

Zarnu vēža skrīnings

Fakti



Latvian



**Tā ir jūsu izvēle – piedalīties zarnu vēža skrīningā vai nē.
Šīs informācijas mērķis ir palīdzēt jums to izlemēt.**

Kāpēc vajadzīgs zarnu skrīnings?

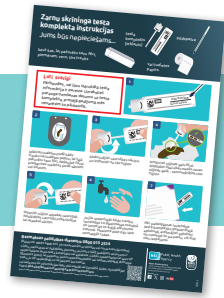
- Mēs piedāvājam skrīningu, lai atklātu zarnu vēzi, kad tas ir agrīnā stadijā cilvēkiem bez simptomiem. Šajā stadijā ārstēšana visdrīzāk var būt efektīva.
- Skrīningā var atrast arī polipus. Tās ir patoloģiskas šūnu kopas zarnās. Polipi nav vēzis, bet laika gaitā var attīstīties par vēzi. Polipus var viegli izņemt, un tas samazina zarnu vēža rašanās risku.
- Regulārs zarnu vēža skrīnings samazina risku nomirt no zarnu vēža.

Kam ir paredzēts šis skrīnings?

Ziemeļrijā zarnu vēža skrīnings ir paredzēts visiem cilvēkiem vecumā no 60 līdz 74 gadiem, kuriem pašlaik nav nekādu vēža simptomu. Visas personas šajā vecuma grupā, kuras ir reģistrētas pie GP (ģimenes ārsta), tiks aicinātas veikt skrīningu reizi divos gados.

Kas ir zarnas?

Zarnas ir daļa no cilvēka gremošanas sistēmas. Tās uzņem barības vielas un ūdeni no pārtikas un pārvērš to, kas pēc tam paliek pāri, izkārnījumos (ko sauc arī par fēcēm vai fekālijām).



Kas ir zarnu vēzis?

- Zarnu vēzis ir pazīstams arī kā resnās zarnas, taisnās zarnas vai kolorektālais vēzis.
- Apmēram 1 no katriem 20 cilvēkiem savas dzīves laikā saslimst ar zarnu vēzi.
- Zarnu vēzis ir ceturtais visvairāk izplatītais vēža veids vīriešiem un sievietēm Ziemeļrijā.
- Zarnu vēzis ir biežāk sastopams gados vecākiem cilvēkiem, īpaši vīriešiem.

Zarnu vēža rašanās riski.

Visiem cilvēkiem, neatkarīgi no dzimuma, ir risks saslimt ar zarnu vēzi. Starp tām lietām, kas var palielināt šo risku, ir šādas:

- novecošana (8 no 10 cilvēkiem, kam diagnosticēts zarnu vēzis, ir vecāki par 60 gadiem);
- nepietiekami aktīvs dzīvesveids;
- liekais svars;
- augsts sarkanās un pārstrādātās gaļas saturs un zems šķiedrvielu, dārzeņu un augļu saturs uzturā;
- smēķēšana;
- pārmērīga alkohola lietošana;
- 2. tipa cukura diabēts;
- iekaisīgas zarnu slimības (čūlainais kolīts vai Krona slimība);
- zarnu vēzis ģimenes anamnēzē.

Kas tiek meklēts skrīninga testā?

Skrīninga tests atklāj asinis izkārnījumos (asinis, kuru daudzumu nevar pamanīt ar aci). Tā var būt agrīna brīdinājuma zīme, ka kaut kas nav labi. Ja testā tiek konstatēta neliela asiņošana, tas gan vēl nenozīmē, ka cilvēkam noteikti ir zarnu vēzis. Tas tikai nozīmē, ka ir jāveic tuvāka izpēte, lai noskaidrotu asiņu rašanās cēloni.

Kā tiek veikts skrīnings?

Jūs pa pastu saņemsiet savu testa komplektu. Šis komplekts ir pirmais solis skrīninga procesā, kas var ietvert arī papildu pārbaudes un vienu vai vairākus slimnīcas apmeklējumus.

Kā es varu veikt testu?

