

Zarnu vēža skrīnings

Fakti



Par ko ir šī brošūra?

Šī brošūra ir par Ziemeļīrijas zarnu vēža skrīninga programmas priekšrocībām un riskiem un to, kāpēc ir svarīgi piedalīties šajā programmā pēc uzaicinājuma saņemšanas.

Kāpēc jāveic zarnu vēža skrīnings?

- Ja zarnu vēzis ir atklāts ļoti agrīnā stadijā, tad ārstēšana ir ļoti veiksmīga. Vairāk nekā 9 no 10 cilvēkiem, kuriem diagnoze noteikta sākotnējā stadijā, pēc tam nodzīvo vēl 5 vai vairāk gadus.
- Tas nozīmē, ka šādi Ziemeļīrijā katru gadu var novērst aptuveni 60 nāves gadījumus.
- Skrīninga laikā var atklāt arī polipus. Polipus veido šūnas, kas nav vēža šūnas, tomēr dažas no tām var kļūt par vēža šūnām. Ja polipi tiek savlaicīgi atklāti, tos var vienkārši likvidēt, kamēr tas vēl nav noticis.

Cik izplatīts ir zarnu vēzis?

- Aptuveni 1 no 20 cilvēkiem dzīves laikā rodas zarnu vēzis.
- Zarnu vēzis ir otrs visizplatītākais vēža veids vīriešiem un sievietēm Ziemeļīrijā.
- Zarnu vēzis ir biežāk gados vecākiem cilvēkiem, it īpaši vīriešiem.

Kas šīs skrīninga pārbaudes laikā tiek meklēts?

Šīs pārbaudes laikā tiek meklēts ļoti neliels asins daudzums izkārnījumos. Tā ir agrīns brīdinājums par to, ka kaut kas var nebūt kārtībā. Ja pārbaudes laikā konstatēta asiņošana, tas nenozīmē, ka noteikti ir zarnu vēzis. Tas gluži vienkārši nozīmē to, ka jums vajadzētu pārbaudīties, lai noskaidrotu tā iemeslu.

Zarnu skrīninga pārbaudes komplekta lietošanas norādījumi
Jums būs nepieciešams...

pārbaudes komplekts (pievienots) pildspalva, Latvian
vai tualetes papīrs.

pildspalva, kaut kas, kur uztver savu kaku, piemēram, kāds vecs un tīrs trauks

Ļoti svarīgi!
Uzrakstiet uz pārbaudes komplekta parauga iegūšanas datumu, jo bez tā mēs varam nespēt veikt pārbaudi.

1. Ievietojiet paraugu iepakojuma iekšpusē.
2. Ievietojiet paraugu tualetes podā, lai tas nokristu uz tualetes papīra, lai kakla pieskarties tualetes poda sāniem vai ūdenim.
3. Atskrūvējiet stobriņa vāciņu un izņemiet kociņu.
4. Iegremdējiet kociņa galu kakā. Piepildiet tikai divas mazās galā esošās rievās - nepārpildiet.
5. Ielieciet kociņu atpakal stobriņā. Aizveriet stobriņu, atkal uzskrūvējot vāciņu.
6. Ja izmantojāt kādu trauciņu, ievietojiet to plastmasas maisiņā un izmetiet kādā ārpusē esošā atkritumu tvertnē. Neaizmirstiet nomazgāt rokas.
7. Kad tas izdarīts, ievietojiet pārbaudes komplektu nodrošinātajā polsterētajā aplīksnē un pēc iespējas ātrāk mums nosūtiet.

Bez maksas palīdzības līnija: 0800 015 2514
(Relay UK 18001 0800 015 2514 personām, kuras ir nedzirdīgas vai ar runas defektiem)
Lai saņemtu plašāku informāciju, apmeklējiet šo vietni:
www.nidirect.gov.uk/articles/bowel-cancer-screening

Adaptēts ar sākotnējās versijas izstrādātāja Bowel Screening Wales/Public Health Wales atbalstu.

HSC Public Health Agency
Public Health Agency
15-17 Victoria Road, Belfast BT7 4DS
Tel: 0300 015 2514
www.hsc.ie/publichealth

NI DIRECT

08/10

Kam šis skrīnings ir paredzēts?

Ziemeļīrijā šis skrīnings ir paredzēts visiem cilvēkiem vecumā no 60 līdz 74 gadiem. Visiem šīs grupas cilvēkiem, kuri ir reģistrēti kādā ārsta praksē, būs iespēja veikt skrīningu reizi divos gados.

Kā šis skrīnings notiek?

Visi 60-74 gadus vecie cilvēki, kas reģistrēti kādā ārsta praksē, saņems pārbaudes komplektu pa pastu. Šis komplekts ir skrīninga procesa pirmā daļa, kurai var sekot vēl citas pārbaudes un viens vai vairāki slimnīcas apmeklējumi.

Kā jāveic šī pārbaude?

- Šī pārbaude ir jāveic jums pašiem mājās. Jums jāpaņem ļoti neliels kakas paraugs, izmantojot nodrošināto testa kociņu. Norādījumi par pārbaudes veikšanu ir pievienoti pārbaudes komplektam.
- Ja jums ir jautājumi par pārbaudes komplekta lietošanu, tad varat zvanīt uz bezmaksas palīdzības līnijas numuru **0800 015 2514**.

Kad es saņemšu rezultātus?

- Jums vajadzētu saņemt rezultātus divu nedēļu laikā pēc testa nosūtīšanas.
- Ja vēstule nav saņemta divu nedēļu laikā, zvaniet uz palīdzības līniju.

Cik uzticama ir šī pārbaude?

- Ar skrīninga pārbaudi nevar noteikt, vai ir zarnu vēzis. Tā gluži vienkārši iedala cilvēkus divās grupās – tajos, kuriem vairs nav nepieciešamas nekādas citas pārbaudes, un tajos, kuriem vajadzētu veikt papildu pārbaudes.
- Neviena pārbaude nav 100 % uzticama, tādēļ, ja jums ir 6. lappusē norādītie simptomi, jums vajadzētu sazināties ar iecirkņa ārstu pat tad, ja pēdējās pārbaudes laikā nav konstatētas nekādas anomālijas.



Kas notiks tālāk?

- Ja rezultāti norāda, ka jums pašlaik nav nepieciešamas nekādas turpmākās pārbaudes, jums nav nekas jādara. Tas pats tests tiks atkārtots ik pēc diviem gadiem līdz 74 gadu vecumam.
- Ja rezultāti norāda, ka jums jāveic papildu pārbaudes, jums būs jāierodas pie skrīninga speciālista pārrunāt turpmākās darbības. Visbiežākā pārbaude tiek saukta par kolonoskopiju. Aptuveni 3 no katriem 100 pārbaudītajiem cilvēkiem tiks lūgts apmeklēt skrīninga speciālistu. Un pat tad 9 no 10 personām, kas apmeklēs šo speciālistu, nebūs vēža.

Kas ir kolonoskopija?

- Kolonoskopijas laikā tiek lietota ļoti maza kamera, kas piestiprināta tievas caurules galā, lai ārsts vai medmāsa varētu apskatīt, vai zarnu iekšpusē nav redzami polipi vai vēža pazīmes.
- Reizēm tiek paņemts mazs zarnu paraugs, ko apskatīt zem mikroskopa, meklējot vēža šūnas.
- Tāpat kā gandrīz visu medicīnisko manipulāciju laikā ir iespējamās komplikācijas. No katrām 10 000 kolonoskopijas reizēm 67 gadījumos var sākties asiņošana un mazāk nekā 10 gadījumos šīs procedūras laikā var tikt perforēta resnā zarna. Ja tā notiek, šī cauruma likvidēšanai ir gandrīz vienmēr nepieciešama operācija. Ārkārtīgi retos gadījumos (kā pierādījumi liecina tikai 1 no 10 000 gadījumiem) kolonoskopija var izraisīt nāvi.
- Ja jums tiks piedāvāts veikt kolonoskopiju, jums būs iespēja pārrunāt jebkuras savas bažas ar skrīninga speciālistu.

Kas notiks, ja kolonoskopijas rezultāti norādīs, ka nepieciešama papildu ārstēšana?

Ja jums būs nepieciešama turpmākā ārstēšana, jūs nosūtīs pie atbilstošā speciālista. Piemēram, ja kolonoskopijas laikā tiks likvidēti polipi, jūs saņemsiet uzaicinājumu ierasties uz atkārtotu kolonoskopiju pēc 1-3 gadiem.

Kādiem simptomiem ir jāpievērš uzmanība?

Zarnu vēža simptomi var būt šādi:

- asinis izkārnījumos;
- mīkstāki izkārnījumi, biežāka izkārnīšanās un/vai aizcietējums;
- sāpes vai kunkulis vēderā;
- jau kādu laiku lielāka noguruma sajūta nekā parasti;
- svara zudums bez jebkāda acīmredzama iemesla.

Atcerieties, ka šie simptomi nenozīmē to, ka jums noteikti ir zarnu vēzis. Tomēr, ja jums kāds no šiem simptomiem ir 3 nedēļas vai ilgāk, runāji ar iecirkņa ārstu. Jums vajadzētu to darīt pat tad, ja nesen veikts zarnu vēža skrīnings un/vai kolonoskopija.

Kā es varu samazināt zarnu vēža risku?

Papildus ik pēc diviem gadiem veicamajai skrīninga pārbaudei jūs varat samazināt risku, ievērojot tālāk dotos ieteikumus. Iepazīstieties ar ieteikumiem par veselīgu dzīvesveidu vietnē **www.choosetolivebetter.com**

- Ēdiet veselīgu uzturu. Noteikti katru dienu apēdiet piecas porcijas augļu un dārzeņu, un iekļaujiet savā ēdienkartē graudaugus, pupas un pākšaugus kā šķiedrvielu avotu. Ierobežojiet apēstās gaļas, it īpaši termiski apstrādātas sarkanās gaļas, daudzumu.
- Esiet aktīvs. Lielāka kustēšanās un mazāka sēdēšana var samazināt nopietnas slimības risku. Centieties būt aktīvs vismaz 2,5 stundas nedēļā.
- Saglabāji veselīgu svaru. Izvairieties no svara pieauguma un mēģiniet zaudēt svaru, ja jums ir liekais svars.
- Dzeriet mazāk. Lai riska līmenis nepaaugstinātos, nelietojiet vairāk kā 14 alkohola vienības nedēļā.
- Atmetiet smēķēšanu. Jūsu vietējais smēķēšanas atmešanas palīdzības pakalpojums Stop Smoking Service var palīdzēt; atrodi to vietnē **www.stopsmokingni.info**

Kā es varu parūpēties par pārbaudes komplekta saņemšanu nākotnē?

- Skrīninga pārbaudes komplekts tiks nosūtīts uz jūsu adresi, kas zināma iecirkņa ārstam. Ja pārceļaties uz citu mājokli, jums tas pēc iespējas ātrāk jāpaziņo iecirkņa ārstam, lai varētu atjaunināt adresu sarakstu. Ja tas netiks izdarīts, jūs varat palaist garām iespēju piedalīties skrīninga programmā.

Kas notiks ar manu paraugu pēc pārbaudes veikšanas?

- Jūsu paraugs pēc pārbaudes veikšanas tiks iznīcināts. Rezultāti tiks ievadīti datorā, un pēc diviem gadiem jums tiks nosūtīts nākamais skrīninga pārbaudes komplekts.

Informācija par datu aizsardzību

- Jūsu rezultātu kopija tiks nosūtīta jūsu iecirkņa ārstam.
- Zarnu vēža skrīninga programmas birojam ir jāsaglabā ieraksti par visām pārbaudītajām personām un viņu rezultātiem.
- Darbinieki, kas nodarbojas ar šo programmu, var redzēt un pārskatīt ierakstus.
- Šī informācija tiek izmantota, lai nodrošinātu programmas darbību atbilstoši tik augstam standartam, kā nepieciešams.
- Šī informācija arī norāda, cik vēža gadījumi ir tikuši atklāti, un ļauj tiem izsekot, nodrošinot pareizu ārstēšanu.
- Mēs varam pārskatīt jūsu iepriekšējos skrīninga rezultātus, ja jums ir diagnosticēts zarnu vēzis laikā starp skrīninga apmeklējumiem. Ja vēlēšities, jūs varēsiet redzēt šīs pārskatīšanas rezultātus.
- Ja jums ir nepieciešama kaut kāda papildu informācija par savu ierakstu saglabāšanu un lietošanu, jūs varat zvanīt uz bezmaksas palīdzības līnijas numuru **0800 015 2514**.

Vai jūs palīdzēsiet kādam citam veikt šo pārbaudi?

Ja esat aprūpētājs, jums vajadzētu kādam citam palīdzēt izmantot šo zarnu vēža skrīninga pārbaudes komplektu tikai tad, ja šī persona to vēlas un tam piekrīt.

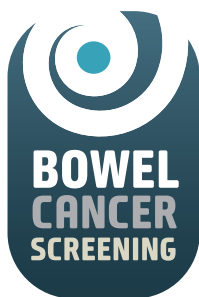
Lai iegūtu plašāku informāciju vai saņemtu šo brošūru citā valodā vai formātā, apmeklējiet vietni:

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

Personas, kuras ir nedzirdīgas vai ar runas defektiem, var izmantot Relay UK.

Lūdzu, zvaniet uz mūsu palīdzības līnijas tālruņa numuru

18001 0800 015 2514.



Public Health Agency
12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.
Tel: 0300 555 0114 (local rate).
www.publichealth.hscni.net

Find us on:

