

# آزمون غربالگری سرطان روده NHS

کمک به شما برای تصمیم‌گیری



Farsi

شرکت در آزمون غربالگری سرطان روده به تصمیم خود شما بستگی دارد. هدف از این پروشور کمک به شما برای تصمیم‌گیری است.

## چرا آزمون غربالگری سرطان روده را پیشنهاد می‌کنیم

آزمون غربالگری را با هدف تشخیص زودهنگام سرطان روده در افرادی ارائه می‌دهیم که فاقد نشانه‌های این بیماری هستند. منظور از تشخیص زودهنگام تشخیص بیماری در زمانی است که امکان درمان بیشتر است. همچنین، با کمک آزمون غربالگری می‌توان ابتدا به پولیپ را تشخیص داد. پولیپ نوعی توده سلولی غیر عادی در روده است. پولیپ سرطان نیست، اما می‌تواند با گذشت زمان به سرطان تبدیل شود. پولیپ روده را می‌توان به سادگی رفع کرد، و به این ترتیب، خطر ابتلا به سرطان را کاهش داد.

آزمون‌های غربالگری منظم سرطان روده خطر مرگ بر اثر سرطان روده را کاهش می‌دهد.

## از چه کسانی دعوت می‌کنیم

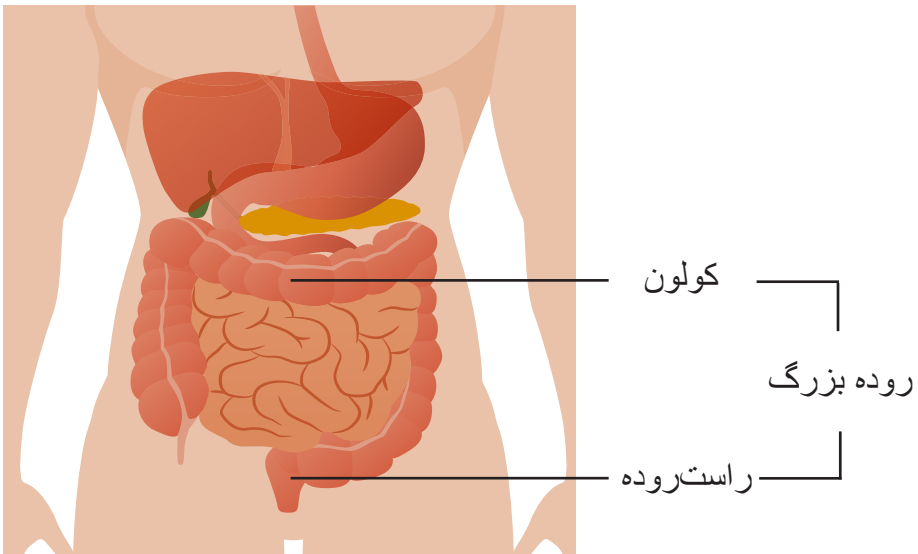
آزمون غربالگری سرطان روده با استفاده از یک کیت آزمایش خانگی را به کلیه شهروندان ۶۰ سال به بالا در انگلستان پیشنهاد می‌کنیم. پزشک عمومی شما اطلاعات تماس‌تان را در اختیار ما قرار می‌دهد؛ بنابراین، لطفاً همیشه دقت کنید که پزشک عمومی نام، تاریخ تولد، و نشانی صحیح شما را در اختیار داشته باشد.

آزمون غربالگری را هر ۲ سال یک بار به افراد ۶۰ تا ۷۴ سال پیشنهاد می‌کنیم. اگر سن شما بیش از ۷۴ سال است، می‌توانید از طریق تماس با خط کمک رایگان ما به شماره ۰۸۰۰ ۷۰۷ ۶۰ ۶۰، هر ۲ سال یک بار برای کیت آزمون غربالگری درخواست بدهید.

ممکن است از شما خواسته شود که در یک پروژه تحقیقاتی («آزمایش بالینی») شرکت کنید. از یافته‌های پروژه‌های تحقیقاتی برای بهبود خدمات آتی NHS در زمینه پیشگیری و درمان سرطان روده استفاده می‌شود. شرکت در پروژه‌های تحقیقاتی به تصمیم خود شما بستگی دارد. تصمیم شما بر برخورداری از آزمون غربالگری هیچ تأثیری نخواهد گذاشت.

## روده چگونه عمل می‌کند

روده بخشی از دستگاه گوارش است. وظیفه آن جذب مواد مغذی و آب از خوراک و تبدیل موارد زاید خوراک به مدفوع است.