- Šo testu jūs veicat privāti savās mājās. Jums jāpaņem ļoti mazs fēces paraugs, izmantojot komplektā esošo testa nūjiņu. Testa komplektā ir iekļauti arī norādījumi par to, kā veikt šo testu.
- Ir pieejams arī bezmaksas palīdzības tālrunis **0800 015 2514** uz kuru jūs varat zvanīt, ja ir kādi jautājumi par testa komplekta lietošanu vai ja jums ir vajadzīgs jauns testa komplekts vai jauna aploksne testa nosūtīšanai atpakaļ.
- Ir pieejams arī video vietnē nidirect.gov.uk/bowel-screening
- Lūdzu, zvaniet palīdzības dienestam, ja jūs īsti nezināt, vai jums vajadzētu veikt skrīninga testu vai nē. Piemēram, ja jums ir bijusi operācija un jums ir mākslīga atvere, kas ļauj fēcēm no zarnām nokļūt speciālā maisiņā (stomā), tad pirms testa veikšanas jums, iespējams, vajadzētu mums zvanīt.

Kad es saņemšu savus rezultātus?

Divu nedēļu laikā pēc testa nosūtīšanas jums jāsaņem vēstule ar tā rezultātiem – ja tā nav saņemta, tad, lūdzu, zvaniet uz palīdzības tālruņa numuru.

Cik uzticams ir šis tests?

- Skrīninga tests nevar noteikt, vai jums ir zarnu vēzis vai nav. Tas vienkārši sadala cilvēkus divās grupās – tie, kuriem vairs nav vajadzīgi nekādi turpmākie testi, un tie, kuriem ir jāveic papildu testi.
- Zarnu vēzis var izraisīt virkni dažādu simptomu. Tā kā skrīninga testā tiek meklētas asinis, skrīninga tests nevar atklāt visus zarnu vēžus tajos gadījumos, kad asiņošanas nav.
- Nevienš tests nav 100% uzticams, tāpēc, ja jums ir kāds no simptomiem, kas minēti 7. lappusē, sazinieties ar savu GP, pat tādā gadījumā, ja jūsu pēdējais tests ir bijis negatīvs. Vēzis var rasties arī laikā starp testiem.

Ko nozīmē testa rezultāti?

Šobrīd papildu testi nav nepieciešami. Lielākajai daļai cilvēku (apmēram 98 no 100) ir šāds rezultāts. Tas nozīmē, ka jūsu paraugā mēs neesam atraduši asinis vai esam atraduši tikai ļoti nelielu to daudzumu, kas ir skrīninga pieļaujamajās robežās. Šis rezultāts negarantē, ka jums nav zarnu vēža vai ka tas nekad neparādīsies nākotnē. Ir ļoti svarīgi zināt, kādi ir zarnu vēža simptomi. Jums tiks piedāvāts atkārtoti veikt zarnu vēža skrīningu ik pēc diviem gadiem, līdz jūs sasniegsiet 74 gadu vecumu.

Ir vajadzīgi turpmākie testi. Šāds rezultāts ir aptuveni 2 no katrēm 100 cilvēkiem. Tas nozīmē, ka jūsu fēcēs mēs esam atraduši asiņu daudzumu, kas pārsniedz pieļaujamo daudzumu. Tas nenozīmē, ka jums noteikti ir vēzis, tomēr šai gadījumā ir jāapsver turpmāko testu veikšana, lai noskaidrotu asins cēloni. Vairākas lietas var izraisīt asiņu parādīšanos fēcēs, piemēram:

- hemoroīdi (hemoroīdu mezgli);
- zarnu polipi;
- zarnu vēzis.

Jūs uzaicinās uz pieņemšanu pie speciālista skrīninga praktiķa (SSP), lai runātu par turpmāko rīcību. Visizplatītāko nākamo testu sauc par kolonoskopiju.

Latvian



Kas ir kolonoskopija?

