnych informacji. Dlatego wymieniamy się również danymi z instytucjami badawczymi i podmiotami opieki zdrowotnej. Więcej informacji na temat polityki prywatności można znaleźć na:

[www.bevolkingsonderzoeknederland.nl/privacy](http://www.bevolkingsonderzoeknederland.nl/privacy)

## Udostępnienie wyniku lekarzowi rodzinemu

Lekarz rodzinny nie otrzyma Twojego wyniku automatycznie. Jeśli chcesz, aby lekarz otrzymał Twój wynik automatycznie, prześlij dane swojego lekarza pierwszego kontaktu, zanim wyślesz próbkę stolca. Możesz to zrobić na: [mijn.bevolkingsonderzoeknederland.nl](http://mijn.bevolkingsonderzoeknederland.nl)

Lekarz pierwszego kontaktu otrzyma również wiadomość, jeśli przy niekorzystnym wyniku nie zareagujesz na skierowanie do szpitala.

## Co dzieje się z moim testem stolca?

Po zbadaniu test zostaje zniszczony. Czasami przechowujemy testy stolca przez krótki czas, aby monitorować i ulepszać jakość badania przesiewowego. Testy te są również niszczone po kilku dniach. W przypadku badań naukowych zawsze prosimy wcześniej o wyraźną zgodę na użycie materiału biologicznego.

## Możesz zdecydować o wykorzystaniu Twoich danych

Nie chcesz, aby Twoje dane były używane do badań jakościowych lub naukowych? Zastrzeż dane w „Mijn Bevolkingsonderzoek”. Ważne jest, aby zrobić to przed przystąpieniem do badania przesiewowego.

Masz wgląd w swoje dane, możesz je zmienić lub uzupełniać. Wejdź na stronę Mijn Bevolkingsonderzoek: [mijn.bevolkingsonderzoeknederland.nl](http://mijn.bevolkingsonderzoeknederland.nl) i zaloguj się za pomocą DigiD.

# Pomoc przy wyborze

Mamy nadzieję, że lektura tej ulotki pomoże Ci podjąć decyzję.

Potrzebujesz więcej informacji albo trudno Ci podjąć decyzję?  
Istnieje kilka źródeł i osób, które mogą Ci w tym pomóc.

## Więcej informacji:

[www.steffie.nl](http://www.steffie.nl) gdzie znajdziesz przystępne wyjaśnienia  
[www.bevolkingsonderzoekdarmkanker.nl](http://www.bevolkingsonderzoekdarmkanker.nl)  
[www.thuisarts.nl/darmkanker-opsporen](http://www.thuisarts.nl/darmkanker-opsporen)

## Pomoc ze strony innych:

- Poproś lekarza rodzinnego o poradę.
- Porozmawiaj o tym z rodziną i przyjaciółmi.

## Udział w badaniu lub rezygnacja z udziału w badaniu Chcesz wziąć udział?

Wykonaj test stolca ze swojego pakietu.  
Przed użyciem dokładnie przeczytaj instrukcję.

## Nie chcesz brać udziału w badaniu?

Zrezygnuj z udziału w badaniu na: [mijn.bevolkingsonderzoeknederland.nl](http://mijn.bevolkingsonderzoeknederland.nl)  
Do logowania potrzebny jest DigiD. Możesz też zadzwonić lub wysłać e-mail do Bevolkingsonderzoek Nederland. Numer telefonu i adres e-mail znajdują się u góry listu dołączonego do tej ulotki. Po rezygnacji nie będziesz już otrzymywać zaproszeń ani testów stolca.

# Doświadczenia innych osób

W Holandii 7 na 10 osób bierze udział w badaniu przesiewowym raka jelita grubego. To całkowicie zrozumiałe, że możesz mieć pytania lub wątpliwości. Tutaj możesz przeczytać opinie innych:

„Mam prawdziwe szczęście, że mogę to opowiedzieć. I naprawdę zawdzięczam to badaniu przesiewowemu. Dla niektórych może to być niekomfortowe, bo wiadomo, że coś może zostać wykryte. Ale im później tym gorzej.”

„Wraz ze świadomością, że człowiek staje się coraz starszy, przychodzi też świadomość, że zdrowie nie jest dane na zawsze. Bardzo dbam o zdrowy tryb życia, ponieważ świadomie wybieram, jak optymalnie dbać o zdrowie. Udział w badaniu przesiewowym raka jelita grubego również wpisuje się w tę filozofię.”



## bevolkingsonderzoek

Badanie przesiewowe to bezpłatne badanie medyczne mające na celu wczesne wykrycie choroby. Rząd oferuje 3 badania przesiewowe dotyczące nowotworów: szyjki macicy, piersi i jelita grubego. Choroby te można wykryć wcześniej, zanim pojawią się objawy.

*Treść tej ulotki została przygotowana z dużą starannością. Nie stanowi ona podstaw do roszczenia na jej podstawie żadnych praw.*

## Multiple languages / andere talen



This information is available in English at

Bu bilgiyi Türkçe olarak şu internet sitesinde okuyabilirsiniz

يمكنكم قراءة هذه المعلومات باللغة العربية على الموقع

Te informacje są również dostępne w języku polskim na stronie

Ви можете прочитати цю інформацію українською на веб-сайті



[www.bevolkingsonderzoekdarmkanker.nl/vertalingen](http://www.bevolkingsonderzoekdarmkanker.nl/vertalingen)

Niniejsza ulotka powstała we współpracy z lekarzami pierwszego kontaktu (NHG), gastroenterologami (NVMDL), Stichting Darmkanker [Fundacją Raka Jelita Grubego], MDL Fonds, KWF oraz Bevolkingsonderzoek Nederland.



Jest to publikacja:

**National Institute for Public Health  
and the Environment, RIVM**

P.O. Box 1 | 3720 BA Bilthoven

The Netherlands

[www.rivm.nl/en](http://www.rivm.nl/en)

styczeń 2026 r.

Committed to health  
and sustainability