کولون و راست‌روده مجموعاً روده بزرگ را تشکیل می‌دهند، و بخشی از دستگاه گوارش هستند

## سرطان روده

سرطان روده به سرطان قولون، سرطان راست‌روده یا سرطان قولون-راست‌روده نیز معروف است. گاهی سلول‌های سازنده روده با سرعتی غیر طبیعی رشد می‌کنند و یک توده سلولی به نام پولیپ را تشکیل می‌دهند (برخی از انواع پولیپ «ادنوم» نامیده می‌شود). پولیپ سرطان روده نیست، اما گاهی می‌تواند بعد از چند سال به سرطان روده تبدیل شود.

## خطرات ابتلا به سرطان روده

هر شخصی، صرف نظر از جنسیت خود، در معرض خطر ابتلا به سرطان روده قرار دارد. عواملی که باعث افزایش خطر ابتلا به این بیماری می‌شود عبارتند از:

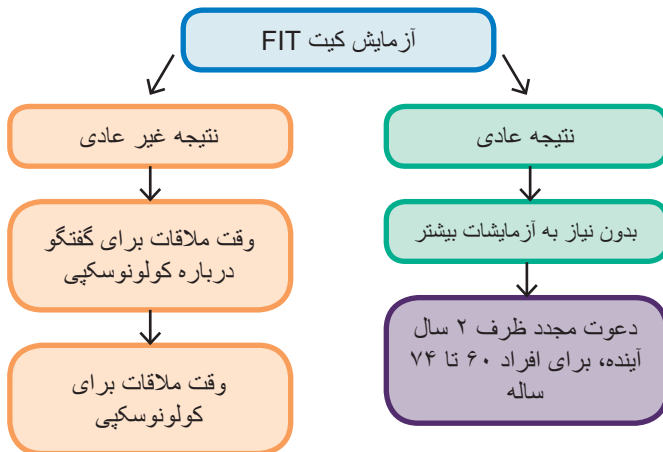
- افزایش سن (از هر ۱۰ نفری که مبتلا به سرطان روده تشخیص داده می‌شوند، ۸ نفر بالای ۶۰ سال سن دارند)
- نداشتن فعالیت‌های بدنی کافی
- اضافه وزن
- رژیم غذایی دارای مقادیر زیاد گوشت قرمز و گوشت فراوری شده و مقادیر کم فیبر، سبزیجات و میوه‌جات
- استعمال دخانیات
- مصرف بیش از حد مشروبات الکلی
- ابتلا به دیابت نوع ۲
- ابتلا به بیماری التهاب روده (کولیت اولسراتیو یا بیماری کرون)
- سابقه خانوادگی ابتلا به سرطان روده

# آزمون غربالگری سرطان روده چگونه عمل می‌کند

یک دعوت‌نامه را به همراه این بروشور برای شما می‌فرستیم. هدف از ارائه اطلاعات مندرج در بروشور کمک به شما جهت تصمیم‌گیری درباره شرکت در آزمون غربالگری است. سپس یک کیت آزمایش ایمنی‌شیمیایی مدفوع، یا به اختصار «کیت FIT»، را برایتان می‌فرستیم. با کمک این کیت، وجود ذرات خون در مدفوع شما (مقادیری که با چشم قابل مشاهده نیست) تشخیص داده می‌شود. علت جستجو برای مشاهده ذرات خون این است که پولیپ و سرطان روده گاهی توأم با خونریزی می‌باشد. مشاهده ذرات خون در مدفوع دال بر ابتلا به سرطان روده نیست، اما نشان می‌دهد که شما به معاینه روده نیاز دارید.

نتیجه کیت FIT اکثر افراد عادی است. این بدان معنا است که در آن زمان به معاینات یا آزمایشات بیشتری نیاز ندارند.

اگر نتیجه کیت FIT غیر عادی باشد، به منزله آن است که در نمونه مدفوع ذرات خون مشاهده شده است. در این صورت، یک وقت ملاقات برای انجام کولونوسکپی پیشنهاد خواهد شد. کولونوسکپی عبارت است از معاینه قسمت‌های داخلی ده (به صفحه ۱۰ رجوع کنید). کولونوسکپی با هدف شناسایی منشأ ذرات خون انجام می‌گیرد.