- Kolonoskopijā izmanto ļoti mazu kameru tievas caurules galā, kas ļauj ārstam vai medmāsai meklēt polipus vai vēža pazīmes zarnās. Dažreiz tiek ņemts neliels paraugs, ko izmeklē mikroskopā, lai pārbaudītu, vai tajā nav vēža šūnu.
- Tāpat kā lielākajā daļā medicīnisko procedūru, pastāv arī komplikāciju iespējamība. No katrām 10 000 veiktajām kolonoskopijām asiņošana var rasties aptuveni 67 no tām, un mazāk nekā 10 gadījumos procedūras laikā var tikt perforētas zarnas. Ja tā notiek, tad gandrīz vienmēr ir nepieciešama operācija, lai noslēgtu perforāciju. Ārkārtīgi retos atsevišķos gadījumos (fakti liecina, ka tas notiek tikai 1 no 10 000 gadījumiem) kolonoskopija var izraisīt nāvi.
- Ja jums tiek piedāvāta kolonoskopija, jums būs iespēja apspriest visus attiecīgos jautājumus vai bažas ar SSP.

Ko darīt, ja kolonoskopija parāda, ka man nepieciešama papildu ārstēšana?

Ja jums būs nepieciešama turpmākā ārstēšana, jūs nosūtīs pie atbilstošā speciālista. Piemēram, ja kolonoskopijas laikā tiek izņemti polipi, tad nākotnē jūs var izsaukt atkārtotas kolonoskopijas veikšanai.

Zarnu vēža diagnoze ir maz ticama. Bet, ja tas tomēr notiks, mēs jūs nosūtīsim pie speciālistu komandas, kas par jums rūpēsies. Galvenais zarnu vēža ārstēšanas veids ir operācija. Dažos gadījumos speciālisti var piedāvāt arī ķīmijterapiju vai staru terapiju.

Ne visi skrīningā konstatētie zarnu vēži ir izārstējami. Bet no tiem cilvēkiem, kuriem zarnu vēzis ir atklāts tā agrīnākajā stadijā, vairāk nekā 90% joprojām ir dzīvi pēc pieciem gadiem.

Iespējamie zarnu vēža skrīninga ieguvumi un riski

Zinot iespējamos skrīninga riskus un ieguvumus, jūs varat labāk izlemēt, vai veikt vai neveikt zarnu vēža skrīningu.

Ieguvumi

- samazina risku nomirt no zarnu vēža
- ļauj izņemt kolonoskopijā konstatētās anomālijas (piemēram, polipus), kas samazina zarnu vēža rašanās risku
- skrīningu var veikt mājās privāti

Riski

- ārstēšana var izraisīt komplikācijas, piemēram, kolonoskopijas laikā vai pēc tās
- skrīnings var neatklāt esošu vēzi, ja testa laikā tas nav asiņojis

Kādiem simptomiem jāpievērš uzmanība

Starp zarnu vēža simptomiem var būt tādi kā:

- asinis izkārnījumos;
- šķidrākas fēces, biežāka izkārnīšanās un/vai aizcietējumi;
- sāpes vai kamols vēderā;
- ja ilgāku laiku ir jūtams lielāks nogurums nekā parasti;
- svara zaudēšana bez kāda zināma iemesla.

Zarnu vēža skrīnings nav simptomu tests. Ja jums ir kāds no šiem simptomiem trīs nedēļas vai ilgāk, lūdzu, konsultējieties ar savu GP, kurš var nodrošināt kādu citu testu. Tas ir ļoti svarīgi, lai nodrošinātu, ka vajadzības gadījumā var veikt papildu testus. Pat ja jums nesen ir veikts zarnu vēža skrīnings un/vai kolonoskopija, jums tomēr ir jāpārbauda simptomu izcelsme. Lūdzu, atcerieties, ka šie simptomi vēl noteikti nenozīmē, ka jums patiešām ir zarnu vēzis.

Kā es varu samazināt zarnu vēža rašanās risku?

Papildus skrīninga testa veikšanai reizi ik pēc diviem gadiem, jūs varat samazināt savu risku, ievērojot ieteikumus veselīgam dzīvesveidam – uzziniet vairāk par to vietnē www.choosetolivebetter.com

- Ēdiet veselīgu uzturu, tostarp piecas augļu un dārzeņu porcijas dienā, kā arī pilngraudu produktus, pupiņas un pākšaugus, kas nodrošina svarīgās šķiedrvielas. Ierobežojiet sarkanās gaļas, jo sevišķi pārstrādātas sarkanās gaļas, lietošanu.
- Esiet aktīvi.
- Saglabājiet veselīgu svaru.
- Ierobežojiet alkohola lietošanu.
- Pārtrauciet smēķēšanu – lai saņemtu palīdzību, skatiet vietni www.stopsmokingni.info

Kā nodrošināt, lai man arī turpmāk tiktu atsūtīts testa komplekts?

Jūsu GP prakse sniedz jums jūsu kontaktinformāciju, tāpēc, lūdzu, nodrošiniet, lai tai vienmēr būtu zināms jūsu pareizais vārds, uzvārds, dzimšanas datums un adrese.

Kas notiek ar manu paraugu, kad tas ir pārbaudīts?

Kad jūsu paraugs būs pārbaudīts, tas tiks likvidēts. Rezultāti tiks ievadīti datorā, un pēc diviem gadiem jums tiks nosūtīts vēl viens tests.

Informācija par datu aizsardzību

- Jūsu rezultātu kopija tiks nosūtīta jūsu GP.
- Zarnu vēža skrīninga programmā ir jāreģistrē visi cilvēki, kuriem ir veikts skrīnings, kā arī viņu skrīninga rezultāti.
- Programmas darbinieki var redzēt un pārskatīt jūsu ierakstus.
- Šī informācija tiek izmantota, lai pārliecinātos, ka programma darbojas atbilstoši tai noteiktajām augstajām prasībām.
- Informācija arī parāda, cik vēža gadījumu ir konstatēti, un nodrošina, lai cilvēkiem tiktu veikta atbilstoša ārstēšana.
- Mēs varam pārskatīt jūsu iepriekšējos skrīninga rezultātus gadījumā, ja starp skrīninga veikšanas reizēm jums tiek diagnosticēts zarnu vēzis. Ja vēlēšaties, jūs varēsiet iepazīties ar šī audita rezultātiem.
- Ja jums nepieciešama papildu informācija par to, kā tiek glabāti un izmantoti jūsu ieraksti, sazinieties ar bezmaksas palīdzības dienestu pa tālruni **0800 015 2514**

Vai jūs kādam palīdzēsiet veikt testu?

Ja jūs esat aprūpētājs(-a), jūs varat palīdzēt kādai citai personai izmantot zarnu skrīninga testa komplektu tikai tādā gadījumā, ja viņš(-a) to vēlas un ir devis(-usi) piekrišanu, ka jūs to varat darīt.

Lai saņemtu palīdzību vai padomu

Lūdzu, sazinieties ar bezmaksas palīdzības dienestu pa tālruni **0800 015 2514** ja jums ir kādi jautājumi.

Lai iegūtu plašāku informāciju, apmeklējiet vietni

nidirect.gov.uk/bowel-screening

Lai saņemtu šo brošūru kādā citā valodā vai formātā, apmeklējiet vietni

<http://pha.site/bowel-cancer-screening-facts>

vai skatiet informāciju šīs brošūras aizmugurē.

Tie, kuri ir nedzirdīgi vai ar runas traucējumiem, var izmantot Relay UK. Lūdzu, zvaniet mūsu palīdzības dienestam uz **18001 0800 015 2514**.

Jaunu komplektu saņemšana

Lūdzu, zvaniet bezmaksas palīdzības dienestam pa tālruni 0800 015 2514, ja jums ir vajadzīgs jauns zarnu skrīninga testa komplekts vai aploksne. Lūdzu, nesazinieties ar savu GP praksi, lai saņemtu jaunu testu komplektu vai nodotu atpakaļ skrīninga testu, jo GP nepiegādā un nesaņem šos testus.

Atteikšanās no skrīninga

Piedalīšanās skrīningā ir personīga izvēle. Lūdzu, sazinieties ar bezmaksas palīdzības dienestu pa tālruni **0800 015 2514** ja vēlaties runāt par atteikšanos piedalīties zarnu vēža skrīninga programmā.



Lai saņemtu šo brošūru kādā citā valodā vai formātā,
apmeklējiet vietni

<http://pha.site/bowel-cancer-screening-facts>

vai skenējiet zemāk redzamo QR kodu.



Public Health Agency

12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.

Tel: 0300 555 0114 (vietējais tarifs).

www.publichealth.hscni.net

Atrodiet mūs:



YouTube

