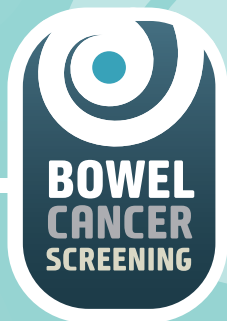


Arabic

فحص سرطان الأمعاء

الحقائق



ما موضوع هذه النشرة؟

تتناول هذه النشرة فوائد ومخاطر برنامج فحص سرطان الأمعاء في أيرلندا الشمالية وأسباب أهمية المشاركة عند دعوتك إليها.

لماذا يتم فحص سرطان الأمعاء؟

- إذا تم اكتشاف سرطان الأمعاء في مرحلة مبكرة جدًا، فإن العلاج يكون ناجحًا للغاية. ومن بين كل 10 أشخاص يتم تشخيصهم في المرحلة المبكرة، يظل أكثر من 9 منهم على قيد الحياة مدة 5 سنوات أو أكثر بعد تشخيصهم.
- هذا يعني أنه يُمكن تجنب نحو 60 حالة وفاة في أيرلندا الشمالية كل عام.
- يُمكن من خلال الفحص أيضًا اكتشاف السلائل. السلائل عبارة عن كتل من الخلايا والتي لا تكون سرطانية ولكن بعضها قد يتحول إلى سرطان. إذا تم اكتشاف السلائل مبكرًا، فيُمكن إزالتها بسهولة قبل حدوث ذلك.

ما مدى انتشار سرطان الأمعاء؟

- يُصاب نحو شخص واحد من كل 20 شخصًا بسرطان الأمعاء في حياتهم.
- يُعد سرطان الأمعاء ثاني أكثر أنواع السرطانات شيوعًا بين الرجال والنساء في أيرلندا الشمالية.
- يُعد سرطان الأمعاء أكثر شيوعًا بين كبار السن، وخاصة الرجال.

ما الهدف من اختبار الفحص؟

يبحث الاختبار عن وجود كميات ضئيلة جدًا من الدم في برازك. وهذه علامة تحذيرية مبكرة على وجود خطأ ما. إذا أظهر الاختبار بعض النزيف، فلا يعني ذلك بالتأكيد أنك مُصاب بسرطان الأمعاء. بل يعني فقط أنه يجب فحصك لاكتشاف السبب في ذلك.



ما الفئة المستهدفة بالفحص؟

في أيرلندا الشمالية، يستهدف الفحص جميع الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين 60 و74 عامًا. وستتاح الفرصة لجميع الأشخاص في هذه الفئة العمرية المسجلين لدى طبيب ممارس عام لإجراء الفحص كل عامين.

كيف يتم الفحص؟

سيحصل جميع الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين 60 و74 عامًا والمسجلين لدى طبيب ممارس عام على طقم أدوات اختبار بالبريد. هذه الأدوات هي الخطوة الأولى في عملية الفحص والتي قد تنطوي على المزيد من الاختبارات وإجراء زيارة واحدة أو أكثر للمستشفى.

كيف أقوم بالاختبار؟

- يتم إجراء الاختبار في خصوصية داخل منزلك. ستأخذ عينة صغيرة جدًا من البراز باستخدام شريط الاختبار المرفق. وستجد نشرة تعليمات حول كيفية استخدام أدوات الاختبار مرفقة مع طقم أدوات الاختبار.
- يُوجد خط مساعدة هاتفي مجاني رقم **0800 015 2514** والذي يُمكنك الاتصال به إذا كان لديك أي أسئلة حول كيفية استخدام طقم أدوات الاختبار.

متى يُمكنني الحصول على النتائج؟

- ستحصل على نتائجك في غضون أسبوعين من إرسال الاختبار.
- إذا لم تصلك رسالة في غضون أسبوعين، فاتصل بخط المساعدة.

ما مدى موثوقية الاختبار؟

- لا يُمكن أن يكشف اختبار الفحص ما إذا كنت مصابًا بسرطان الأمعاء من عدمه. إنه ببساطة يُصنف الناس إلى مجموعتين - أولئك الذين لا يحتاجون إلى مزيد من الاختبارات وأولئك الذين يجب أن يخضعوا لمزيد من الاختبارات.
- لا يوجد اختبار موثوق بنسبة 100%، لذا إذا ظهر لديك أي من الأعراض الواردة في الصفحة 6، يجب عليك الاتصال بطبيبك، حتى لو كانت نتيجة اختبارك الأخير سلبية.