# خطر ابتلا به سرطان روده را کاهش دهید

آزمون‌های غربالگری سرطان روده خطر مرگ بر اثر سرطان روده را به میزان حداقل ۲۵٪ کاهش می‌دهد.\*

همچنین، می‌توان به روش‌های زیر خطر ابتلا به سرطان روده را کاهش داد:

- فعالیت‌های بدنی منظم
- حفظ وزن مناسب
- خوردن خوراکی‌های سرشار از فیبر، مثل غلات سبوس‌دار و خوراکی‌های غیر فراوری شده
- خوردن مقدار زیادی سبزیجات و میوه‌جات
- کاهش مصرف گوشت قرمز و به ویژه گوشت فراوری شده
- کاهش مصرف مشروبات الکلی
- پرهیز از دخانیات

\*هویتسون پی. و همکاران (۲۰۰۸)، بازنگری نظام‌مند آزمون غربالگری سرطان قولون-راست‌روده با استفاده از آزمایش خون پنهان در مدفوع (hemocult): به‌روزرسانی. نشریه آمریکایی گاستروانترولوژی ۱۰۳(۶): ۱۵۴۱-۹.

## استفاده از کیت FIT

از کیت FIT در منزل خودتان استفاده خواهید کرد. روشی بسیار ساده برای جمع‌آوری نمونه کوچکی از مدفوع است. این کیت یک بطری پلاستیکی کوچک است که قاشقکی داخل درب آن تعبیه شده است. باید با استفاده از این قاشق نمونه مدفوع را بردارید و داخل بطری قرار دهید. به همراه هر کیت، دستورالعمل‌هایی ارائه شده است. بعد از نمونه‌برداری، باید کیت را داخل یک بسته پستی پیش‌پرداخت شده قرار دهید و آن را برای بررسی به آزمایشگاه بفرستید. استفاده از کیت‌ها فقط چند دقیقه طول می‌کشد و روشی آسان برای آزمون غربالگری جهت تشخیص زودهنگام سرطان روده است.

اگر درباره استفاده از کیت شک دارید، لطفاً برای دریافت راهنمایی از طریق شماره ۰۸۰۰ ۷۰۷ ۶۰۶۰ با خط کمک رایگان ما تماس بگیرید. به عنوان مثال، اگر جراحی کرده و یک مجرای مصنوعی (استوما) برای عبور مدفوع از روده در بدن شما تعبیه شده است، شاید لازم باشد با ما تماس بگیرید.

# نتایج آزمون غربالگری سرطان روده

معمولاً ظرف ۲ هفته از تاریخ ارسال نمونه مدفوع، برگه نتایج را دریافت خواهید کرد. نتایج به یکی از این ۲ صورت خواهد بود.

## نتیجه عادی

اکثر افراد (حدود ۹۸ نفر از هر ۱۰۰ نفر) نتیجه‌ای عادی دارند.

**نتیجه عادی تضمین نمی‌کند که شما دچار سرطان روده نیستید یا در آینده هرگز به آن مبتلا نخواهید شد.**

آگاهی از نشانه‌های سرطان روده بسیار مهم است (به صفحه ۱۳ رجوع کنید). دو سال بعد، اگر سن شما کمتر از ۷۵ سال باشد، مجدداً آزمون غربالگری سرطان روده را به شما پیشنهاد خواهیم کرد.

## نتیجه غیر عادی

از هر ۱۰۰ نفری که از کیت FIT استفاده می‌کنند، ۲ نفر نتیجه غیر عادی دارند. این بدان معناست که در نمونه مدفوع آنها خون مشاهده شده است.

