

# Protect Yourself from Colon Cancer

If you are **45 or older**, you should start getting screened for colon cancer (also called colorectal cancer).

Screening starting at age 45 is recommended for average-risk individuals.

## Did you know?

Colon cancer is the second leading cause of cancer-related deaths in the United States among men and women combined.

## Colon cancer starts with an abnormal growth (polyp) in the colon or rectum.

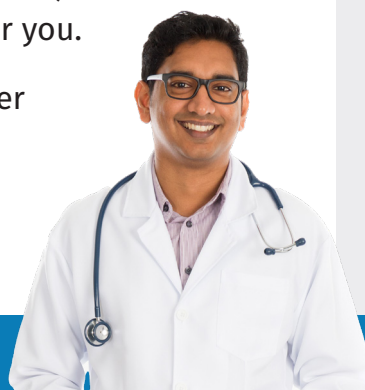
- With regular screening, most polyps can be found and removed before they have the chance to turn into cancer.
- Screening can also find cancer early, when it is smaller and easier to treat.
- If you are 45-75 years old, regular screening is the best way to protect yourself from colorectal cancer.



**If you are between the ages of 76-85, contact your doctor to see if screening is right for you.**

Several tests can be used to screen for colon cancer. Speak with your Primary Care Provider (PCP) to talk about which screening is right for you.

You should get screened for colon cancer even if you feel fine. Most people with colon cancer do not have symptoms. Call your doctor today.



## To access our online health education library

with information, tools, and resources for colorectal cancer, visit [www.cencalhealth.org](http://www.cencalhealth.org) and click on “Health and Wellness.”



## To speak with a Health Educator at CenCal Health:

Please call 1-800-421-2560, ext. 3126. Leave a voicemail with your request for support or information, and we will call you back as soon as possible. You can also request health education materials through your online Member Account at [qrco.de/CCHmemberportal](http://qrco.de/CCHmemberportal).



## To see if you qualify for free transportation to your appointment:

Call CenCal Health’s Member Services Department toll-free at 1-877-814-1861 (TTY: CA Relay at 711), Monday through Friday, 8 a.m. to 5 p.m., or Ventura Transit System at 1-855-659-4600.

# Protéjase contra el Cáncer de Colon

Si tiene **45 años de edad o más**, debe de empezar a hacerse la prueba de detección de cáncer de colon (también conocido como cáncer colorrectal).

Se recomiendan las pruebas de detección a partir de los 45 años para las personas con riesgo promedio.

## ¿Sabía usted?

El cáncer de colon es la segunda causa principal de muertes relacionadas al cáncer en los Estados Unidos cuando se combinan las muertes de hombres y mujeres.

## El cáncer de colon empieza con un abultamiento anormal (pólipo) en el colon o recto

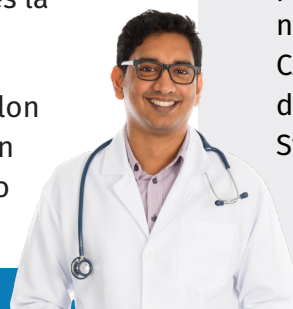
- Con pruebas de detección regulares la mayoría de los pólipos se pueden encontrar y sacar antes de que tengan oportunidad de convertirse en cáncer.
- Las pruebas de detección también pueden encontrar temprano el cáncer, cuando es más pequeño y más fácil de tratar.
- Si usted tiene entre 45-75 años de edad, las pruebas de detección regulares son la mejor manera de protegerse contra el cáncer colorrectal.



**Si usted tiene entre 76-85 años de edad comuníquese con su proveedor para ver si la prueba de detección es lo correcto para usted.**

Se pueden usar varias pruebas para detectar el cáncer de colon. Hable con su proveedor de cuidado primario (PCP, por sus siglas en inglés) sobre cuál prueba de detección es la correcta para usted.

Debe hacerse la prueba de detección de cáncer de colon aunque se sienta bien. La mayoría de las personas con cáncer de colon no tienen síntomas. Llame hoy mismo a su proveedor.



## Para acceder a nuestra biblioteca de educación sobre la salud en línea

con información, ayudas y recursos para cáncer colorrectal, visite [www.cencalhealth.org](http://www.cencalhealth.org) y haga clic en “Salud y Bienestar.”



## Para hablar con un Educador de Salud de CenCal Health:

por favor llame al 1-800-421-2560 ext. 3126. Deje un mensaje de voz con su solicitud para apoyo o información y le regresaremos la llamada lo más pronto posible. También puede solicitar materiales educativos a través de su Cuenta de Miembro en línea en [qrco.de/CCHmemberportal](http://qrco.de/CCHmemberportal).



## Para ver si califica para transporte gratis para ir a su cita:

llame al Departamento de Servicios para Miembros de CenCal Health al número gratuito 1-877-814-1861 (TTY: CA Relay al 711), de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m. o a Ventura Transit System al 1-855-659-4600.