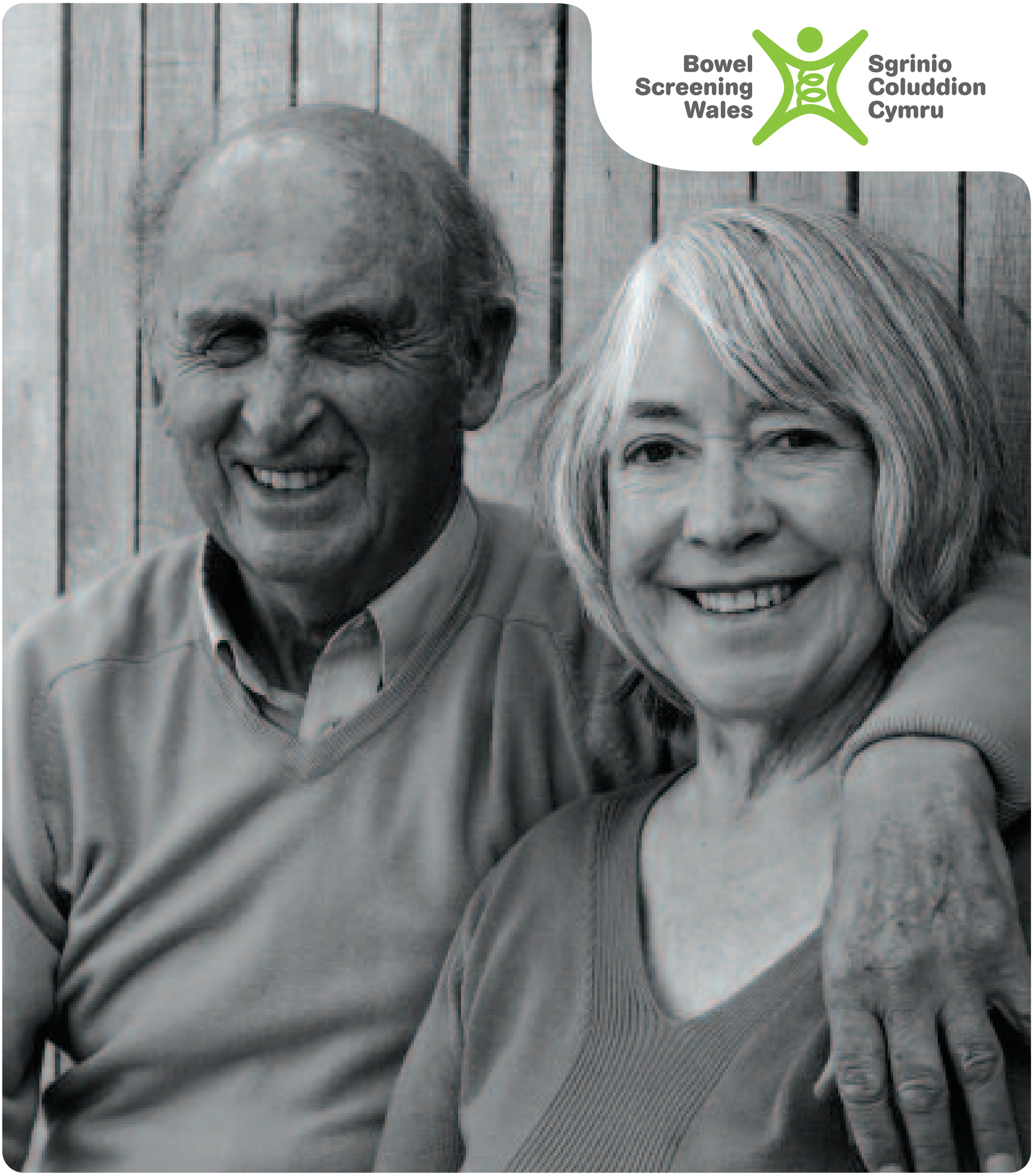
Bowel Screening Wales

Sgrinio Coluddion Cymru



आन्द्रोको जाँच बारे विवरण

यो पर्चाले तपाईंलाई वेल्समा हुने आन्द्रोको जाँच बारे बताउँछ। **www.bowelscreeningwales.org.uk** –मा अधिक जानकारी उपलब्ध छ।

आन्द्रोको क्यान्सर के हो?

