

Ten darmowy zestaw NHS może ci uratować życie



Zestaw do badania przesiewowego jelita oferowany przez NHS

- ✓ Jedna próbka
- ✓ Wykonywane w domu
- ✓ Popierane przez lekarzy rodzinnych



0800 294 3370

www.bowelscreening.wales.nhs.uk

Rozmowy telefoniczne w języku walijskim są mile widziane



Dostępne
w innych
formatach

Rak jelita jest jednym z najczęściej występujących nowotworów w Walii.

- Co roku ponad 2200 nowych przypadków raka jelita jest diagnozowanych w Walii.
- Badanie przesiewowe może uratować twoje życie. Zmniejsza ono ryzyko śmierci na raka jelita.
- Ponad 160 000 osób w Walii co roku robi przesiewowe badania jelita.

Badanie przesiewowe jelita może wykryć raka jelita wcześniej, kiedy często jest on wyleczalny.



Fakty

Prawdopodobieństwo przetrwania raka jelita jest dziewięć razy wyższe, jeżeli zostanie on wcześniej wykryty.

Co roku w Walii nieco ponad 900 osób umiera na raka jelita.



Czy wiesz, jakie są korzyści z wykonywania przesiewowego badania w kierunku raka jelita?

Więcej niż dziewięć z 10 osób przeżyje raka jelita, jeżeli zostanie on wcześniej wykryty.

To badanie może pomóc wcześniej wykryć raka, nawet jeżeli jesteś dobrego zdrowia i nie masz żadnych objawów.

Badanie wykonuje się we własnym zacisku domowym.

Zestaw do przesiewowego badania jelita jest szybki i łatwy do użycia, a potrzebna jest tylko jedna, mała próbka kału.

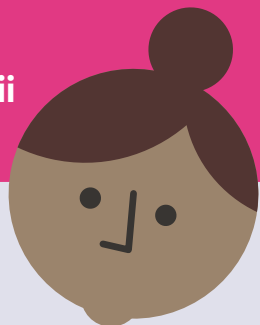
Każdy może zachorować na raka jelita. Zrób teraz to badanie przesiewowe.

- Nawet we wczesnym stadium raka jelita, możesz czuć się dobrze.
- Rak jelita występuje częściej u starszych osób.
- Wczesne wykrycie raka daje większe szanse na jego przetrwanie.
- Badanie przesiewowe jelita może uratować twoje życie.



To badanie uspokoiło mnie. Było łatwe do zrobienia i instrukcje były bardzo proste, a wyniki otrzymałam w ciągu 7 dni. Na pewno zrobię je ponownie!

**Sue, 60, uczestnik programu
Badań Przesiewowych Jelita w Walii**



Co jest sprawdzane podczas tego badania przesiewowego jelita?

- Badanie przesiewowe sprawdza, czy w kale znajduje się krew utajona.
- Krew w kale może być oznaką raka jelita lub innych zmian, takich jak polipy (niewielkie narośla).
- Większość polipów nie jest groźna, ale niektóre mogą prowadzić do rozwoju raka jelita. Większość polipów jest łatwa do usunięcia.
- Czasami może pojawić się krew, ponieważ polip zaczął krwawić.
- Mogą być inne przyczyny krwi w kale, np. hemoroidy lub niewielkie pęknięcia jelita.
- To badanie nie stwierdzi, czy masz raka jelita. Wyniki tylko wskażą czy jest konieczność przeprowadzenia dalszych badań, takich jak kolonoskopia (badanie polegające na włożeniu przez odbyt niewielkiego przewodu z lampką i kamerą na końcówce przewodu, żeby obejrzeć śluzówkę jelita grubego).

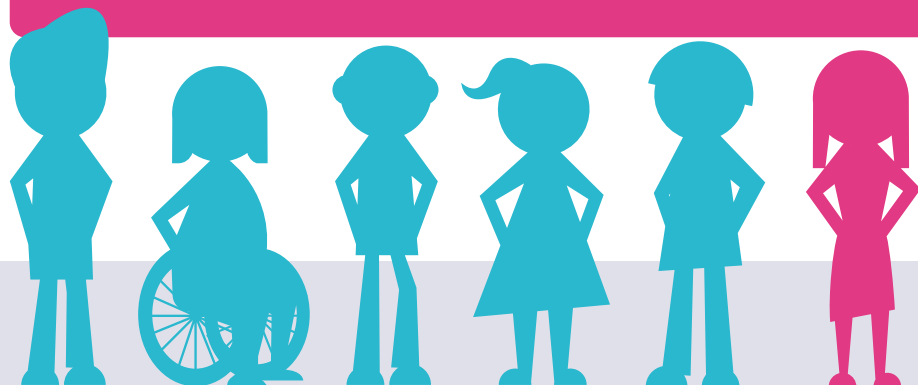
**Jeżeli rak jelita zostanie wcześniej wykryty,
wówczas prawdopodobieństwo udanego
leczenia jest większe.**

Co się stanie potem?