- إذا أظهرت نتيجتك أنك لست بحاجة لإجراء أي اختبارات أخرى في الوقت الحالي، فلن تكون بحاجة للقيام بأي شيء. وسيتم تكرار نفس الاختبار كل عامين حتى تبلغ عمر 74 عامًا.
- إذا أظهرت نتيجتك أنك بحاجة لإجراء المزيد من الاختبارات، فسيتم استدعاؤك إلى إخصائي الفحص الممارس لمناقشة الخطوات التالية. والاختبار الأكثر شيوعًا يُسمى تنظير القولون. سيتم استدعاء حوالي 3 أشخاص من كل 100 اختبار إلى إخصائي الفحص الممارس. وحتى بالنسبة لمن يتم استدعاؤهم، فإن 9 من كل 10 أشخاص منهم لن يكونوا مُصابين بالسرطان.

ما المقصود بتنظير القولون؟

- تنظير القولون هو إجراء تُستخدم فيه كاميرا صغيرة جدًا مثبتة في نهاية أنبوب رفيع والتي تسمح للطبيب أو الممرضة بالبحث عن أي سلائل أو علامات للسرطان داخل أمعائك.
- في بعض الأحيان يتم أخذ عينة صغيرة من الأمعاء لفحصها تحت المجهر للبحث عن الخلايا السرطانية.
- كما هو الحال مع معظم الإجراءات الطبية، هناك احتمالية لحدوث مضاعفات. فمن كل 10000 عملية تنظير للقولون يتم إجراؤها، قد يحدث نزيف في حوالي 67 منها، وفي أقل من 10 حالات قد تؤدي العملية إلى ثقب الأمعاء. إذا حدث ذلك، فستكون هناك حاجة غالبًا لإجراء عملية جراحية لتصحيح الثقب. وفي حالات نادرة للغاية (تُشير الدلائل إلى أنها حالة واحدة من كل 10000 حالة)، يُمكن أن يؤدي تنظير القولون إلى الوفاة.
- إذا عُرض عليك إجراء تنظير القولون، فستتاح لك الفرصة لمناقشة أي مخاوف لديك مع إخصائي الفحص الممارس.

ماذا لو أظهر تنظير القولون أنني بحاجة إلى مزيد من العلاج؟

إذا كنت بحاجة إلى مزيد من العلاج، فسيتم إحالتك إلى الإخصائي الأنسب بالنسبة لك. على سبيل المثال، إذا تمت إزالة السلائل أثناء تنظير القولون، فقد يتم استدعاؤك مرة أخرى لتكرار عملية تنظير القولون خلال سنة إلى ثلاث سنوات.

ما الأعراض التي يجب البحث عنها

قد تتضمن أعراض سرطان الأمعاء ما يلي:

- الشعور بألم في الجزء السفلي من البطن أو
- التبرز ببراز رخو أو التبرز بمعدل أكثر و/أو الإمساك
- الشعور بألم أو بوجود كتلة في بطنك
- الشعور بالتعب أكثر من المعتاد لبعض الوقت
- فقدان الوزن بدون سبب واضح

رجاء تذكر أن هذه الأعراض لا تعني بالضرورة أنك مُصاب بسرطان الأمعاء. لكن إذا ظهرت لديك أي من هذه الأعراض مدة 3 أسابيع أو أكثر، فيُرجى استشارة طبيبك. من المهم القيام بذلك حتى إذا كنت قد خضعت مؤخرًا لفحص سرطان الأمعاء و/أو فحص القولون بالمنظار.

كيف يُمكنني تقليل مخاطر إصابتي بسرطان الأمعاء؟

بالإضافة إلى إجراء اختبار الفحص كل عامين، يُمكنك تقليل المخاطر باتباع النصائح الواردة أدناه. تعرف على إرشادات نمط الحياة الصحي عبر الرابط

www.choosetolivebetter.com

- تناول طعامًا صحيًا. احرص على تناول خمس حصص من الفاكهة والخضروات بصفة يومية، ويتضمن ذلك الحبوب الكاملة والفاصوليا والبقول كمصدر للألياف. قلّل من كمية اللحوم الحمراء التي تتناولها، وخاصة اللحوم الحمراء المُعالجة.
- مارس الأنشطة. فزيادة معدل الحركة وتقليل أوقات الجلوس قد يُقلل من خطر إصابتك بالأمراض الخطيرة. خصص لذلك ساعتين ونصف على الأقل كل أسبوع.
- حافظ على وزن صحي تجنب زيادة الوزن وحاول فقدان الوزن إذا كنت تُعاني السمنة.
- اشرب كميات أقل. لتقليل المخاطر، لا تشرب أكثر من 14 وحدة من المشروبات الكحولية في الأسبوع.
- توقف عن التدخين. يُمكنك الاستعانة بخدمة الإقلاع عن التدخين المحلية المجانية - تعرف عليها عبر الرابط www.stopsmokingni.info

كيف أحرص على تلقي طقم أدوات الاختبار في المستقبل؟

- سيتم إرسال طقم أدوات اختبار الفحص إلى العنوان المسجل لدى طبيبك الممارس العام. إذا انتقلت إلى منزل آخر، يجب أن تخبر طبيبك الممارس العام في أقرب وقت ممكن كي يتم تحديث قائمة العناوين. فإذا لم تفعل ذلك، فقد تضع فرصتك في المشاركة في برنامج الفحص.

ماذا يحدث لعينتي بمجرد اختبارها؟

- بمجرد اختبار العينة الخاصة بك، سيتم إتلافها. سيتم وضع النتائج على جهاز كمبيوتر وإرسال طقم أدوات اختبار آخر لك في غضون عامين.

معلومات حماية البيانات

- سيتم إرسال نسخة من نتائجك إلى طبيبك الممارس العام.
- تحتاج عيادة برنامج فحص سرطان الأمعاء إلى الاحتفاظ بسجلات لجميع الأشخاص الذين خضعوا للفحص ونتائجهم.
- يُمكن للموظفين العاملين في البرنامج رؤية سجلاتك ومراجعتها.
- تُستخدم هذه المعلومات للتأكد من أن البرنامج يعمل وفق المعايير العالية التي ينبغي أن يكون عليها.
- توضح المعلومات أيضاً عدد حالات السرطان التي تم اكتشافها وتؤكد من متابعة الأشخاص بالعلاج المناسب.
- قد نراجع نتائج الفحوصات السابقة إذا تم تشخيصك بسرطان الأمعاء بين مواعيد الفحص. ويمكنك الاطلاع على نتائج هذه المراجعة إذا رغبت في ذلك.
- إذا كنت بحاجة إلى مزيد من المعلومات حول كيفية الاحتفاظ بسجلاتك واستخدامها، يجب عليك الاتصال بخط المساعدة الهاتفي المجاني رقم **0800 015 2514**.

هل يُمكنك مساعدة شخص آخر على إجراء الاختبار؟

إذا كنت متعهد رعاية، فيمكنك مساعدة أي شخص آخر في استخدام طقم أدوات اختبار فحص الأمعاء بشرط أن يكون راغبًا في ذلك، وقمت أنت بالإقرار على كونك تستطيع القيام بذلك.

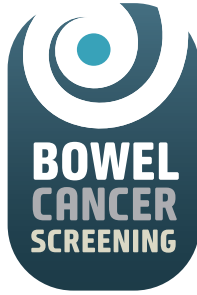
لمزيد من المعلومات أو للحصول على هذه النشرة بلغة
أو تنسيق آخر، تفضل بزيارة:

**[www.nidirect.gov.uk/articles/
bowel-cancer-screening](http://www.nidirect.gov.uk/articles/bowel-cancer-screening)**

بالنسبة للصم أو ضعاف النطق،
يُمكنهم الاستعانة بخدمات Relay UK.

يرجى الاتصال بخط المساعدة الخاص بنا

18001 0800 015 2514.



**Public Health
Agency**

Public Health Agency

12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.

Tel: 0300 555 0114 (local rate).

www.publichealth.hscni.net

Find us on:

