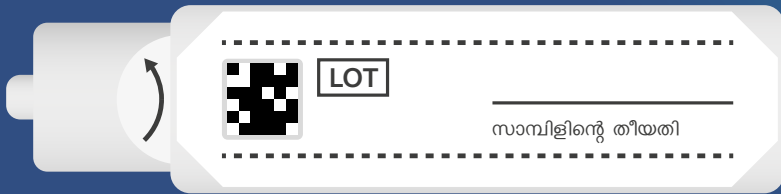


ഈ സൗജന്യ എൻ.എച്ച്.എസ്. ടെസ്റ്റ് കിറ്റ് നിങ്ങളുടെ ജീവൻ രക്ഷിച്ചേക്കാം



എൻ.എച്ച്.എസ്. ബവൽ സ്ക്രീനിംഗ് ടെസ്റ്റ് കിറ്റ്

- ✓ ഒരു സാമ്പിൾ
- ✓ ഭവനത്തിൽ വച്ച് പൂർത്തിയാക്കുക
- ✓ ജി.പി.മാരുടെ പിന്തുണയോടെ



0800 294 3370
www.bowelscreening.wales.nhs.uk

ഞങ്ങൾ വെൽഷ് ഭാഷയിലുള്ള ഫോൺ കോളുകൾ സ്വാഗതം ചെയ്യുന്നു.

മലയാളം | Malayalam: ഭാഷ്യം 3 07/2020



മറ്റു
ഫോർമാറ്റുകളിൽ
ലഭ്യമാണ്

കുടൽ ക്യാൻസർ വെയിൽസിൽ ഏറ്റവും സാധാരണമായ ക്യാൻസറുകളിലൊന്നാണ്.

- ഓരോ വർഷവും വെയിൽസിൽ കുടൽ ക്യാൻസറിന്റെ 2,200 പുതിയ കേസുകൾ രോഗനിർണയം ചെയ്യപ്പെടുന്നു.
- ബവൽ സ്ക്രീനിംഗിന് നിങ്ങളുടെ ജീവൻ രക്ഷിക്കാനാവും. അത് കുടൽ ക്യാൻസർ മൂലം മരണപ്പെടുന്നതിനുള്ള നിങ്ങളുടെ അപകടസാധ്യത കുറയ്ക്കുന്നു.
- വെയിൽസിൽ ഓരോ വർഷവും 160,000ത്തിലേറെ ആളുകൾ തങ്ങളുടെ ബവൽ സ്ക്രീനിംഗ് ടെസ്റ്റ് നടത്തുന്നു.

നിങ്ങളുടെ ബവൽ സ്ക്രീനിംഗ് ടെസ്റ്റിന് കുടൽ ക്യാൻസർ മിക്കവാറും ചികിത്സിച്ചു ഭേദമാക്കാനാവുന്ന പ്രാരംഭ ദശയിൽ തിരിച്ചറിയാനാവും.



വസ്തുതകൾ

നേരത്തെ കണ്ടുപിടിക്കുകയാണെങ്കിൽ നിങ്ങൾ കുടൽ ക്യാൻസറിനെ അതിജീവിക്കുന്നതിനുള്ള സാധ്യത ഒമ്പത് ഇരട്ടിയാണ്.

ഓരോ വർഷവും വെയിൽസിൽ കുടൽ ക്യാൻസർ മൂലം 900ത്തിലേറെ ആളുകൾ മരിക്കുന്നു.



ബവൽ സ്ക്രീനിംഗ് ടെസ്റ്റ് കിറ്റിന്റെ പ്രയോജനങ്ങൾ നിങ്ങൾക്കറിയാമോ?

കഴിയുന്നതും നേരത്തെ കണ്ടെത്തുകയാണെങ്കിൽ 10 പേരിൽ ഒമ്പതിൽ കൂടുതൽ ആളുകൾ കുടൽ ക്യാൻസറിനെ അതിജീവിക്കുന്നതാണ്.

