

# 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

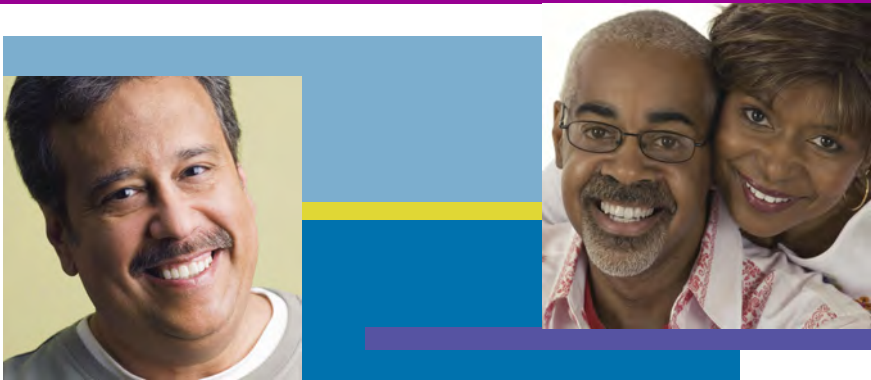
**Kansè kolon se youn nan maladi kansè yo plis kapab anpeche rive – poutan se li yo mwens anpeche rive.**

### *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 tès pou kansè kolon

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

### *Tès ki fè rechèch san ki pa vizib*

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

- Toude tès sa yo fè rechèch san ki pa vizib nan pou pou.
- Genyen plis ke yon kalite tès FOBT. Mande doktè w la fè tès 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 tès la.
- Tès sa yo dwe fèt chak ane.

### *Lòt tès*

**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 tès 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 tès 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

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

## Enfòmasyon anplis ak asistans

- Depatman Sante ak Ijyèn Mantal (*NYC Department of Health and Mental Hygiene*): [nyc.gov/health](http://nyc.gov/health) oswa rele 311 epi mande pou koloskopi
- Bilten Sante yo: [nyc.gov/health](http://nyc.gov/health) oswa rele 311:
  - #46: W ap fimen toujou? Sigaret 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/](http://www.cdc.gov/cancer/colorectal/sfl/)
- Enstiti Nasyonal Kansè (*National Cancer Institute*): [www.cancer.gov/cancertopics/types/colon-and-rectal](http://www.cancer.gov/cancertopics/types/colon-and-rectal)
- Klinik Mayo (*Mayo Clinic*): [www.mayoclinic.com/health/colon-cancer/CO99999](http://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](http://nyc.gov/health)

Vizite [nyc.gov/health/email](http://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