- Prześlemy ci wyniki w ciągu dwóch tygodni.
- Większość osób będzie miała prawidłowe wyniki i nie będzie konieczności przeprowadzania żadnych dalszych badań.
- Jeżeli w twojej próbie zostanie wykryta krew, wówczas skierujemy cię na wizytę u pielęgniarki specjalizującej się w badaniach przesiewowych.
- Zaproponujemy ci dalsze badania, jednym z nich może być kolonoskopia.

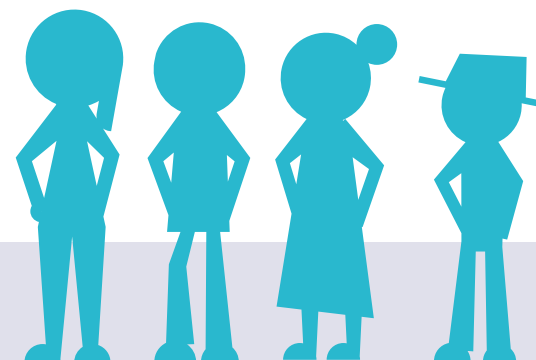
Co należy wiedzieć

- Kobiety i mężczyźni w kwalifikującym się przedziale wiekowym są zapraszani do wzięcia udziału w badaniach przesiewowych co dwa lata.
- Branie udziału w badaniach przesiewowych jest dobrowolne.
- Badanie przesiewowe pod kątem raka jelita nie jest w 100% dokładne.
- To badanie przesiewowe nie wykryje wszystkich nowotworów, a niektóre nie będą wyleczalne.



Czym jest kolonoskopia?

- Kolonoskopia jest badaniem polegającym na obejrzeniu śluzówki jelita grubego (okrężnicy), żeby sprawdzić czy są obecne jakieś zmiany chorobowe.
- W czasie kolonoskopii, jeżeli jest to konieczne, ze śluzówki jelita pobierane są niewielkie próbki (biopsje) do badania laboratoryjnego.
- Obrazki z kamery są wyświetlane na ekranie, więc możemy sprawdzić, czy są jakieś choroby jelita lub stan zapalny.
- Badanie kolonoskopii wiąże się z pewnym ryzykiem, między innymi perforacją (przebicie śluzówki jelita), do której dochodzi w jednym na 1000 zabiegów lub poważnym krwotokiem, do której dochodzi w jednym na 100 do 200 zabiegów.



Ponad 9 z 10 osób przeżyje raka jelita, jeżeli zostanie on wcześniej wykryty.

Co mogę zrobić, żeby zmniejszyć ryzyko zachorowania na raka jelita?

- Co dwa lata bierz udział w przesiewowych badaniach pod kątem raka jelita.

Więcej się ruszaj

- Bycie aktywnym pomaga naszemu samopoczuciu, jak również zmniejsza ryzyko zachorowania na poważne choroby
- Staraj się zachować aktywność fizyczną przynajmniej przez dwie i pół godziny tygodniowo.

Pij mniej alkoholu

- Spożywanie alkoholu również może zwiększyć ryzyko zachorowania na choroby serca, raka oraz uszkodzenia wątroby.
- Jeżeli chcesz, żeby to ryzyko było niskie, nie pij więcej niż 14 jednostek alkoholu tygodniowo.
- Jeżeli chcesz ograniczyć ilości spożywanego alkoholu, miej kilka bezalkoholowych dni w tygodniu.

Dobrze się odżywiaj

- Jedzenie owoców i warzyw może pomóc zmniejszyć ryzyko zachorowania na poważne choroby, takie jak nowotwór czy choroba serca.
- Postaraj się jeść przynajmniej pięć porcji owoców i warzyw dziennie.

Nie pal papierosów

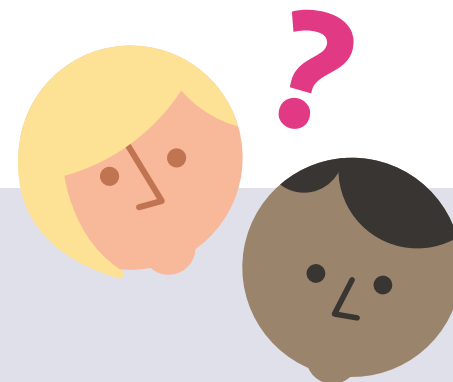
- Rzucenie palenia poprawi twoje zdrowie.
- Jeżeli zastanawiasz się nad rzuceniem palenia, udaj się na stronę internetową helpmequit.wales

Na jakie objawy muszę zwracać uwagę?

- Krwawienie z odbytu lub krew w stolcu.
- Utrzymująca się i niewyjaśniona zmiana rytmu wypróżnień.
- Niewyjaśniona utrata na wadze.
- Wyjątkowe zmęczenie bez żadnego oczywistego powodu.
- Ból lub opór w jamie brzusznej.

Czy będziesz pomagał komuś w zrobieniu tego testu?

- Jeżeli jesteś czyimś opiekunem, wówczas powinieneś pomóc tej osobie w wykonaniu przesiewowego testu jelita wyłącznie wówczas, jeżeli chce twojej pomocy i wyraziła na nią zgodę.
- Więcej informacji dla opiekunów znajduje się na naszej stronie internetowej www.bowelscreening.wales.nhs.uk/information-for-carers



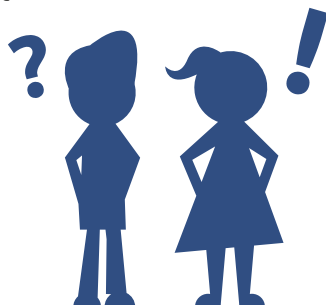
Jak wykorzystamy twoje dane i informacje

Twoje dane i informacje będą przechowywane jako poufne.

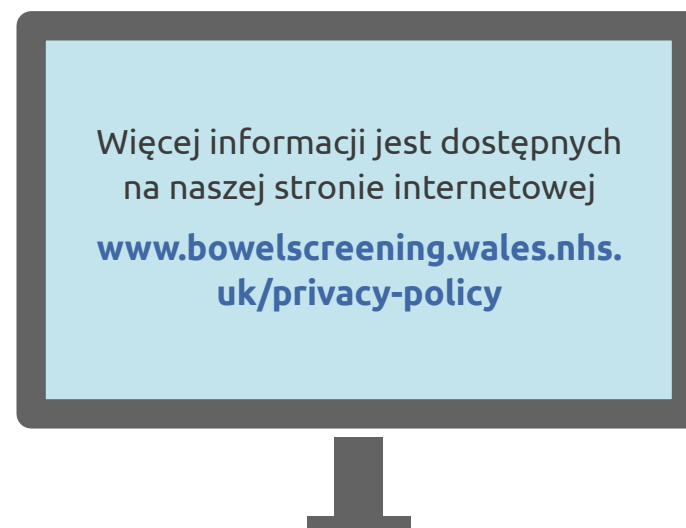
Czasami jesteśmy proszeni o udzielanie informacji w celach przeprowadzania badań naukowych i audytów. Każda prośba o udzielenie informacji jest weryfikowana przez Dyrektora Wydziału ds. Badań Przesiewowych i musi być zatwierdzona zarówno przez Dyrektora, jak i przez Caldicott Guardian (osobę odpowiedzialną za poufność informacji oraz używanie danych osobowych przez Walijską Służbę Zdrowia Publicznego).

W większości przypadków są to prośby tylko o informacje anonimowe (informacje, które nie zawierają żadnych danych osobowych), więc nie byłaby możliwa twoja identyfikacja. Informacje, które umożliwiłyby zidentyfikowanie ciebie, zostałyby udostępnione tylko i wyłącznie za twoją zgodą lub jeżeli byłby prawny powód, żeby to zrobić.

Być może zaprosimy ciebie do wzięcia udziału w badaniach naukowych związanych z tymi badaniami przesiewowymi. Jeżeli nie będziesz chcieć w nich uczestniczyć, w żaden sposób nie wpłynie to na usługi, które będziesz otrzymywać z Wydziału Badań Przesiewowych w przyszłości.



Sprawdzamy historię badań przesiewowych każdej osoby zdiagnozowanej na raka jelita (nawet w bardzo wczesnym stadium raka), które zaprosiliśmy do wzięcia udziału w tych badaniach. Jeżeli chcesz, możesz uzyskać dostęp do tych wyników.



Więcej informacji jest dostępnych
na naszej stronie internetowej
[www.bowelscreening.wales.nhs.
uk/privacy-policy](http://www.bowelscreening.wales.nhs.uk/privacy-policy)

Dodatkowe informacje

Jeżeli masz jakieś pytania odnośnie badań przesiewowych jelita lub chcesz uzyskać te informacje w formacie:

- łatwym do czytania (Easy Read)
- brytyjskim języku migowym (BSL)
- audio, lub
- powiększoną czcionką

udaj się na naszą stronę internetową

www.bowelscreening.wales.nhs.uk

lub zadzwoń na darmową infolinię

0800 294 3370

Ta broszura jest również dostępna w następujących językach: arabskim, bengalskim, kantońskim, angielskim, francuskim, niemieckim, włoskim, malajskim, mandaryńskim, pendżabskim, portugalskim, słowackim, somalijskim, hiszpańskim, tagalskim/filipińskim, urdu oraz walijskim.

Korespondencja oraz rozmowy telefoniczne w języku walijskim są mile widziane. Na korespondencję w języku walijskim odpiszemy bez żadnych opóźnień.