ഈ ടെസ്റ്റ് കിറ്റിന്, നിങ്ങൾ ആരോഗ്യത്തോടെയിരിക്കുകയും രോഗലക്ഷണങ്ങളൊന്നും ഇല്ലാതിരിക്കുകയും ചെയ്യുകയാണെങ്കിൽ പോലും നിങ്ങൾക്ക് കുടൽ ക്യാൻസർ ഉണ്ടെങ്കിൽ അത് നേരത്തെ കണ്ടെത്തുന്നതിൽ സഹായിക്കാനാവും.

നിങ്ങൾക്ക് നിങ്ങളുടെ സ്വന്തം ഭവനത്തിന്റെ സ്വകാര്യതയിൽ ഈ ടെസ്റ്റ് നടത്താനാവും.

ബവൽ സ്ക്രീനിംഗ് ടെസ്റ്റ് കിറ്റ് വേഗത്തിലും സുഗമമായും ഉപയോഗിക്കാനാവും, മലത്തിന്റെ ചെറിയ ഒരു സാമ്പിൾ മാത്രം മതിയാവും.

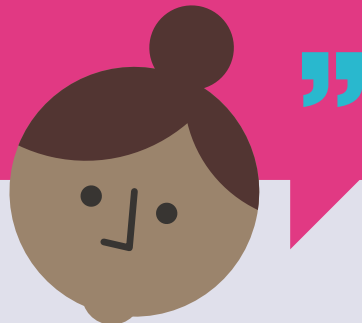
അർക്കും കൂടൽ ക്യാൻസർ ബാധിക്കാം. നിങ്ങളുടെ സ്ക്രീനിംഗ് ടെസ്റ്റ് ഇപ്പോൾ നടത്തുക.

- നിങ്ങൾക്ക് കൂടൽ ക്യാൻസർ ഉണ്ടെങ്കിൽ പോലും തുടക്കത്തിൽ നിങ്ങൾക്ക് അസുഖമൊന്നും അനുഭവപ്പെടുകയില്ല.
- നിങ്ങൾക്ക് പ്രായം കൂടുന്നതനുസരിച്ച് കൂടൽ ക്യാൻസർ കൂടുതൽ സാധാരണമാണ്.
- ക്യാൻസർ നേരത്തെ കണ്ടെത്തുന്നത് അതിജീവനത്തിനുള്ള മികച്ച സാധ്യത നിങ്ങൾക്ക് നൽകുന്നതാണ്.
- ബവൽ സ്ക്രീനിംഗിന് നിങ്ങളുടെ ജീവൻ രക്ഷിക്കാനാവും.



ഈ ടെസ്റ്റ് കിറ്റ് എനിക്ക് മനസ്സമാധാനം തന്നു. വ്യക്തമായ നീർദേശങ്ങളുള്ളതിനാൽ അത് ഉപയോഗിക്കാൻ എളുപ്പമായിരുന്നു. എനിക്ക് 7 ദിവസങ്ങൾക്കുള്ളിൽ എന്റെ ഫലം ലഭിച്ചു. തീർച്ചയായും ഞാൻ അത് വീണ്ടും ചെയ്യും!

സ്യൂ, 60, ബവൽ സ്ക്രീനിംഗ് വെയിൽസ് പങ്കാളി



ഈ സ്ക്രീനിംഗ് ടെസ്റ്റ് കിറ്റ് എന്താണ് പരിശോധിക്കുന്നത്?

- ഈ സ്ക്രീനിംഗ് ടെസ്റ്റ് നിങ്ങളുടെ മലത്തിൽ ഒളിഞ്ഞിരിക്കുന്ന രക്തം ഉണ്ടോ എന്നു നോക്കുന്നു,
- നിങ്ങളുടെ മലത്തിലുള്ള രക്തം കൂടൽ ക്യാൻസറിന്റെ അല്ലെങ്കിൽ പോളിപ്പ്സ് (ചെറിയ വളർച്ചകൾ) പോലെയുള്ള മറ്റ് മാറ്റങ്ങളുടെ സൂചനയാകാം.
- മിക്ക പോളിപ്പുകളും ഹാനികരമല്ലാത്തതാണ്, എന്നാൽ ചിലത് കൂടൽ ക്യാൻസറിലേക്ക് നയിച്ചേക്കാം. മിക്ക പോളിപ്പുകളും വേഗം നീക്കം ചെയ്യാനാവും.
- ചിലപ്പോൾ രക്തത്തിനു കാരണം ഒരു പോളിപ്പിൽ നിന്ന് രക്തം വന്നതാവാം.
- ചിലപ്പോൾ രക്തത്തിന്, ഹെമറോയിഡുകൾ (പൈൽസ്) അല്ലെങ്കിൽ കൂടലിൽ ചെറിയ മുറിവുകൾ പോലെയുള്ള മറ്റു കാരണങ്ങളുമുണ്ടാവാം.
- ടെസ്റ്റ് കിറ്റ് നിങ്ങൾക്ക് കൂടൽ ക്യാൻസറുണ്ടോ എന്നു പറയില്ല. ഫലങ്ങൾ നിങ്ങൾക്ക് കോളണോസ്കോപ്പി (നിങ്ങളുടെ വൻകൂടലിന്റെ ലൈനിംഗിലേക്ക് നോക്കുന്നതിന് ഒരറ്റത്ത് ഒരു ചെറിയ പ്രകാശവും ഒരു ക്യാമറയുമുള്ള ഒരു ട്യൂബ് നിങ്ങളുടെ ഗുദത്തിലേക്ക് കടത്തിവിടുന്നത്) പോലെയുള്ള കൂടുതൽ പരിശോധനകൾ ആവശ്യമുണ്ടോ എന്നു പറയുന്നതാണ്.

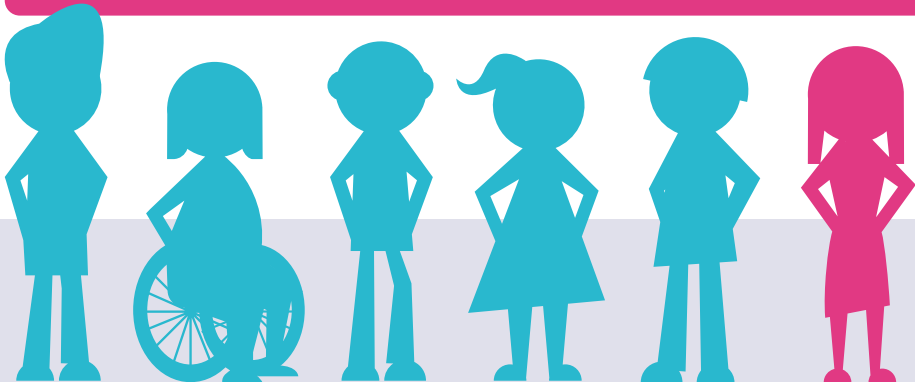
കൂടൽ ക്യാൻസർ നേരത്തെ കണ്ടെത്തുകയാണെങ്കിൽ, രോഗം വിജയകരമായി ചികിത്സിക്കുന്നതിനുള്ള സാധ്യത കൂടുതലാണ്.

അടുത്തത് എന്തു സംഭവിക്കും?

- ഞങ്ങൾ രണ്ട് ഓപ്പറേഷനുകളിൽ നിങ്ങളുടെ ഫലങ്ങൾ പോസ്റ്റ് ചെയ്യുന്നതാണ്.
- മിക്ക ആളുകൾക്കും ഒരു സാധാരണ ഫലമായിരിക്കുകയും കൂടുതൽ ടെസ്റ്റുകളുടെ ആവശ്യമില്ലാതിരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതാണ്.
- നിങ്ങളുടെ സാമ്പിളിൽ ഞങ്ങൾ രക്തം കണ്ടെത്തുകയാണെങ്കിൽ, ഒരു സ്ക്രീനിംഗ് നേഴ്സുമൊത്തുള്ള ഒരു വിലയിരുത്തലിനായി ഞങ്ങൾ നിങ്ങളെ റഫർ ചെയ്യുന്നതാണ്.
- ഒരു കോളനോസ്കോപ്പി കൂടി ഉൾപ്പെടുത്താവുന്ന കൂടുതൽ ടെസ്റ്റുകൾ ഞങ്ങൾ നിങ്ങൾക്ക് ഓഫർ ചെയ്യുന്നതാണ്.

നിങ്ങൾ അറിയേണ്ടത് എന്താണ്

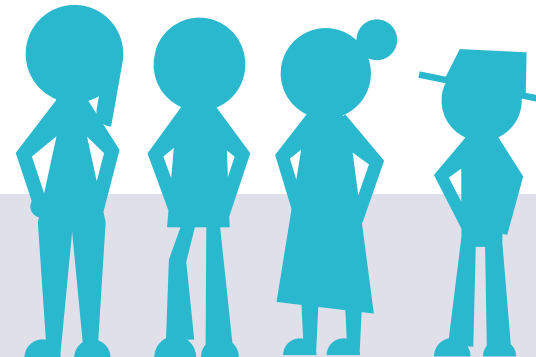
- അർഹമായ പ്രായ ശ്രേണിയിലുള്ള പുരുഷന്മാരെയും സ്ത്രീകളെയും ഓരോ രണ്ട് വർഷങ്ങൾ കൂടുമ്പോഴും സ്ക്രീനിംഗിൽ പങ്കെടുക്കാൻ ക്ഷണിക്കുന്നു.
- ബവൽ സ്ക്രീനിംഗിൽ പങ്കെടുക്കുന്നത് നിങ്ങളുടെ തീരുമാനമാണ്.
- ബവൽ സ്ക്രീനിംഗ് 100% കൃത്യമല്ല.
- സ്ക്രീനിംഗ് ചില ക്യാൻസറുകൾ കണ്ടെത്താൻ പോകുന്നതാണ്, കൂടാതെ ചില ക്യാൻസറുടെ ചികിത്സിച്ച് ഭേദമാക്കാനാവില്ല.



എന്താണ് ഒരു കോളനോസ്കോപ്പി?

- കോളനോസ്കോപ്പി ഏതെങ്കിലും രോഗസാന്നിധ്യമുണ്ടോ എന്നറിയാനായി നിങ്ങളുടെ വൻ കൂടലിന്റെ ലൈനിംഗ് പരിശോധിക്കുന്നതിനുള്ള ഒരു മാർഗ്ഗമാണ്.
- കോളനോസ്കോപ്പിയുടെ വേളയിൽ, ആവശ്യമെങ്കിൽ ലബോറട്ടറിയിൽ പരിശോധിക്കുന്നതിനായി നിങ്ങളുടെ കൂടലിന്റെ ലൈനിംഗിൽ നിന്ന് ഞങ്ങൾ ചില ചെറിയ സാമ്പിളുകൾ (ബയോപ്സികൾ) എടുത്തേക്കാം.
- ചിത്രങ്ങൾ ഒരു സ്ക്രീനിൽ കാണിക്കുന്നതാണ് എന്നതിനാൽ നിങ്ങൾക്ക് എന്തെങ്കിലും കൂടുതൽ രോഗമോ നീർക്കെട്ടോ ഉണ്ടോ ഇല്ലയോ എന്ന് ഞങ്ങൾക്ക് പരിശോധിക്കാനാവും.
- കോളനോസ്കോപ്പിയിൽ, 1000 നടപടിക്രമങ്ങളിൽ ഒന്നിൽ സംഭവിക്കുന്ന പെർഫൊറേഷൻ (കൂടലിന്റെ ലൈനിംഗിൽ ഒരു കീറൽ), അല്ലെങ്കിൽ 100 മുതൽ 200 വരെ നടപടിക്രമങ്ങളിൽ ഒന്നിൽ സംഭവിക്കുന്ന ഗണ്യമായ രക്തസ്രാവം എന്നിവ പോലെയുള്ള ചില അപകടസാധ്യതകൾ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു.

കഴിയുന്നതും നേരത്തെ കണ്ടെത്തുകയാണെങ്കിൽ 10 പേരിൽ ഒമ്പതിൽ കൂടുതൽ ആളുകൾ കൂടുതൽ ക്യാൻസറിനെ അതിജീവിക്കുന്നതാണ്.



കുടൽ ക്യാൻസറിനുള്ള എന്റെ അപകടസാധ്യത കുറയ്ക്കാൻ എനിക്ക് എന്തു ചെയ്യാനാവും?

- ഓരോ രു വർഷത്തിലും ബവൽ സ്ക്രീനിംഗ് പ്രോഗ്രാമിൽ പങ്കെടുക്കുക.

കുടുതൽ ചലിക്കുക

- സജീവമായിരിക്കുന്നത് മെച്ചമെന്ന തോന്നലുള്ളവാക്കാൻ നിങ്ങളെ സഹായിക്കുകയും, ഗുരുതരമായ ഒരു രോഗം ഉണ്ടാകുന്നതിനുള്ള നിങ്ങളുടെ അപകടസാധ്യത കുറയ്ക്കുകയും ചെയ്യും.
- ഒരാഴ്ചയിൽ കുറഞ്ഞത് 2½ മണിക്കൂർ സജീവമായിരിക്കുക.

മദ്യപാനം കുറയ്ക്കുക

- മദ്യം കുടിക്കുന്നത് ഹൃദ്രോഗം, ക്യാൻസർ, കരൾ തകരാറ് എന്നിവയ്ക്കുള്ള നിങ്ങളുടെ അപകടസാധ്യതയും വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതാണ്.
- അപകടസാധ്യതകൾ കുറച്ചുനിർത്താനാണ് നിങ്ങൾ ആഗ്രഹിക്കുന്നതെങ്കിൽ, ഒരാഴ്ചയിൽ 14 യൂണിറ്റിൽ കുടുതൽ മദ്യം കുടിക്കരുത്.
- കുറയ്ക്കാൻ നിങ്ങൾ ആഗ്രഹിക്കുന്നെങ്കിൽ, ആഴ്ചയിൽ നിരവധി മദ്യരഹിത ദിനങ്ങൾ എടുക്കുക.

നന്നായി ഭക്ഷണം കഴിക്കുക

- പഴങ്ങളും പച്ചക്കറികളും കഴിക്കുന്നത് ക്യാൻസറും ഹൃദ്രോഗവും പോലെയുള്ള ഗുരുതരമായ രോഗങ്ങളുണ്ടാകുന്നതിനുള്ള നിങ്ങളുടെ അപകടസാധ്യത കുറയ്ക്കാൻ സഹായിച്ചേക്കാം
- എല്ലാ ദിവസവും പഴങ്ങളും പച്ചക്കറികളും കുറഞ്ഞത് അഞ്ച് പോർഷൻ കഴിക്കാൻ ശ്രമിക്കുക.

പുകവലിക്കരുത്

- പുകവലി നിറുത്തുന്നത് നിങ്ങളുടെ ആരോഗ്യം മെച്ചപ്പെടുത്തും.
- പുകവലി നിറുത്തുന്നതിനെ കുറിച്ച് നിങ്ങൾ ചിന്തിക്കുകയാണെങ്കിൽ helpmequit.wales സന്ദർശിക്കുക.

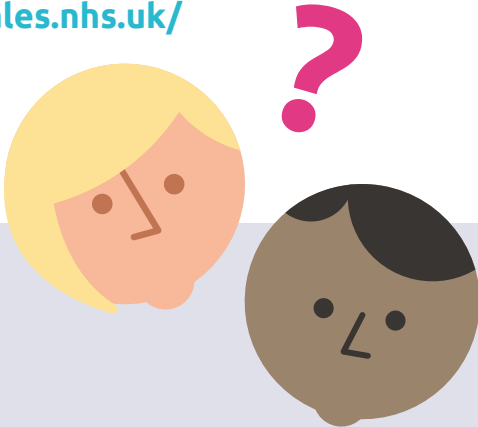
ഏത് രോഗലക്ഷണങ്ങളാണ് ഞാൻ ശ്രദ്ധിക്കാനുള്ളത്?

- നിങ്ങളുടെ ഗുദത്തിൽ നിന്ന് രക്തസ്രാവം അല്ലെങ്കിൽ നിങ്ങളുടെ മലത്തിൽ രക്തം
- മലശോധന ശീലത്തിൽ സ്ഥിരമായതും വിശദീകരിക്കാനാവാത്തതുമായ ഒരു വ്യത്യാസം.
- വിശദീകരിക്കാനാവാത്ത ശരീരഭാരം കുറയൽ.
- പ്രത്യക്ഷമായ ഒരു കാരണവും കൂടാതെ അതീവ ക്ഷീണം.
- നിങ്ങളുടെ വയറ്റിൽ വേദന അല്ലെങ്കിൽ മുഴ.

ടെസ്റ്റ് ഉപയോഗിക്കാൻ നിങ്ങൾ ആരെയെങ്കിലും സഹായിക്കുമോ?

- നിങ്ങൾ ഒരു പരിചരണദാതാവല്ലെങ്കിൽ, മറ്റൊരാളെ ബവൽ സ്ക്രീനിംഗ് ടെസ്റ്റ് കിറ്റ് ഉപയോഗിക്കുന്നതിന്, നിങ്ങൾ സഹായിക്കണമെന്ന് അവർ ആഗ്രഹിക്കുകയും നിങ്ങൾക്ക് ചെയ്യാമെന്ന് അവർ സമ്മതിക്കുകയും ചെയ്താൽ മാത്രം നിങ്ങൾക്ക് സഹായിക്കാവുന്നതാണ്.
- പരിചരണദാതാക്കൾക്കുള്ള കുടുതൽ വിവരങ്ങൾ ഞങ്ങളുടെ വെബ്സൈറ്റിൽ നിങ്ങൾക്ക് കാണാനാവും

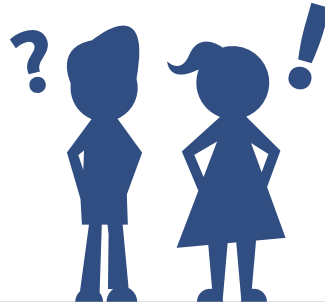
www.bowelscreening.wales.nhs.uk/information-for-carers



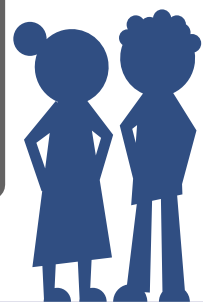
നിങ്ങളുടെ വിശദാംശങ്ങളും വിവരങ്ങളും ഞങ്ങൾ എങ്ങനെ ഉപയോഗിക്കും

നിങ്ങളുടെ വിശദാംശങ്ങളും വിവരങ്ങളും രഹസ്യാത്മകമായി സൂക്ഷിക്കുന്നതാണ്.

ഇടയ്ക്ക്, ഗവേഷണ ട്രയലുകൾക്ക് അല്ലെങ്കിൽ ഓഡിറ്റുകൾക്ക് വിവരങ്ങൾ പ്രദാനം ചെയ്യാൻ ഞങ്ങളോട് ആവശ്യപ്പെടാറുണ്ട്. വിവരങ്ങൾക്കുള്ള ഓരോ അഭ്യർത്ഥനയും ഞങ്ങളുടെ സ്ക്രീനിംഗ് ഡിവിഷന്റെ ഡയറക്ടർ അവലോകനം ചെയ്യുന്നതും, ഡയറക്ടറും കാൽഡിക്കോട്ട് ഗാർഡിയനും (പബ്ലിക് ഹെൽത്ത് വെയിൽസിനുള്ളിൽ വ്യക്തിപരമായ വിവരങ്ങളുടെ രഹസ്യാത്മകതയ്ക്കും ഉപയോഗത്തിനും ഉത്തരവാദിത്തമുള്ള വ്യക്തി) അംഗീകരിക്കുകയും വേണം. മിക്ക അഭ്യർത്ഥനകളും അജ്ഞാതനാമകമായ വിവരങ്ങൾ (ആളുകളുടെ വ്യക്തിപരമായ വിവരങ്ങൾ നീക്കം ചെയ്ത വിവരങ്ങൾ) മാത്രമേ ആവശ്യപ്പെടാറുള്ളൂ എന്നുള്ളതിനാൽ, നിങ്ങളെ തിരിച്ചറിയാൻ സാധിക്കുന്നതല്ല. നിങ്ങളെ തിരിച്ചറിയാൻ സാധിക്കുന്ന വിവരങ്ങൾ, നിങ്ങളുടെ അനുവാദത്തിനായി നിങ്ങളെ ബന്ധപ്പെട്ടതിനു ശേഷം അല്ലെങ്കിൽ അങ്ങനെ ചെയ്യുന്നതിന് നിയമപരമായ ഒരു കാരണമുണ്ടെങ്കിൽ മാത്രമേ ഞങ്ങൾ നൽകുകയുള്ളൂ. സ്ക്രീനിംഗ് പ്രോഗ്രാമുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ഒരു ഗവേഷണത്തിൽ പങ്കെടുക്കാനും നിങ്ങളെ ക്ഷണിക്കുകയാണ്. പങ്കെടുക്കേണ്ടതില്ല എന്നാണ് നിങ്ങൾ തീരുമാനിക്കുന്നതെങ്കിൽ, ഭാവിയിൽ സ്ക്രീനിംഗ് ഡിവിഷനിൽ നിന്ന് നിങ്ങൾക്ക് ലഭിക്കുന്ന സേവനത്തെ ഒരു വിധത്തിലും അത് ബാധിക്കുന്നതല്ല.



ബവൽ സ്ക്രീനിംഗ് പ്രോഗ്രാമിൽ പങ്കെടുക്കാൻ ഞങ്ങൾ ക്ഷണിച്ച, കൂടൽ ക്യാൻസർ (വളരെ പ്രാരംഭ ദിശയിലുള്ള ക്യാൻസർ പോലും) രോഗനിർണ്ണയം ചെയ്യപ്പെടുന്ന ഓരോരുത്തരുടെയും സ്ക്രീനിംഗ് ചരിത്രം ഞങ്ങൾ അവലോകനം ചെയ്യുന്നതാണ്. നിങ്ങൾ ആഗ്രഹിക്കുന്നെങ്കിൽ നിങ്ങൾക്ക് ഫലങ്ങൾ കാണാനാവും.



കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾ

ബവൽ സ്ക്രീനിംഗിനെ കുറിച്ച് നിങ്ങൾക്ക് എന്തെങ്കിലും ചോദ്യങ്ങളുണ്ടെങ്കിൽ, അല്ലെങ്കിൽ ഈ വിവരങ്ങൾ ചുവടെ പറയുന്നവയിൽ ലഭിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു എങ്കിൽ:

- ഇംസീ റീഡ്
- ബ്രിട്ടീഷ് സൈൻ ലാംഗ്വേജ് (ബി.എസ്.എൽ.)
- ഓഡിയോ, അല്ലെങ്കിൽ
- ലാർജ് പ്രിന്റ്

ഞങ്ങളുടെ വെബ്സൈറ്റ് സന്ദർശിക്കുക

www.bowelscreening.wales.nhs.uk

അല്ലെങ്കിൽ **0800 294 3370** എന്ന നമ്പറിൽ ഫ്രീഫോൺ ഹെൽപ്പ് ലൈനിലേക്ക് വിളിക്കുക

ഈ ലഘുലേഖ ചുവടെ പറയുന്ന ഭാഷകളിലും ലഭ്യമാണ്: അറബിക്, ബംഗാളി, കാന്റോണീസ് ചൈനീസ്, ഇംഗ്ലീഷ്, ഫ്രഞ്ച്, ജർമ്മൻ, ഇറ്റാലിയൻ, മാൻഡരിൻ ചൈനീസ്, പഞ്ചാബി (ഇന്ത്യൻ), പോളിഷ്, പോർച്ചുഗീസ്, സ്ലൊവാക്, സൊമാലി, സ്പാനിഷ്, ടാഗലോഗ്/ഫിലിപ്പീനോ, ഉർദു, വെൽഷ്.

വെൽഷ് ഭാഷയിലുള്ള എഴുത്തുകളും ഫോൺ കോളുകളും ഞങ്ങൾ സ്വാഗതം ചെയ്യുന്നു. വെൽഷിലുള്ള എഴുത്തുകൾക്ക് ഞങ്ങൾ കാലതാമസം കൂടാതെ മറുപടി അയയ്ക്കുന്നതാണ്.