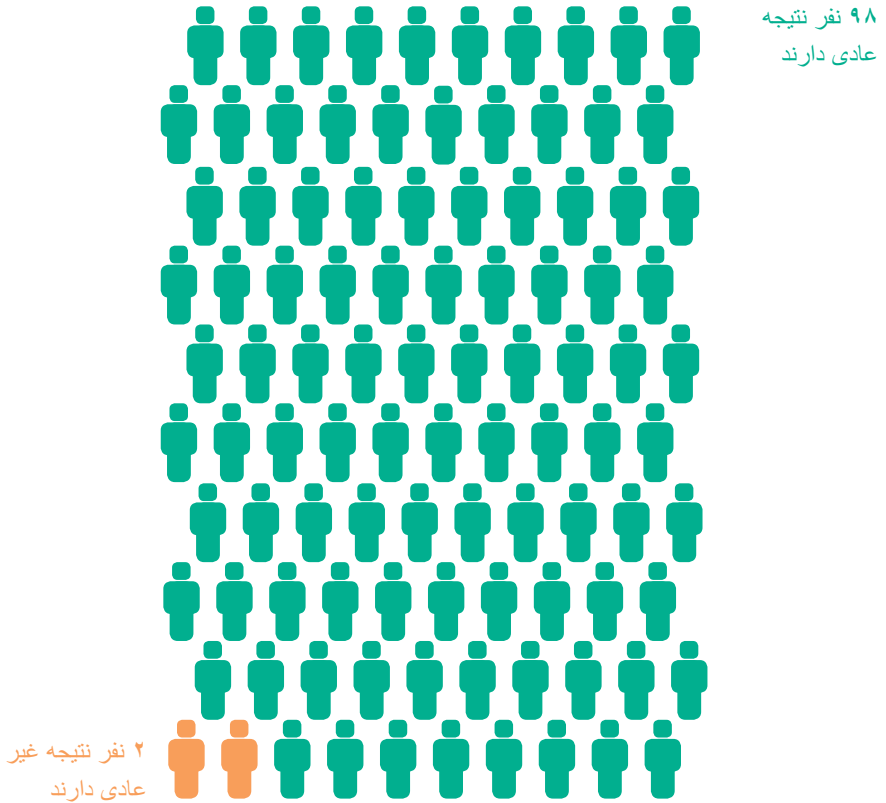
البته مشاهده خون به منزله ابتلای فرد به سرطان نیست، بلکه بدین معناست که باید وقت ملاقاتی برای تعیین گردد تا درباره انجام کولونوسکوپی با وی صحبت شود. مشاهده خون در مدفوع می‌تواند علل مختلفی داشته باشد، از جمله:

- هموروئید (بواسیر)
- پولیپ روده
- سرطان روده

انجام یک معاینه دیگر (معمولاً کولونوسکوپی) به این معناست که می‌توان علت مشاهده خون در مدفوع را تشخیص داد.



به ازای هر ۱۰۰ نفری که نتایج کیت FIT خود را دریافت می‌کنند:



بعد از آزمایش، با نمونه‌ها چه می‌کنیم

به محض بررسی نمونه FIT، نتایج را در یک پایگاه داده‌ای ثبت می‌کنیم و سپس کیت آزمایش و محتویات آن را از بین می‌بریم.

## اگر نتیجه غیر عادی داشته باشید

۱. یک وقت ملاقات را در مرکز غربالگری محلی (معمولاً در یک بیمارستان) به شما پیشنهاد خواهیم کرد. هدف از این وقت ملاقات معاینه دقیق‌تر روده (از طریق کولونوسکپی) است. با کمک کولونوسکپی، می‌توان تشخیص داد آیا مشکلی هست که به درمان نیاز داشته باشد.

یک پزشک متخصص غربالگری (SSP) درباره نتیجه غربالگری با شما صحبت خواهد کرد، و به پرسش‌های شما در این زمینه پاسخ خواهد داد. همچنین، وی در خصوص کولونوسکپی با شما گفتگو و آمادگی شما را برای این رویه بررسی خواهد کرد.

۲. اگر از آمادگی لازم برای کولونوسکپی برخوردار باشید و مایل به انجام آن باشید، وقت ملاقاتی را برای شما هماهنگ خواهیم کرد. اما اگر از آمادگی کافی برای کولونوسکپی برخوردار نباشید، ممکن است رویه‌ای متفاوت مثل توموگرافی کامپیوتری (سی‌تی اسکن) (که بعضاً «کولونوسکپی مجازی» نامیده می‌شود) را به شما پیشنهاد کنیم.

## کولونوسکپی

فقط حدود ۲ نفر از هر ۱۰۰ نفری که آزمایش کیت FIT را انجام می‌دهند به کولونوسکپی نیاز دارند.

از طریق کولونوسکپی، آستر روده بزرگ شما معاینه می‌شود. متخصص کولونوسکپی (معمولاً یک پزشک یا پرستار) لوله‌ای نازک و انعطاف‌پذیر و مجهز به یک دوربین بسیار کوچک (کولونوسکپ) را از طریق مقعد (راست‌رونده) عبور می‌دهد. وی کولونوسکپ را به قسمت‌های مختلف روده بزرگ هدایت می‌کند. در صورت مشاهده پولیپ، معمولاً می‌توان آن را با استفاده از یک حلقه سیمی تعبیه شده در قسمت تحتانی لوله کولونوسکپی بدن هیچ دردی جدا کرد. سپس پولیپ‌ها از حیث داشتن سلول‌های سرطانی بررسی می‌شود.

