

এন্‌এইচ‌এস্‌ এর বিনামূল্যের এই পরীক্ষা সামগ্রীটি অর্থাৎ কিট আপনার জীবন বাঁচাতে পারে



এন্‌এইচ‌এস্‌ বাওয়েল স্ক্রীনিং টেস্ট কিট (স্ক্রীনিং করে নাড়িভুঁড়ি পরীক্ষার সামগ্রী)

- ✓ একটি নমুনা
- ✓ ঘরে সম্পন্ন হয়
- ✓ জিপির এটিকে সমর্থন করেন

Sgrinio
Coluddion
Cymru



Bowel
Screening
Wales



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

0800 294 3370

www.bowelscreening.wales.nhs.uk

ফোনে আমাদের সাথে ওয়েল্‌স্‌ ভাষায় কথা বলাকে আমরা স্বাগতম জানাই।



অন্যান্য মাধ্যম/
আকারেও পাওয়া যায়

বাওয়েল ক্যান্সার (অস্ত্রের ক্যান্সার) ওয়েলসের অন্যতম সাধারণ ক্যান্সার।

- ওয়েলসে প্রতি বছর 2200 এর অধিক বাওয়েল ক্যান্সার কেস ধরা পড়ে।
- বাওয়েল স্ক্রিনিং আপনার জীবন বাঁচাতে পারে। এটি বাওয়েল ক্যান্সারে মৃত্যু ঝুঁকি কমায়।
- 160000 এর অধিক মানুষ ওয়েলসে প্রতি বছর বাওয়েল স্ক্রিনিং টেস্ট করান।

বাওয়েল স্ক্রিনিং টেস্টের মাধ্যমে প্রাথমিক পর্যায়ে আপনার বাওয়েল ক্যান্সার ধরা পড়লে তা ভাল হয়ে যাওয়ার সম্ভাবনা বেশী।



ফ্যাক্টস্

প্রাথমিক পর্যায়ে ধরা পড়লে আরোগ্য লাভের সম্ভাবনা নয় গুণ বেশী।

ওয়েলসে প্রতি বছর বাওয়েল ক্যান্সারে 900 এর অধিক মানুষ মারা যায়।



বাওয়েল স্ক্রিনিং টেস্টে কিটের সুবিধা সম্পর্কে আপনি কি জানেন?

প্রাথমিক অবস্থায় ধরা পড়লে 10 রোগীর মধ্যে 9 জনই আরোগ্য লাভ করে।

আপনি সুস্থ এবং কোনো প্রকার লক্ষণ না থাকলেও টেস্ট কিট প্রাথমিক পর্যায়ে বাওয়েল ক্যান্সার নির্ণয় করতে পারে।

আপনার বাসায় ব্যক্তিগতভাবে আপনি এ টেস্ট করুন।

বাওয়েল স্ক্রিনিং টেস্ট কিট দ্রুত এবং সহজে ব্যবহার করা যায় কেবল এটি ক্ষুদ্র মল তথা পু নমুনার মাধ্যমে।

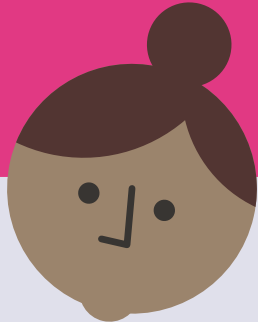
যে কেউ বাওয়েল ক্যান্সারে আক্রান্ত হতে পারে। তাই এখনি আপনার স্ক্রিনিং টেস্ট করান।

- বাওয়েল ক্যান্সার প্রাথমিক পর্যায়ে থাকলেও আপনি নিজেকে সুস্থ বোধ করতে পারেন।
- বয়স বাড়ার সাথে সাথে বাওয়েল ক্যান্সারের ঝুঁকি বাড়ে।
- প্রাথমিক অবস্থায় বাওয়েল ক্যান্সার ধরা পড়লে সুস্থ হওয়ার সম্ভাবনা সবচেয়ে বেশী।
- বাওয়েল স্ক্রিনিং আপনার জীবন বাঁচাতে পারে।

“

কিটটি আমাকে মনের শান্তি দিয়েছে। স্পষ্ট নির্দেশাবলী মাধ্যমে এটি ব্যবহার করা সহজ ছিল এবং আমি 7 দিনের মধ্যে আমার ফলাফল পেয়েছি। আমি অবশ্যই ইহা আবার করব!

সু্য, 60, বাওয়েল স্ক্রিনিং
ওয়েলসের অংশগ্রহণকারী



”

স্ক্রিনিং টেস্ট কিট কী সন্ধান করে?

- স্ক্রিনিং টেস্ট কিটটি আপনার মলের মধ্যে লুকায়িত রক্তের সন্ধান করে।
- আপনার মলে রক্ত থাকা অল্প ক্যান্সারের লক্ষণ হতে পারে অথবা অন্যান্য পরিবর্তন যেমন পলিপস (ছোট বৃদ্ধি)।
- অধিকাংশ পলিপগুলি ক্ষতিকারক নয় তবে কিছু পলিপ রয়েছে যা বাওয়েল ক্যান্সারের দিকে ধাবিত হতে পারে। অধিকাংশ পলিপ সহজেই অপসারণ করা যায়।
- কখন কখন পলিপ থেকে রক্তপাত হওয়ার কারণে সেখানে রক্ত থাকতে পারে রক্তপাত।
- হওয়ার অন্যান্য কারণও থাকতে পারে, যেমন হেমোরয়েডস (পাইলস) বা অস্ত্রের মধ্যে ছোট চিড়।
- আপনার বাওয়েল ক্যান্সার আছে কিনা তা টেস্ট কিট আপনাকে জানায় না। আপনার যদি আরো পরীক্ষার প্রয়োজন হয় আছে কিনা তা ফলাফলগুলি আপনাকে বলবে যেমন: কোলনোস্কপি (যেখানে আপনার বড় অস্ত্রের আস্তরণ পর্যবেক্ষণ করার জন্য একটি ছোট টিউব এবং একটি ক্যান্সারযুক্ত নল এক প্রান্তে আপনার নিম্নদেশ দিয়ে প্রবেশ করানো হয়)।

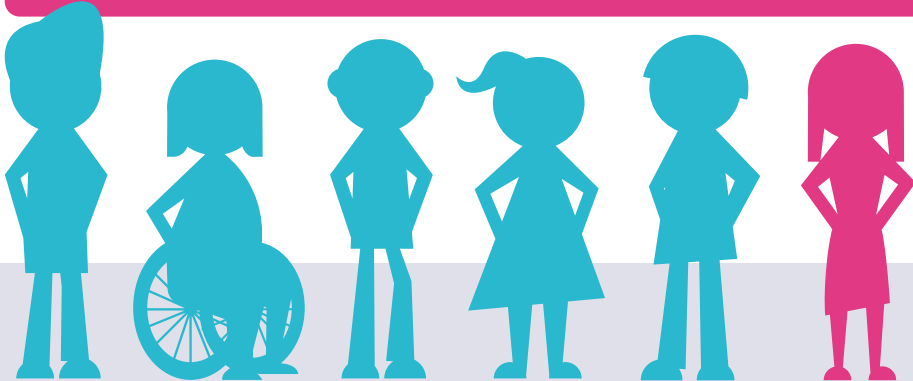
যদি বাওয়েল ক্যান্সারটি প্রাথমিকভাবে নির্ণয় করা যায় তবে সম্ভবত এই রোগটি সফলভাবে চিকিৎসা করা সম্ভব।

এরপরে কি হবে?

- আমরা আপনার ফলাফল দুই সপ্তাহের মধ্যে প্রেরণ করব।
- বেশিরভাগ মানুষের স্বাভাবিক ফলাফল হবে এবং তাদের আর কোন টেস্টের প্রয়োজন হবে না।
- যদি আমরা আপনার নমুনায় রক্ত পাই তবে আমরা আপনাকে স্ক্রিনিং নার্সের সাথে মূল্যায়নের জন্য রেফার করব।
- আমরা আপনাকে আরো টেস্ট করার প্রস্তাব করব যার মধ্যে একটি কোলনোস্কপি টেস্ট অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে।

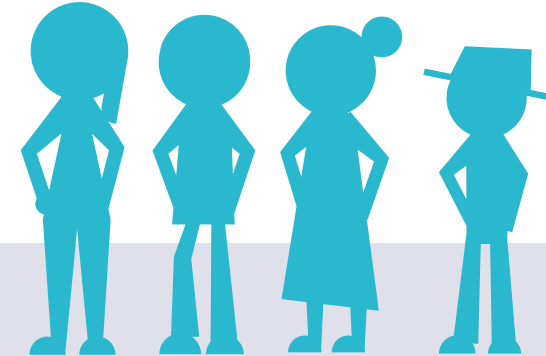
আপনার যা জানা দরকার

- উপযুক্ত বয়স সীমার পুরুষ এবং মহিলাদের প্রতি দুই বছর পরপর স্ক্রিনিংয়ে অংশগ্রহণ করা আমন্ত্রণ জানানো হয়।
- অস্ত্রের স্ক্রিনিংয়ে অংশ নেওয়া আপনার পছন্দ।
- বাওয়েল স্ক্রিনিং 100% সঠিক নয়।
- স্ক্রিনিং কিছু ক্যান্সার মিস করবে এবং কিছু ক্যান্সার রয়েছে যা নিরাময় করা যায় না।



কোলনোস্কপি কী?

- কোলনোস্কপি (মলদ্বার দিয়ে ক্যান্সার লাগানো একটি যন্ত্র ঢুকিয়ে অস্ত্রের অঙ্গগুলো পর্যবেক্ষণের একটি প্রক্রিয়া) হল আপনার বৃহৎ অস্ত্রের আস্তরণের উপাদান পর্যবেক্ষণের একটি উপায় যা কোনও রোগের উপস্থিতি রয়েছে কিনা তা দেখার জন্য করা হয়।
- কোলনোস্কপির সময় পরীক্ষাগারে প্রয়োজনীয় পরীক্ষা করার জন্য আমরা আপনার অস্ত্রের আস্তরণের (বায়োপসি) উপাদান থেকে কিছু ছোট নমুনা নিতে পারি।
- স্ক্রিনে ছবিগুলি দেখানো হয় যাতে করে আমরা আপনার অস্ত্র কোন রোগ বা প্রদাহ আছে কিনা তা যাচাই করতে পারি।
- কোলনোস্কপি সম্পাদনের সাথে ঝুঁকি বিদ্যমান রয়েছে যেমন: হিট্র (অস্ত্রের আস্তরণে একটি চিড়), যা এই ধরনের 1000 মামলার ক্ষেত্রে একটিতে ঘটে থাকে বা উল্লেখযোগ্য রক্তপাত হয়, যা এই ধরনের 100 থেকে 200 মামলার ক্ষেত্রে ঘটে থাকে।



যদি প্রথম দিকে বাওয়েল ক্যান্সার নির্ণয় করা যায় তবে প্রতি 10 জনের মধ্যে 9 জনেরও বেশি রোগী আরোগ্য লাভ করে।

আমার বাওয়েল ক্যান্সারের ঝুঁকি কমাতে আমি কী করতে পারি?

- প্রতি দুই বছর পর পর বাওয়েল স্ক্রিনিং প্রোগ্রামে অংশ নেয়া।

আরো পদক্ষেপ নেওয়া

- সক্রিয় থাকা আপনাকে আরও ভাল বোধ করতে সহায়তা করবে এবং আপনার গুরুতর অসুস্থ হওয়ার ঝুঁকি হ্রাস করতে পারে।
- সপ্তাহে কমপক্ষে 2½ ঘণ্টা সক্রিয় থাকার লক্ষ্য থাকা।

