

Bilten Sante

DEPATMAN SANTE AK IJYÈN MANTAL VIL NOUYÒK

#60 nan yon seri Bilten Sante sou zafè enpòtan ki enterese tout moun nan Nouyòk

Al fè tchèkòp !

Ou gen 50 an oswa plis ?

Al fè yon koloskopi

(egzamen gwo trip ak andoskop)

pou anpeche kansè kolon (gwo trip)



Tès koloskopi pou kansè kolon – e ki kapab anpeche l tou –

- Koloskopi detekte plis ke 95% kansè kolon ki fèk devlope.
- Koloskopi se sèl tès ki kapab *anpeche* kansè rive tou.
 - Se paske doktè a kapab retire polip (chè) yo – ki se plizyè ti mas chè ki ka rive devlope an kansè si ou pa fè anyen pou yo – avan yo transfòme an kansè.
 - Lòt tès depistaj yo fè pou kansè kolon yo pa fè yon egzamen kolon ki konplè menm jan ak koloskopi a ni yo pa retire polip yo.
- Koloskopi egzamine tout kolon an annantye.
 - Pou fè sa, yo sèvi ak yon tib fleksib ki genyen yon ti kamera nan bout li.
 - Se yon tès ki dire jeneralman 30 minit.
- Koloskopi se yon tès ki pa danjere e jeneralman ki pa fè mal.
 - Li kapab fè w santi w enkonfòtab, men anjeneral yo konn bay pasyan yo yon kalman ki pou ede yo detann.
 - Risk pou genyen konplikasyon trè minim.
- Jeneralman se yon sèl fwa chak 10 zan ke moun bezwen fè yon koloskopi, si rezilta tès yo te negatif. Li nesèsè pou fè lòt tès depistaj yo pi souvan.

Faktè risk ki genyen pou kansè kolon

Kansè kolon se youn nan maladi kansè yo plis kapab anpeche rive – poutan se li yo mwens anpeche rive.

Pigwo faktè risk yo

- **Si w gen 50 an owa plis.** Se nan gwoup laj sa a ke plis ke 90% kansè kolon yo rive.
- **Si w gen antesedan kansè kolon onivo pèsònèl oswa ou gen istorik kansè kolon nan fanmi w.**
 - Si w te genyen polip nan kolon, kansè kolon oswa lòt fòm kansè – oubyen si ou gen yon paran ou, frè w oswa sè w ki te genyen sa – sa ogmante risk ou yo.
 - Moun ki gen antesedan kansè kolon onivo pèsònèl oswa ki gen istorik kansè kolon nan fanmi yo ka oblije fè tès *avan* yo gen 50 an. Pale de sa ak doktè w.

Lòt faktè risk

- **Fimen.** Kite fimèn ap redui risk ou yo.
- Si w peze **plis ke lanòmèl oswa si ou obèz (gwo anpil).**
- **Ras/orijin etnik ou.** Si zansèt ou te Nwa Ameriken oswa Jwif Ashkenaz (Ewòp Delès).
- **Lè w genyen lòt maladi kolon.** Kolit (anflamasyon kolon) ki fè ilsè ke yo rele tou maladi Crohn konn ogmante risk pou devlope kansè kolon.



Lòt tèss pou kansè kolon

Genyen lòt tèss depistaj yo fè pou kansè kolon. Pito w fè yon tèss pase w pa fè okenn tèss ditou. Si genyen yon rezilta pozitif pou nenpòt nan lòt tèss sa yo, ou dwe fè yon koloskopi apresa.

Tèss ki fè rechèch san ki pa vizib

Tèss san okilt nan pou pou (*Fecal Occult Blood Test – FOBT*) epi Tèss iminochimik nan pou pou (*Fecal Immunochemical Test – FIT*)

- Toude tèss sa yo fè rechèch san ki pa vizib nan pou pou.
- Genyen plis ke yon kalite tèss FOBT. Mande doktè w la fè tèss a « sansibilite elve » (*high sensitivity*) a.
- Ni FOBT ni FIT vini ak enstriksyon sou kouman pou pran echantiyon pou pou yo lakay ou ak kouman pou w retounen yo pou fè tèss la.
- Tèss sa yo dwe fèt chak ane.

Lòt tèss

Sigmoyidoskòp (egzamen kolon dirèkteman ak yon rektoskop)

- Li fè menm bagay ak koloskopi a men se mwatye longè nan kolon an sèlman ke li egzamine (pa tout longè kolon an jan koloskopi a fè l la), kidonk li kapab pa dekouvri sèten kansè.
- Li nesèsè tou pou w fè sèten preparasyon pou devide kolon an.
- Ou dwe fè tèss sa a chak 5 an.

Radyografi ak lavman barite

- Yo enjekte yon likid blan tankou lakre anndan entesten w. Apresa yo pran yon seri radyografi.
- Ou dwe fè tèss sa a chak 5 an.

Koloskopi vityèl

- Li sèvi ak radyografi epi òdinatè pou konstitye imaj anndan kolon an.
- Li mande menm preparasyon pou devide kolon an ke koloskopi a.
- Li pa nesèsè pou w pran kalman.
- Li ka pa jwenn tout anomali ki genyen yo.
- Asirans ou ka pa kouvri depans pou li.

Kouman pou w diminye risk ou

- Pa fimen. *Pou w jwenn èd gratis pou kite fimen, rele 311.*
- Mentni pwa w a nivo ki bon pou sante w.
- Fè egzèsis regilyèman.
Eseye mennen yon aktivite fizik modere pandan 30 minit (tankou mache ak yon ti vitès) omwen 5 jou pa semenn.
- Manje sa ki bon pou sante w.

Al fè tchèkòp !

- Poze doktè pèsònèl ou kesyon osijè de koloskopi.
- Si doktè w al wè a pa rekòmande w fè koloskopi e ou genyen 50 an oswa plis, fò w *mande poukisa.*
- Majorite asirans kouvri koloskopi, menm Medicare ak Medicaid.
- Si w pa genyen asirans oswa yon doktè pèsònèl, rele 311 epi mande pou koloskopi.



Orè preparasyon pou koloskopi

Kouman pou w prepare w epi a kisa pou w atann ou

7 jou avan	<ul style="list-style-type: none">• Doktè w la ap siman di w pou w sispann pran aspirin, medikaman ki menm jan ak aspirin (egzanp ibuprofen) epi medikaman ki gen fè ladan yo.• Doktè w kapab mande w tou pou w sispann pran kèk nan medikaman yo preskri w ke w abitye pran.
6, 5, 4, 3, 2 jou avan	<ul style="list-style-type: none">• Ou mèt manje tout manje w abitye manje.
1 jou avan	<ul style="list-style-type: none">• Pran likid klè sèlman (dlo, ji pòm, kafe oswa te san lèt oswa krèm lèt, ti bouyon klè).• Doktè w ap di w pran medikaman pou devide trip ou tou.• Ou ka santi w enkonfòtab, men li nesesè pou kamera a sa wè si genyen kansè oswa polip.
Kèlkeze apre	<ul style="list-style-type: none">• Majorite moun santi yo mye apre efè kalmanyò fin ale.• Fòk ou genyen yon adilt ki pou akonpaye w lakay ou.• Prèske tout moun fè plan pou yo repoze yo pou rès jounen an.• Pifò moun kapab rekòmanse manje manje nòmal yo touswit.
1 jou apre	<ul style="list-style-type: none">• Ou sipoze santi w mye e w ap kapab rekòmanse tout aktivite nòmal ou sou yon jou.

Enfòmasyon anplis ak asistans

- Depatman Sante ak Ijyèn Mantal (*NYC Department of Health and Mental Hygiene*): nyc.gov/health oswa rele 311 epi mande pou koloskopi
- Bilten Sante yo: nyc.gov/health oswa rele 311:
 - #46: W ap fimen toujou? Sigarèt ap manje w tou vivan
 - #48: Ki kantite ki twòp? (Alkòl)
 - #51: Kouman pou pèdi pwa epi pou pa regwosi
 - #56: Vaksen VPH kapab anpeche kansè nan kòl matris
- Sant pou Kontwòl ak Prevansyon Maladi (*Centers for Disease Control and Prevention*): www.cdc.gov/cancer/colorectal/sfl/
- Enstiti Nasyonal Kansè (*National Cancer Institute*): www.cancer.gov/cancertopics/types/colon-and-rectal
- Klinik Mayo (*Mayo Clinic*): www.mayoclinic.com/health/colon-cancer/CO99999
- Enstiti Nasyonal Lasante (*National Institutes of Health*): <http://health.nih.gov/result.asp/155>

**RELÉ
311**

Pou w jwenn kopi nenpòt Bilten Sante

Tout Bilten Sante yo disponib tou nan nyc.gov/health

Vizite nyc.gov/health/email pou kapab benefisye yon abònman imèl gratis

VOLIM 7, NIMEWO 5

Bilten Sante

DEPATMAN SANTE AK IJYÈN MANTAL VIL NOUYÒK

#60 nan yon seri Bilten Sante sou zafè enpòtan ki enterese tout moun nan Nouyòk

Depatman Sante ak Ijyèn Mantal vil Nouyòk
New York City Department of
Health and Mental Hygiene



Al fè tchèkòp !

Ou gen 50 an oswa plis ?

Al fè koloskopi

**RELÉ
311**

Pou Sèvis Vil Nouyòk ki pa ijans
Yo bay sèvis entèpretasyon nan telefòn nan plis ke 170 lang