- आन्द्रोको क्यान्सरलाई कोलोन, रेक्टल वा कोलोरेक्टल क्यान्सर पनि भनिन्छ?
- आन्द्रोको क्यान्सर एक घातक ट्यूमर हो जसले पाचन प्रणालीको तल्लो भाग घ्ठूलो आन्द्रो अनि गुह्यद्वारध–लाई प्रभावित पार्छ।

आन्द्रोको क्यान्सर आम तवरमा कति मानिसहरूलाई हुन्छ?

- आन्द्रोको क्यान्सर वेल्समा हुने तेस्रो सर्वाधिक आम क्यान्सर हो। यद्यपि, प्रारम्भमा नै यसको पत्तो लगाइएको खण्डमा, यो सर्वाधिक उपचार गर्नसकिने रोग पनि हो।
- वेल्समा प्रत्येक वर्ष 2,000 मानिसहरूको रोगनिदान आन्द्रोको क्यान्सरको रूपमा हुन्छ।
- वेल्समा आन्द्रोको क्यान्सरले गर्दा प्रत्येक वर्ष 1,000 मानिसहरूको मृत्यु हुन्छ।
- आन्द्रोको क्यान्सर 50 भन्दा बढ़ी उमेर भएकाहरूमा अधिक देखिएको छ। 50 भन्दा बढ़ी उमेरका हरेक 20 व्यक्तिहरूमध्ये लगभग एकजनालाई आन्द्रोको क्यान्सर हुन्छ।

आन्द्रोको क्यान्सर के कारणले हुन्छ?

- आन्द्रोको क्यान्सरको वास्तविक कारण जानिएको छैन।
- आन्द्रोको क्यान्सर हुने कतिपय मानिसहरूको यो रोग भएको पारिवारिक इतिहास छ। कतिपय यस्ता परिवारहरू पनि छन् जसलाई आन्द्रोको क्यान्सर हुने ठूलो खतरा छ। यदि तपाईं आफ्नो पारिवारिक इतिहास अथवा आफूलाई आन्द्रोको क्यान्सर हुने जोखिमलाई लिएर चिन्तित हुनुहुन्छ भने, तपाईंले आफ्नो जीपी –सित कुराकानी गर्नपर्छ।
- आन्द्रोको क्यान्सर हुने खतरा उमेरसित बढ़दै जान्छ।

आन्द्रोको क्यान्सर भएको छ वा छैन, त्यसबारे किन जाँच गर्नुपर्छ?

- आन्द्रोको क्यान्सर बारे प्रारम्भिक चरणमै थाहा पाइयो भने, यो रोगको सफल उपचारको सम्भावना बढ़ी हुन्छ।
- आन्द्रोको नियमित जाँचको फलस्वरूप, आन्द्रोको क्यान्सरबाट मर्ने खतरामा 16: कमी भएको पाइएको छ।
- आन्द्रोको क्यान्सर आन्द्रोमा पलिपहरू घ्साना उत्पत्तिहरूध्–बाट विकसित हुन्छ। यी पलिपहरू हटाइएको खण्डमा, क्यान्सरको जोखिम घटेर जान्छ।

रोगको छानबिन गर्ने जाँचमा के हेरिन्छ?

- छानबिन गर्ने जाँचमा आन्द्रो खाली हुने प्रक्रिया घमल वा टट्टीध–मा लुकेर बसेको रगत बारे पत्तो लगाइन्छ। रगत पाइनुको अर्थ, आन्द्रोको क्यान्सरको सम्भावना अधिक हुनु हो। यसलाई टट्टीमा लुकेर बसेको रगतको जाँच, फीकल अकल्ट ब्लड घएफ ओ बीध टेस्ट भनिन्छ। यहाँ 'अकल्ट' भनेको लुकेर बसेको हो।
- यो जाँचले पलिपहरू घसाना उत्पत्तिहरूध जस्ता अन्य परिवर्तनहरूलाई पनि खुट्टयाउन सक्छ। अधिकांश पलिपहरू हानिकारक हुँदैनन् तर कतिपयले गर्दा भने आन्द्रोको क्यान्सर हुनसक्छ। अधिकांश पलिपहरूलाई सहजै हटाउन सकिन्छ।
- कतिपय अवसरहरूमा पलिपमा भएको रक्तस्रावले गर्दा जाँचमा रगत भेट्टाइन्छ।
- रगत भेट्टाइनुका अन्य कारणहरू पनि हुनसक्छन्, जस्तै हेमर्हाएड्ज घहर्साध वा आन्द्रोमा ससाना चिरा घच्यातिनुध पर्नु।
- **यो जाँचले तपाईंलाई आन्द्रोको क्यान्सर छ भनी भन्न सक्दैन। यसका परिणामहरूले तपाईंले अझै जाँचहरू गर्ने आवश्यकता छ वा छैन, सो बताउँछन्।**

यो जाँच कसमाथि केन्द्रित गरिन्छ?

- हामी वेल्समा बसोबास गर्ने 50 –देखि 74 वर्ष उमेर भएका पुरूष अनि महिलाहरूलाई हरेक दुइ वर्षमा एकपल्ट आन्द्रोको जाँच निम्ति बोलाउँछौं।
- जाँच प्रक्रिया 60 –देखि 69 वर्ष उमेर भएका मानिसहरूबाट शुरू हुनेछ। सन् 2015 –सम्ममा यसको विस्तार गरिनेछ अनि 50 –देखि 74 वर्ष उमेर भएका सबैलाई जाँचको लागि बोलाइनेछ।

मेरो जाँच कसरी हुनेछ?

- हामीले आन्द्रोको जाँच गर्ने उपकरणलाई जानकारीहरू दिने पर्चासहित हुलाकद्वारा पठाएका छौं।
- तपाईंले आफ्नो घरको निजी परिवेशमा यो जाँच गर्न सक्नुहुनेछ।
- यदि तपाईंको ठेगानामा परिवर्तन हुन्छ भने, कृपया यसबारे आफ्नो जी पी –लाई बताउनुहोला जसमा हामी हरेक दुइ बर्षमा एकपल्ट तपाईंलाई जाँच उपकरण पठाउन सकौं।

यो जाँचमा के–के गरिन्छन्?

- यो जाँचमा तपाईंको आन्द्रो खाली हुने प्रक्रिया घ्मल वा टट्टीघ्–का अल्प परिमाणमा नमूनाहरूको छानबिन गरिन्छ अनि त्यहाँ रगत छ वा छैन, सो हेरिन्छ।
- यस प्याकेटमा भएको जाँच उपकरण मार्फत तपाईंले सबै जाँचहरू गर्ने खाँचो छ। निर्देशहरू पनि संलग्न छन्।

मैले यसका परिणामहरू कहिले प्राप्त गर्नेछु?

- दुइ साताहरूभित्र हामी तपाईंका परिणामहरूलाई हुलाकद्वारा पठाउनेछौं। अधिकांश मानिसहरू घ्100 मध्ये लगभग 98घ् –का परिणामहरू सामान्य हुन्छन्, जसको अर्थ के हो भने नमूनाहरूमा रगत भेट्टाइएन।
- यदि परिणाम अस्पष्ट छ भने, तपाईंले यो जाँचलाई दोहोराउनु पर्ने हुनसक्छ। यस्तो भएको खण्डमा, हामी तपाईंलाई, प्रयोग निम्ति, एक भिन्नै उपकरण पठाउनेछौं।
- यदि हामीले नमूनाहरूमा रगत फेला पार्‍यौं भने, हामी तपाईंलाई मूल्याङ्कन निम्ति एक विशेषज्ञ जाँचकर्ताकोमा पठाउनेछौं। हामी तपाईंलाई अझै अन्य जाँचहरू गर्नको लागि भन्नेछौं जसमा कोलनस्कपि पनि सामेल गरिएको हुनसक्छ।

कोलनस्कपि के हो?

- कोलनस्कपि तपाईंको ठूलो आन्द्रो घ्कोलनघ्–को भित्री भागलाई राम्ररी हेरेर त्यहाँ कुनै रोग छ वा छैन, सो जान्ने एक तरीका हो।
- यस जाँचमा प्रयोगशालामा विश्लेषण निम्ति तपाईंको ठूलो आन्द्रोको अल्प परिमाणमा नमूना घ्बायोप्सिघ् पनि लिइनेछ।
- प्रयोगमा ल्याइने उपकरणलाई कोलनस्कोप घ्स्कोपघ् भनिन्छ अनि यो लचिलो हुन्छ।
- हरेक स्कोपमा उज्यालो दिने एक लाइट हुन्छ जसलाई तपाईंको आन्द्रोको भित्री भागपट्टि घुमाउन सकिन्छ।
- पर्दामा तस्वीरहरू देखाइन्छन् जसको सहायताले हामी तपाईंलाई कुनै रोग वा शोथ छ कि छैन, सो जाँच गर्नसक्छौं।

कोलनस्कपिका जोखिमहरू के–के हुन्?

कोलनस्कपि प्रक्रियामा तपाईंको आन्द्रोको नमूना लिइनुपर्ने हुनाले कहिले काँहि यसमा जटिलताहरू उत्पन्न हुनसक्छन्। यी विरलै हुन्छन्, तर यसबारे तपाईं अवगत हुनपर्ने खाँचो छ किनभने यो जाँच गर्ने वा नगर्ने त्यस सम्बन्धमा तपाईंले नै निर्णय लिनुपर्छ।

यी जोखिमहरू अनि जाँच गर्दा हुने फायदाहरू बीच तपाईंले तुलना गर्नुपर्ने खाँचो छ।

कोलनस्कपिका प्रमुख जोखिमहरू बारे तल बताइएको छ।

- **प्वाल पर्नु**
  यो हरेक 1000 जाँचहरूमध्ये एकजनालाई हुनसक्छ। यस प्रक्रियामा आन्द्रोको भित्री भाग चिरिन सक्छ। प्वालको मरम्मत गर्नको लागि प्रायः नै शल्य–चिकित्साको खाँचो पर्छ। पलिपहरू घ्साना उत्पत्तिहरूघ हटाइएका मामिलाहरूमा प्वाल पर्ने जोखिम अधिक हुन्छ।

- **रक्तस्राव**
  तपाईंको आन्द्रोको नमूना लिइएको छ वा पलिप हटाइएको छ भने यस्तो हुनसक्छ। नमूना लिइएको वा पलिप हटाइएको मामिलामा यो जोखिम हरेक 100 –देखि 200 जाँचहरूमा एकजनालाई हुन्छ। साधारणतः रक्तस्राव कुनै गम्भीर समस्या हुँदैन अनि प्रायः जसो यो स्वतः नै रोकिन्छ।

आन्द्रोको क्यान्सरको जोखिमलाई कम्ती पार्नको लागि म के गर्नसक्छु?

- प्रत्येक दुइ वर्षमा आन्द्रोको जाँच गर्ने कार्यक्रममा भाग लिनुहोस्।
- पर्याप्त रेशा भएको भोजन पर्याप्त फलहरू, सब्जी अनि कार्बोहाइड्रेटहरू घ्जस्तै होलग्रेन अर्थात् सम्पूर्ण अन्नबाट तयार पास्ता, रोटी अनि भातघ्–सित खानुहोस्। यसले तपाईंको जोखिमलाई कम्ती पार्नेछ भनी विश्वास गरिन्छ।
- न बेसी न कम्ती अर्थात् ठीकैको व्यायाम गर्नुहोस्। यसले तपाईंलाई आन्द्रोको क्यान्सरबाट सुरक्षा प्रदान गर्नसक्छ।
- तपाईंको आन्द्रोमा कुनै समस्या छ वा रोगका कुनै लक्षणहरू छन् भने आफ्नो डक्टरसित भेट गर्नुहोस्।

कुन–कुन लक्षणहरूप्रति मैले ध्यान दिनुपर्छ?

