

# هل خضعت لفحص سرطان القولون والمستقيم؟

## أشياء يجب معرفتها:

- فحص سرطان القولون والمستقيم يبدأ في سن الـ 50 ولكن مركز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) يوصي الأشخاص الأكثر عُرضة لخطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم البدء بالفحص في سن أصغر.
- يشير "القولوني-المستقيمي" إلى القولون والمستقيم، والذين يشكلوا الأمعاء الغليظة معاً (الأمعاء).
- كثيراً ما يبدأ سرطان القولون والمستقيم بسليلة (زائدة لحمية) تنمو في القولون أو المستقيم وهي لا ينبغي أن تكون هناك.
- يمكن أن تكون الأعراض مثل التغييرات في البراز أو نزيف المستقيم، وآلام المعدة وفقدان الوزن غير المخطط له جميعها إشارات لسرطان القولون والمستقيم.
- كثيراً ما يبدأ سرطان القولون والمستقيم دون أي أعراض على الإطلاق.
- سرطان القولون والمستقيم هو ثاني سرطان قاتل بالولايات المتحدة، ولكن ليس عليه أن يظل كذلك.
- تظهر الدراسات أن الفحص المبكر يمكن أن يساعد في العثور على السرطان في مرحلة مبكرة، وقد يخفض عدد الوفيات من جراء هذا المرض.
- استشر طبيبك فيما إذا كان ينبغي عليك الحصول على فحص ومتى.

## الاكتشاف المُبكر: اختبارات فحص سرطان القولون والمستقيم

### فحص الدم الخفي في البراز (FOBT):

- هذا اختبار تُجرىه في المنزل باستخدام الأداة التي تحصل عليها من الطبيب.
- تضع عينات من البراز على بطاقات الاختبار ثم تُعيد البطاقات إلى طبيبك أو إلى المختبر.
- يكشف هذا الاختبار عن وجود دم خفي في برازك.
- كم عدد مرات إجراء هذا الاختبار؟ مرة كل عام أو على النحو الذي يوصى به طبيبك.

### منظار القولون والمستقيم المرن:

- يتم هذا الاختبار عن طريق استخدام أنبوب مرن وكاميرا لرؤية الجزء الأسفل من القولون والمستقيم للكشف عن وجود أي مشكلات أو أورام أو علامات مبكرة للسرطان.
- كم عدد مرات إجراء هذا الاختبار؟ كل خمس سنوات.

### تنظير القولون:

- يُشبه هذا الاختبار اختبار منظار القولون والمستقيم المرن إلا أنه في هذا الاختبار يُمكن للطبيب رؤية القولون بأكمله. أثناء هذا الاختبار، يستطيع الطبيب اكتشاف واستئصال معظم الأورام وبعض السرطانات.
- كما يُمكن الاستعانة بهذا الاختبار في حالة اكتشاف شيء ما غير طبيعي أثناء إجراء اختبارات الفحص الأخرى.
- كم عدد مرات إجراء هذا الاختبار؟ كل عشر سنوات أو حسبما يوصي الطبيب.



## تنظير القولون: ما يمكن توقعه

- قبل الفحص، ستشرب سائلاً يفرغ الأمعاء الغليظة.
  - ❖ تقوم بالتغوط عدة مرات.
  - ❖ يذكر أغلب الأشخاص أن هذا الاستعداد للفحص هو أسوأ ما بالأمر.
- قد تختبر بعض تهيج الجلد:
  - ❖ ادهن مرهماً على الجلد حول فتحة الشرج قبل شرب السائل.
  - ❖ امسح الجلد بعد كل تغوط باستخدام المناديل المبللة بدلاً من ورق المراحيض.

## خلال الفحص:

- ستُعطى دواءً يجعلك تشعر بالاسترخاء والتعب بعض الشيء.
- تستخدم كمية صغيرة من الهواء لتوسعة القولون حتى يتمكن الطبيب من رؤيته.
- قد تشعر بتقلصات خفيفة يمكن تقليلها عن طريق أخذ أنفاساً عميقة وبطيئة.
- سينظر الطبيب إلى أمعائك من خلال منظار القولون.
- يستمر هذا الفحص لمدة من 30 دقيقة إلى ساعة.

## هل لديك هذا الشعور؟

- ”أنا خائف من الخضوع لفحص تنظير القولون“.
- ”أنا محتشم ولا أحب التحدث عن الأمور الخاصة“.
- ”حياتي مليئة بالأشغال الآن، وليس لدى وقت للخضوع للفحص“.
- ”أعاني من مشكلات صحية أخرى أنا منشغل بها“.
- ”أنا خائف من النتائج“.

إذا كانت أي من البيانات المذكورة أعلاه صحيحة بالنسبة لك، فعليك القيام بدور فَعَالٍ والتحدُّث مع طبيبك حول مخاوفك.

- يمكن أن يعمل طبيبك معك لمعرفة ما هو نوع الفحص الأفضل ومتى تحصل عليه.
- اجعل صحتك أولوية وأثر عليه مبكراً! أوقف هذا السرطان قبل أن يبدأ.