

Žarnyno vėžio prevencinės patikros programa

Faktai



Apie ką šis lankstinukas?

Šiame lankstinuke pateikiama informacija apie Šiaurės Airijos žarnyno vėžio prevencinės patikros programos naudą ir riziką bei nurodoma, kodėl, sulaukus kvietimo, svarbu šioje programoje sudalyvauti.

Kodėl patariama prevenciškai tikrintis dėl žarnyno vėžio?

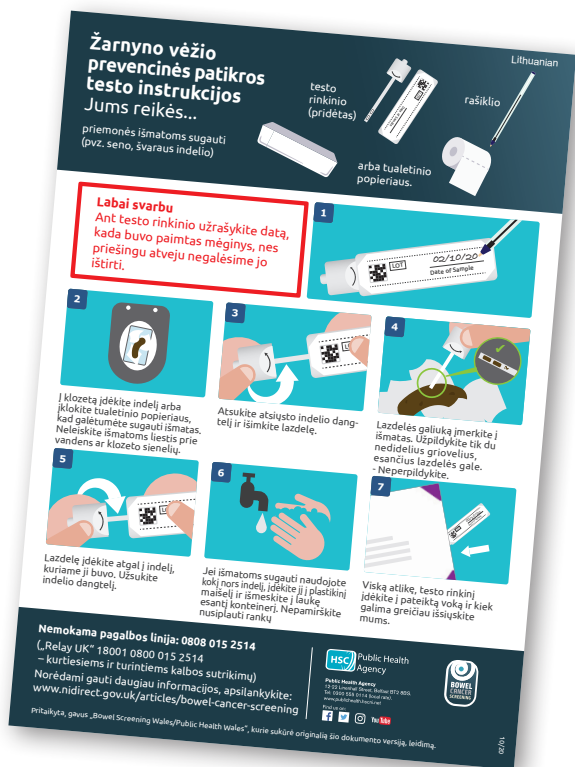
- Jei žarnyno vėžys aptinkamas labai ankstyvoje stadijoje, jo gydymas yra labai sėkmingas. Daugiau nei 9 iš 10 žmonių, kuriems šis vėžys diagnozuojamas pačioje ankstyviausioje stadijoje, po diagnozės išgyvena 5 ir daugiau metų.
- Tai reiškia, kad kasmet Šiaurės Airijoje būtų galima užkirsti kelią maždaug 60 mirčių.
- Prevencinio patikrinimo metu taip pat galima aptikti polipus. Polipai yra mažos ląstelių ataugos, kurios nėra vėžys, tačiau gali tokiu pavirsti. Jei polipai aptinkami pakankamai anksti, juos galima nesunkiai pašalinti, dar iki jiems pavirstant vėžiu.

Ar žarnyno vėžys yra dažnas?

- Per savo gyvenimą žarnyno vėžiu susirgs maždaug 1 iš 20 žmonių.
- Žarnyno vėžys yra antra labiausiai paplitusi vėžio rūšis tarp vyrų ir moterų Šiaurės Airijoje.
- Žarnyno vėžys yra labiau paplitęs tarp vyresnio amžiaus žmonių, ypač vyrų.

Kaip atrodo prevencinio tikrinimo testas?

Testo metu žiūrima, ar jūsų išmatose nėra kraujo pėdsakų. Tai yra vienas pirmųjų pavojaus ženklų, kad kažkas gali būti negerai. Jei testo metu aptinkama kraujo pėdsakų, tai dar nereiškia, kad jūs tikrai sergate žarnyno vėžiu. Tai tiesiog reiškia, kad jums reikia atlikti daugiau tyrimų ir išsiaiškinti viso to priežastį.



Kam skirtas prevencinis tikrinimas?

Šiaurės Airijoje prevencinis tikrinimas skirtas visiems 60–74 m. amžiaus žmonėms. Visi šiai amžiaus grupei priklausantys žmonės, registruoti pas bendrosios praktikos gydytoją, kas dvejus metus turės galimybę profilaktiškai pasitikrinti.

Kaip atliekamas prevencinis patikrinimas?

Visi 60–74 m. amžiaus žmonės, registruoti pas bendrosios praktikos gydytoją, paštu gaus priemones testui atlikti. Šis priemonių rinkinys yra pirmasis žingsnis prevencinio tikrinimo procese, kurio metu gali prireikti daugiau tolimesnių tyrimų ir daugiau apsilankymų ligoninėje.