यस परिणामको अर्थ यो होइन कि तपाईंलाई कहिल्यै क्यान्सर हुँदैन। दुइ वर्षपछि तपाईंले पुनः आन्द्रोको जाँच गराउनु अति नै महत्वपूर्ण छ। यदि तपाईंलाई तल दिइएका समस्याहरूमध्ये कुनैपनि समस्या छ भने तपाईंले आफ्नो डक्टरलाई भेट्नुपर्छः

- मल उत्सर्जन प्रक्रियामा रक्तस्राव वा तपाईंको मल वा भनौं दिसामा रगतका ससाना थोप्लाहरू।
- तपाईंको मल उत्सर्जनको नियमित प्रक्रियामा परिवर्तन घ्जस्तै कब्जियत वा झाड़ा–पखालाघ् –यो छः साता वा बढ़ी समयदेखि भइरहेको छ भने।
- एकदमै साह्रो भुँड़ी दुख्नु जो भर्खरै शुरू भएको हो अनि अहिले पनि जारी छ, विशेष गरी, खाना खाइसके पश्चात्।
- तौलमा कमी जसको कारण थाहा छैन।
- रक्तहीनता घ्तपाईंको रगतमा लौह तत्व अर्थात् आइरनको अभावले गर्दाघ् जसको व्याख्या गर्नसकिएको छैन।

यी लक्षणहरू धेरै कारणहरूले गर्दा उत्पन्न हुनसक्छन्। यदि तपाईंले यीमध्ये कुनैपनि लक्षण आफूमा पाउनुभयो भने आफ्नो डक्टरलाई भेट्नको लागि चाँजो मिलाउनुहोस्।

अधिक जानकारी

छानबिन गर्ने सबै जाँचहरूसरह, आन्द्रोको जाँच पनि 100ः विश्वसनीय हुँदैन। छानबिन गर्ने जाँचहरू बीचको अन्तरालमा परिवर्तनहरू पनि हुनसक्छन्। यसकारण हरेक दुइ वर्षहरूमा जाँच गराउनु अनि कुनै समस्या वा लक्षण प्रकट भएको खण्डमा आफ्नो डक्टरलाई देखाउनु अति महत्वपूर्ण छ।

सबै क्यान्सरहरूमा सदैव रक्तस्राव हुँदैन, अनि छानबिन गर्ने जाँचमा रगतलाई नै हेरिन्छ। यसको अर्थ के हुन्छ भने कतिपय अवसरहरूमा क्यान्सर भएको बारे पत्तो लाग्दैन।

तपाईंसम्बन्धी कतिपय जानकारीहरूलाई हामीले गुप्त राख्ने खाँचो छ। यसरी हामी छानबिन गर्ने जाँचको लागि मानिसहरूलाई आमन्त्रित गर्नसक्छौं अनि जाँचको यस कार्यक्रमको प्रदर्शन बारे सोचविचार गर्नसक्छौं। तपाईंका व्यक्तिगत विवरणहरूलाई हामी बढ़ो यत्नका साथ गुप्त राख्छौं। यो जानकारी हामी उसलाई मात्रै दिन्छौं जसलाई कानूनी वा चिकित्सकीय दृष्टिले यसको खाँचो छ – उदाहरणार्थ, तपाईंको डक्टर। जानकारीहरूलाई हामी कसरी उपयोगमा ल्याउछौं, त्यसबारे तपाईं अझ अधिक जान्न चाहनुहुन्छ भने, कृपया 'हामी तपाईंसम्बन्धी जानकारीको कसरी उपयोग गर्छौं' नामक पर्चाको लागि हामीलाई भन्नुहोस्।

यसको लागि तपाईं आन्द्रोको जाँच कार्यक्रमको हिस्सा हुनुपर्ने आवश्यकता छैन। अधिक जानकारीको लागि कृपया हेल्पलाइनमा फोन गर्नुहोस्।

हेल्पलाइनमा गरिएका सबै फोनहरू गुप्त राखिन्छन् तर प्रशिक्षण अनि गुणस्तर जस्ता उद्देश्यहरू निम्ति हामी यसलाई रिकर्ड गर्छौं।

अधिक जानकारीको लागि कृपया यो नम्बरमा हाम्रो निःशुल्क हेल्पलाइन सेवासित सम्पर्क गर्नुहोस्: **0800 294 3370**

अथवा वेल्समा आन्द्रोको जाँचसम्बन्धी वेबसाइट हेर्नुहोस्:
www.bowelscreeningwales.org.uk