অ্যালকোহল কম পান করা

- অ্যালকোহল পান আপনার হৃদরোগ, ক্যান্সার এবং যকৃত ক্ষতির ঝুঁকি আরো বাড়িয়ে তুলতে পারে।
- আপনি যদি ঝুঁকি হ্রাস করতে চান তবে প্রতি সপ্তাহে 14 ইউনিট অ্যালকোহলের বেশি পান করবেন না।
- আপনি যদি কমাতে চান তবে বেশ কয়েকটি অ্যালকোহলবিহীন সপ্তাহ অতিবাহিত করুন।

ভাল খাবার খাওয়া

- ফল এবং শাকসবজি খাওয়া ক্যান্সার এবং হৃদরোগের মত মারাত্মক রোগের বিকাশ ঘটানোর ক্ষেত্রে আপনার ঝুঁকি হ্রাস করতে সহায়তা করতে পারে।
- প্রতিদিন কমপক্ষে পাঁচ ভাগ ফল এবং শাকসবজি খাওয়ার চেষ্টা করুন।

ধূমপান না করা

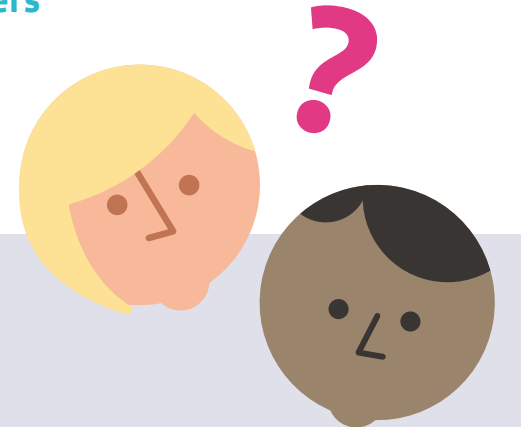
- ধূমপান বন্ধ করা আপনার স্বাস্থ্যের উন্নতি ঘটাবে।
- আপনি যদি ধূমপান ছাড়ার কথা ভেবে থাকেন তবে helpmequit.wales ভিজিট করুন।

আমি কি কি লক্ষণগুলোর সন্ধান করব?

- আপনার নিম্নদেশ থেকে রক্তপাত হওয়া বা আপনার মলে রক্ত থাকা।
- অন্ত্রের অভ্যাসে একটি অবিচ্ছিন্ন এবং অব্যাখ্যাত পরিবর্তন।
- অস্বাভাবিক ওজন হ্রাস।
- কোন স্পষ্ট কারণ ছাড়াই চরম ক্লান্তি।
- আপনার পেটে ব্যথা বা পিণ্ড।

আপনি কি কাউকে টেস্টটি ব্যবহার করতে সহায়তা করবেন?

- আপনি যদি কেয়ারার হন তবে আপনি কেবল অন্য কাউকেই বাউল স্ক্রিনিং টেস্ট কিটটি ব্যবহার করতে সহায়তা করা উচিত যদি তারা এটা করতে ইচ্ছা পোষণ করে এবং আপনি এটি করতে পারবেন বলে সম্মত হয়েছেন।
- আপনি আমাদের ওয়েবসাইটে কেয়ারারদের ব্যাপারে আরও তথ্য পেতে পারেন www.bowelscreening.wales.nhs.uk/information-for-carers



আমরা কীভাবে আপনার বিস্তারিত বিবরণ এবং তথ্য ব্যবহার করি

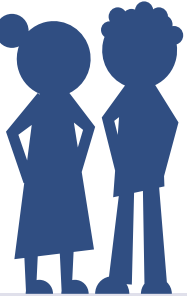
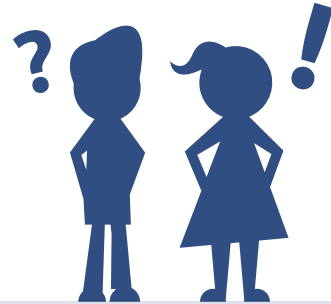
আপনার বিস্তারিত বিবরণ এবং তথ্য গোপন রাখা হয়।

গবেষণা ট্রায়াল বা নিরীক্ষণের জন্য আমাদেরকে মাঝে মাঝে তথ্য সরবরাহ করতে বলা হয়। তথ্যের জন্য প্রতিটি অনুরোধ আমাদের স্ক্রিনিং বিভাগের পরিচালক দ্বারা পর্যালোচনা করা হয় এবং পরিচালক ও ক্যালডিকোট অভিভাবক (গোপনীয়তা এবং জনস্বাস্থ্য ওয়েলসের মধ্যে ব্যক্তিগত তথ্য ব্যবহারের জন্য দায়বদ্ধ ব্যক্তি) উভয় কর্তৃক অনুমোদিত হতে হয়।

বেশিরভাগ অনুরোধগুলি শুধুমাত্র বেনামে রাখা তথ্যের জন্য জিজ্ঞাসা করে (এমন তথ্য যা মানুষের ব্যক্তিগত তথ্য মুছে ফেলেছে), তাই আপনাকে চিহ্নিত করা যায় না। আপনার অনুমোদনের জন্য আপনার সাথে যোগাযোগ করার পরে বা যদি এটি করার কোনও আইনী কারণ থাকে কেবলমাত্র সেসব ক্ষেত্রে আমরা কেবলমাত্র তথ্য সরবরাহ করব যা আপনাকে চিহ্নিত করে।

আমরা আপনাকে স্ক্রিনিং প্রোগ্রামের সাথে যুক্ত গবেষণায় অংশ নিতে আমন্ত্রণ জানাতে পারি। যদি আপনি অংশগ্রহণ না করার সিদ্ধান্ত নিয়ে থাকেন তবে ভবিষ্যতে স্ক্রিনিং বিভাগ থেকে আপনি যে পরিষেবাটি পান তা পাওয়ার ক্ষেত্রে এটা কোনভাবেই প্রভাব ফেলবে না।

আমরা বাওয়েল ক্যান্সারে আক্রান্ত প্রত্যেকের স্ক্রিনিংয়ের ইতিহাস পর্যালোচনা করি (এমনকি খুব প্রাথমিক ক্যান্সার) যাদেরকে আমরা বাওয়েল স্ক্রিনিং প্রোগ্রামে অংশ নিতে আমন্ত্রিত করেছি। যদি আপনি চান তাহলে আপনি ফলাফলগুলি দেখতে পারেন।



আরো তথ্যাবলী

বাওয়েল স্ক্রীনিং (নাড়িভুঁড়ি পরীক্ষা) সম্পর্কে যদি আপনার কোন প্রশ্ন থাকে, অথবা নিম্নলিখিত ব্যাপারে যদি তথ্য পেতে চানঃ

- সহজ পাঠ
- ব্রিটিশ সাইন্স ল্যাংগুয়েজ (বিএসএল)
- অডিও, অথবা
- মোটা হরফে ছাপা আকারে

আমাদের ওয়েবসাইটটি ভিজিট করুন

www.bowelscreening.wales.nhs.uk

অথবা **0800 294 3370** নম্বরে ফ্রীফোন হেল্পলাইনে ফোন করুন

এই বুকলেটটি (তথ্য পুস্তিকা) নিম্নবর্ণিত ভাষাগুলোতেও পাওয়া যায়ঃ

আরবী, ক্যাটোনীজ চাইনিজ, ইংরেজী, ফরাসী, জার্মান, ইতালীয়, মালয়ালাম, ম্যান্ডারীন চাইনিজ, পাঞ্জাবী (ভারতীয়), পোলিশ, পর্তুগীজ, স্লোভাক, সোমালী, স্প্যানিশ, টাগালগ্/ফিলিপিনো, উর্দু এবং ওয়েলশ্।

ওয়েলশ্ ভাষায় চিঠিপত্র আদানপ্রদান এবং টেলিফোনে কথা বলাকে আমরা স্বাগতম জানাই।
দেরি না করেই আমরা ওয়েলশ্ ভাষায় চিঠিপত্রের জবাব প্রদান করবো।