Kaip galiu pasidaryti testą?

- Testas atliekamas jūsų pačių namuose. Panaudodami atsiųstą tyrimo lazdelę, turite paimti nedidelį išmatų mėginį. Instrukcijos, kaip atlikti testą, pateikiamos atsiųstame testo rinkinyje.
- Jei kyla klausimų, kaip naudotis testo rinkiniu, galite skambinti nemokama pagalbos linija **0800 015 2514**.

Kada gausiu tyrimo rezultatus?

- Rezultatus turėtumėte gauti per dvi savaites nuo testo išsiuntimo.
- Jei per dvi savaites negausite laiško, skambinkite nurodyta pagalbos linija.

Kiek patikimas šis testas?

- Prevencinis atrankos testas negali pasakyti, ar sergate žarnyno vėžiu. Jis tiesiog suskirsto žmones į dvi grupes, t. y. tuos, kuriems jokių papildomų tyrimų atlikti nereikia, ir tuos, kuriems reikalingi tolimesni tyrimai.
- Nei vienas testas nėra 100% patikimas, todėl jei turite kokių nors simptomų, išvardintų 6 puslapyje, turėtumėte kreiptis į savo bendrosios praktikos gydytoją, net jeigu paskutinis jūsų testas nieko neparodė.



Kas vyks toliau?

- Jei jūsų rezultatai rodo, kad papildomi tyrimai šiuo metu nereikalingi, jums nereikia nieko daryti. Toks pat testas bus kartojamas kas dvejus metus, iki kol jums sueis 74 m.
- Jei jūsų rezultatai rodo, kad reikalingi tolimesni tyrimai, būsite kviečiamas atvykti pas prevencinio patikrinimo specialistą ir aptarti tolimesnius žingsnius. Dažniausiai atliekamas tyrimas, vadinamas kolonoskopija. Maždaug 3 iš 100 patikrintų žmonių bus kviečiami atvykti pas prevencinio patikrinimo specialistą. Tačiau net ir tada, 9 iš 10 pakviestų žmonių vėžys diagnozuotas nebus.

Kas yra kolonoskopija?

- Atliekant kolonoskopiją, naudojamas plonas vamzdelio formos prietaisas su nedidele kamera, kurio pagalba gydytojas arba slaugytojas žarnyne gali ieškoti polipų arba vėžį rodančių ženklų.
- Kartais paimamas nedidelis žarnyno ėminys, kuris bus tikrinamas per mikroskopą, ieškant vėžinių ląstelių.
- Kaip ir su visomis medicininėmis procedūromis, yra tam tikrų komplikacijų tikimybė. Iš 10 000 kolonoskopijų kraujavimas gali pasireikšti maždaug 67 atvejais, o 10 atvejų procedūros metu būna praduriamas žarnynas. Jei taip nutinka, pradūrimui sutvarkyti beveik visada reikalinga operacija. Labai retais atvejais (pagal turimus įrodymus tik 1 iš 10,000 atvejų) kolonoskopija gali baigtis mirtimi.
- Jei jums bus pasiūlyta atlikti kolonoskopiją, turėsite galimybę visus nuogastavimus aptarti su prevencinio patikrinimo specialistu.

Ką daryti, jei kolonoskopija rodo, kad man reikalingas tolimesnis gydymas?

Jei jums reikalingas tolimesnis gydymas, būsite siunčiamas pas reikiamą specialistą. Pavyzdžiui, jei kolonoskopijos metu buvo pašalinti polipai, kolonoskopiją gali reikėti pakartoti po 1 – 3 metų.

Į kokius simptomus reikia atkreipti dėmesį?

Žarnyno vėžio simptomai:

- kraujo pėdsakai išmatose
- laisvesni viduriai, dažnesnis tuštinimasis ir (arba) vidurių užkietėjimas
- skausmas arba guzelis pilvo srityje
- kurį laiką besitęsiantis didesnis nei įprastai nuovargis
- svorio netekimas be jokios akivaizdžios priežasties

Atminkite, kad šie simptomai nebūtinai reiškia, kad jūs sergate žarnyno vėžiu. Tačiau jei kuris nors iš šių simptomų tęsiasi 3 savaites ar ilgiau, pasikalbėkite su savo bendrosios praktikos gydytoju. Svarbu tai padaryti, net jei neseniai jums buvo atliktas prevencinis patikrinimas dėl žarnyno vėžio ir (arba) kolonoskopija.

Kaip galiu sumažinti riziką susirgti žarnyno vėžiu?

Be to, kad kas dvejus metus atliekate prevencinį testą, riziką susirgti galite sumažinti vadovaudamiesi žemiau pateikiamais patarimais. Patarimų apie sveiką gyvenseną galite rasti **www.choosetolivebetter.com**

- Sveikai maitinkitės. Kasdien būtinai suvalgykite po penkias porcijas vaisių ir daržovių ir į mitybą įtraukite daug skaidulių turinčių nesmulkintų grūdų, pupelių ir ankštinių. Ribokite suvartojamos raudonos mėsos kiekį, ir ypač apdorotos raudonos mėsos.
- Būkite aktyvūs. Daugiau judant ir mažiau sėdint galima sumažinti riziką susirgti rimtomis ligomis. Kiekvieną savaitę stenkitės judėti bent po 2,5 valandų.
- Stenkitės išlaikyti sveiką svorį. Stenkitės nepriaugti svorio, o jei turite viršsvorio, stenkitės svorio numesti.
- Vartokite mažiau alkoholio. Kad rizika liktų kuo mažesnė, nevartokite daugiau nei 14 vienetų alkoholio per savaitę.
- Meskite rūkyti. Jūsų vietinė nemokama „Stop Smoking“ tarnyba jums gali padėti. Ją surasite apsilankę **www.stopsmokingni.info**

Kaip įsitikinti, kad ir ateityje man bus atsiunčiamas testo rinkinys?

- Prevencinio patikrinimo testo rinkinys jums bus siunčiamas tuo adresu, kurį savo sistemoje turi jūsų bendrosios praktikos gydytojas. Jei persikraustysite, privalote kuo greičiau apie tai informuoti savo bendrosios praktikos gydytoją, kad jie visada žinotų naujausią jūsų adresą. Jei to nepadarysite, galite praleisti galimybę sudalyvauti prevencinės patikros programme.

Kas nutiks su mano mėginiu, kai jis bus ištirtas?

- Ištyrus jūsų mėginį, jis bus sunaikinamas. Testo rezultatai bus įvedami į kompiuterinę sistemą, o jūs po dvejų metų gausite kitą testą.

Informacija apie duomenų apsaugą

- Jūsų rezultatų kopija bus nusiųsta jūsų bendrosios praktikos gydytojui.
- Žarnyno vėžio patikros biuras turi saugoti įrašus apie visus tikrintus žmones ir jų rezultatus.
- Programoje dirbantys darbuotojai gali matyti ir peržiūrėti jūsų įrašus.
- Ši informacija naudojama siekiant užtikrinti, kad programa veiktų ir atitiktų aukštus jai keliamus standartus.
- Turima informacija taip pat parodo, kiek vėžio atvejų buvo nustatyta, ir padeda užtikrinti, kad žmonės gautų jiems tinkamą gydymą.
- Galėsime peržiūrėti jūsų ankstesnių prevencinių tikrinimų rezultatus, jei žarnyno vėžys jums diagnozuotas tarp prevencinio patikrinimo vizitų. Jei norėsite, galėsite susipažinti su šio audito rezultatais.
- Jei norite gauti daugiau informacijos apie tai, kaip saugomi ir naudojami jūsų įrašai, skambinkite nemokama pagalbos linija **0800 015 2514**.

Ketinate padėti kitam asmeniui pasidaryti testą?

Jei esate kito asmens globėjas, turėtumėte jam padėti pasinaudoti prevencinio patikrinimo dėl žarnyno vėžio testu tik tuo atveju, jei tas asmuo to nori ir sutinka, kad jūs tai padarytumėte.

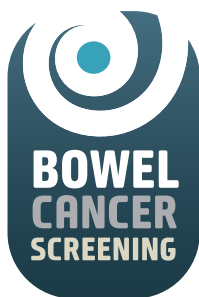
Norėdami gauti daugiau informacijos arba jei šis lankstinukas reikalingas kita kalba arba kitu formatu, apsilankykite:

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

Kurtieji arba kalbos sutrikimų turintys žmonės gali naudoti „Relay UK“.

Skambinkite į mūsų pagalbos liniją

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:

