اسکریننگ کروائیں: قولون کے کینسر کا پتہ لگائیں اور اس کی روک تھام کریں

قولون کے کینسر کی اسکریننگ سے متعلق حقائق نامہ

جانچ کی قسم: قولونو اسکوپی

کسی کو بھی قولون کا کینسر ہو سکتا ہے۔ یہ تمام نسل اور نسلی گروپوں کے لوگوں کو متاثر کر سکتا ہے۔ معمول کی اسکریننگ کینسر کا بروقت پتہ لگانے میں آپ کے نگہداشت صحت فراہم کنندہ کی مدد کر سکتی ہے، تب ان کا علاج کرنا آسان تر ہوتا ہے۔ اسکریننگ قولون میں رسولی یا خلاف معمول افزائش کا پتہ لگا کر اور اس کو نکال کر کینسر کو روکنے میں مدد کر سکتی ہے۔

اسکریننگ کے لیے جانچ کے مختلف اختیارات موجود ہیں۔ اپنے فراہم کنندہ سے بات کرکے آپ کے لیے درست جانچ کا انتخاب کروائیں۔

کون؟ قولون کے کینسر کے اوسط خطرے میں مبتلا لوگوں کو قولون کے کینسر کی اسکریننگ کے لیے قولونو اسکوپی کروانی پڑ سکتی ہے۔ اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ سے بات کریں کہ کس عمر میں اسکریننگ شروع کی جائے۔ اگر آپ کو قولون کے کینسر کا زیادہ خطرہ ہے تو آپ کو پہلے ہی اسکریننگ کروانی پڑ سکتی ہے۔ جانچ کا انتخاب کرنے سے پہلے اپنے فراہم کنندہ سے اپنی طبی اور کنبہ جاتی طبی سرگزشت پر گفتگو کریں۔ اگر آپ کو خطرے کے ان عوامل میں سے کوئی درپیش ہے تو انہیں بتائیں:

- قولون کے کینسر یا کینسر زا رسولی کی سرگزشت
- قولون کے کینسر یا کینسر زا رسولی والے والدین، سگے بھائی بہن، یا بچہ
- فیمیلیل ایڈینومیٹس پولیپوسس (familial adenomatous polyposis, FAP) یا موروثی نان پولیپوسس کولوریکٹل کینسر (hereditary nonpolyposis colorectal cancer, HNPCC)، جس کو لینچ سنڈروم بھی کہا جاتا ہے
- السر زا قولون یا کروہن کا مرض

کیا؟ جب آپ قولونو اسکوپی کرواتے ہیں تو نگہداشت صحت فراہم کنندہ آپ کے قولون یا مقعد میں کسی خلاف معمول نسیج کو دیکھنے کے لیے چھوٹا سا کیمرہ استعمال کرتا ہے اور رسولی یا خلاف معقول افزائش کو نکالتا ہے۔ ایسا کرنا کینسر کو بڑھنے سے روک سکتا ہے اور اگر یہ پہلے سے موجود ہو تو بروقت اس کا پتہ لگانے میں مدد مل سکتی ہے۔ آپ کا فراہم کنندہ جانچ سے قبل آپ کو انیستھیسیا (دوا) دے گا جس سے آپ خوابیدہ ہو جاتے ہیں۔ جانچ کے دوران، مقعد اور قولون کے اندر دیکھنے کے لیے مقعد میں ایک باریک نلکی داخل کرتا ہے۔ اپائنٹمنٹ میں کئی گھنٹے لگیں گے لیکن جانچ میں صرف لگ بھگ 30 منٹ لگتے ہیں۔ بیدار ہونے پر ہو سکتا ہے آپ کو جانچ کروانے کی بات یاد نہ رہے۔ آپ کا فراہم کنندہ جانچ کے نتائج کی معنویت پر آپ سے گفتگو کرے گا۔ اگر آپ کو انیستھیسیا موصول ہوا تھا، جانچ کے بعد یا تو پیدل چل کر، سب وے، بس یا کار سے آپ کو گھر لے جانے کے لیے آپ کے ساتھ کسی کا ہونا ضروری ہے۔

کب؟ اگر آپ کو قولون کے کینسر کا اوسط خطرہ ہے تو آپ ہر 10 سال پر ایک بار یہ جانچ کروائیں گے۔

کہاں؟ نگہداشت صحت فراہم کنندہ میڈیکل آفس یا ہسپتال میں یہ جانچ کرتا ہے۔

کیوں؟ قولونو اسکوپی سے قولون اور مقعد کے کینسر کا پتہ چلتا ہے اور اس کی روک تھام ہوتی ہے۔ اگر جانچ میں کینسر کا پتہ چلتا ہے تو آپ کا فراہم کنندہ اس کے پھیلنے سے پہلے اس کو نکال سکتا ہے۔

کیسے؟ آپ قولونو اسکوپی سے قبل والے دن ایک خصوصی خوراک لیں گے۔ اس خوراک میں کوئی ٹھوس غذا شامل نہیں ہوتی ہے اور صرف مائعات ہوتی ہیں (ڈیری، گودے دار، یا سرخ یا جامنی مشروبات نہیں لینی ہوتی ہیں)۔ آپ کا فراہم کنندہ آپ کے پینے کے لیے ایک دوا (معدے کی تیاری کے لیے ایک مائع) تجویز کرے گا جس سے آپ کو بار بار رفع حاجت ہوگی۔ اس سے جانچ سے قبل قولون کی صفائی ہو جاتی ہے۔ آپ کو باتھ روم تک آسان رسائی درکار ہوگی۔ جانچ والے دن آپ کچھ نہیں کھائیں گے یا پیئیں گے۔ واحد استثناء آپ کے قولون کی صفائی کے لیے معدے کی تیاری والا مائع زیادہ سے زیادہ پینے کو ہو سکتا ہے۔

کیا جانچوں میں خطرات ہیں؟ قولونو اسکوپی عام طور پر محفوظ اور بے درد ہوتی ہے۔ اس میں شاذ و نادر پیچیدگیاں ہوتی ہیں، جیسے آب ربائی، قلب و عروقی واقعات، انفیکشن یا قولون کی سفتہ کاری یا جریان خون۔ خطرات اور فوائد پر اپنے فراہم کنندہ سے گفتگو کریں۔

کون سی اسکریننگ جانچ آپ کے لیے ٹھیک ہے؟

قولون کے کینسر کی اسکریننگ میں تفریقات

جانچ کی قسم	قولونو اسکوپی	FIT*	HSgFOBT*	FIT-DNA*
جانچ کا نتیجہ				
قولون کے کینسر کا پتہ چل سکتا ہے	✓	✓	✓	✓
قولون کے کینسر کو روک سکتا ہے	✓	*	*	*
اگر نتائج خلاف معمول ہوں تو فالو اپ جانچ (قولونو اسکوپی) مطلوب ہوتی ہے	–	✓	✓	✓
جانچ کا عمل				
آپ یہ جانچ گھر پر کرتے ہیں	–	✓	✓	✓
آپ کو پاخانہ (براز فضلہ) کو ہاتھ لگانا ہوتا ہے	–	✓	✓	✓
آپ یہ جانچ سال میں ایک بار کرتے ہیں	–	✓	✓	–
آپ یہ جانچ ہر تین سال پر ایک بار کرتے ہیں	–	–	–	✓
آپ یہ جانچ ہر 10 سال پر ایک بار کرتے ہیں	✓	–	–	–
نگہداشت صحت فراہم کنندہ میڈیکل آفس یا ہسپتال میں یہ جانچ کرتا ہے	✓	–	–	–
ایک دن قبل خصوصی خوراک مطلوب ہوتی ہے	✓	–	–	–
چند دن پہلے سے خوراک سے متعلق پابندیاں مطلوب ہوسکتی ہیں	–	–	✓	–
عموماً پہلے انیستھیسیا شامل ہوتا ہے	✓	–	–	–
قولون کے اندر دیکھنے کے لیے ایک طریقہ کار ہے	✓	–	–	–
شاذ و نادر پیچیدگیوں جیسے قولون کی سفتہ کاری یا جریان خون کا خطرہ شامل ہوتا ہے	✓	*	*	*
ہمراہی میں گھر جانا ہوتا ہے	✓	–	–	–

*اگر اس جانچ میں خلاف معمول نتائج نظر آتے ہیں تو قولونو اسکوپی کے ذریعے مزید جانچ درکار ہوتی ہے۔ اگر فالو اپ قولونو اسکوپی سے خلاف معمول افزائش یا رسولی کا پتہ چلتا ہے تو انہیں نکالنے سے کینسر کو روکنے میں مدد مل سکتی ہے۔

تعریفات:
FIT = فیسل امیونو کیمیکل ٹیسٹ
HSgFOBT = ہائی سینسیٹویٹی گائیک بیسڈ فیسل آکلٹ بلڈ ٹیسٹ
FIT-DNA = ملٹی ٹارگیٹ اسٹول DNA ٹیسٹ

قولون کے کینسر کی جانچ کہاں کروائیں: اسکریننگ کا شیڈول طے کرنے کے لیے اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ سے بات کریں۔

ادائیگی: بیشتر بیمہ منصوبے، بشمول Medicaid اور Medicare، 50 سال کی عمر سے شروع کرکے اوسط خطرے میں مبتلا افراد کے لیے قولون کے کینسر کی اسکریننگ کا احاطہ کرتے ہیں۔ اگر آپ کی عمر 45 اور 49 سال کے بیچ ہے تو اسکریننگ کے لیے کوریج مختلف ہوتا ہے۔ قولون کے کینسر کے خطرات کے بارے میں اپنے فراہم کنندہ سے اور اپنی اسکریننگ والی جانچ سے قبل کوریج کے بارے میں اپنے بیمہ دہندہ سے رجوع کریں۔ اگر آپ کے پاس بیمہ نہیں ہے تو آپ کم قیمت یا بلا قیمت کوریج کے لیے سائن اپ کرنے کے اہل ہو سکتے ہیں۔ آپ کسی منصوبے کے لیے سائن اپ کرنے میں مفت، بذات خود اعانت حاصل کر سکتے ہیں: **311** پر کال کریں یا **CoveredNYC** لکھ کر **877877** پر ٹیکسٹ کریں۔

بغیر بیمہ والے نیو یارک کے باشندے کم قیمت یا بلا قیمت اسکریننگ کے لیے اہل ہو سکتے ہیں۔

قولون کے کینسر اور اسکریننگ کے اختیارات کے بارے میں مزید جاننے کے لیے nyc.gov/health ملاحظہ کریں اور "colon cancer" (قولون کا کینسر) تلاش کریں۔