کولونوسکپی بهترین شیوه برای تشخیص سرطان روده است. برای اکثر افراد، کولونوسکپی هیچ گونه عوارضی ندارد. اما، مثل اغلب رویه‌های پزشکی دیگر، کولونوسکپی ممکن است توأم با عوارضی باشد. این عوارض شامل موارد زیر است:

- سوراخ (پرفراژ) روده بر اثر کولونوسکپ (حدود ۱ نفر در هر ۱۷۰۰ نفر)؛ تقریباً نیمی از افرادی که روده آنها دچار پرفراژ می‌شود برای ترمیم آن به عمل جراحی نیاز دارند
- خونریزی شدید نیازمند تزریق خون (حدود ۱ نفر از هر ۲۴۰۰ نفر)

در موارد نادر، عوارض ناشی از کولونوسکپی ممکن است به مرگ منجر شود. به هر حال، در بررسی که روی ۲۰۰۸۶ مورد کولونوسکپی انجام شده در سال ۲۰۱۱ صورت گرفت، هیچ موردی از مرگ ثبت نشده بود.\*

برای کسب اطلاعات بیشتر، می‌توانید بروشور مربوط به کولونوسکپی را مطالعه کنید (به صفحه ۱۵ رجوع کنید). ما این بروشور را برای کلیه کسانی می‌فرستیم که یک وقت ملاقات SSP به آنها پیشنهاد می‌شود.

به خاطر داشته باشید که اکثر افرادی که کیت FIT خود را تکمیل می‌کنند، به کولونوسکپی نیاز نخواهند داشت.

\* گوین، دی‌آر و همکاران (۲۰۱۳)، بازنگری ملی کولونوسکپی: ارزیابی سراسری کیفیت و ایمنی کولونوسکپی در بریتانیا. Gut ۶۲(۲): ۲۴۲-۲۴۹.

# مزایا و خطرات احتمالی غربالگری سرطان روده

آگاهی از مزایا و خطرات احتمالی به شما کمک خواهد کرد که در خصوص شرکت در غربالگری سرطان روده تصمیم بگیرید.

## مزایا

آزمون غربالگری سرطان روده:

- خطر مرگ بر اثر سرطان روده را به میزان حداقل ۲۵٪ کاهش می‌دهد
- رفع پولیپ‌هایی که طی کولونوسکوپی مشاهده می‌شود را امکان‌پذیر می‌سازد، و به این ترتیب خطر ابتلا به سرطان روده را کاهش می‌دهد
- می‌توان آن را در منزل انجام داد

## خطرات

آزمون غربالگری سرطان روده ممکن است:

- عوارضی را، به عنوان مثال، در حین کولونوسکوپی یا بعد از آن در پی داشته باشد (به صفحه ۱۱ رجوع کنید)
- نتواند علائم ابتلا به سرطان را تشخیص دهد، اگر هنگام استفاده از کیت FIT روده دچار خونریزی نباشد

حتی با وجود شرکت در آزمون غربالگری، لازم است از نشانه‌های سرطان روده مطلع باشید. هیچ آزمایش غربالگری ۱۰۰٪ مؤثر نیست. نتیجه عادی غربالگری تضمین نمی‌کند شما دچار سرطان روده نیستید یا در آینده هرگز به آن مبتلا نخواهید شد.

## نشانه‌های سرطان روده

نشانه‌های سرطان روده شامل موارد زیر است:

- مشاهده خون در مدفوع
- شل بودن مدفوع، تکرر مدفوع، و/یا یبوست
- درد یا توده در ناحیه شکم
- خستگی مفرط و مزمن
- کاهش وزن بدون هیچ دلیل مشخصی

لطفاً به خاطر داشته باشید که این نشانه‌ها الزاماً به منزله ابتلای شما به سرطان روده نیست. اما اگر به مدت ۳ هفته یا بیشتر این نشانه‌ها را داشته باشید، لطفاً با پزشک عمومی خود صحبت کنید. حتی اگر اخیراً غربالگری یا کولونوسکپی انجام داده‌اید و نتیجه آن عادی بوده، باز هم در صورت مشاهده نشانه‌های سرطان روده، باید با پزشک خود مشورت کنید.

آزمون غربالگری سرطان روده آزمایشی برای تشخیص نشانه‌های بیماری نیست.

## درمان سرطان روده

به ندرت پیش می‌آید که فرد مبتلا به سرطان روده تشخیص داده شود. به هر حال، اگر تشخیص داده شود که به سرطان روده مبتلا است، وی را به تیمی از پزشکان معرفی می‌کنیم تا از وی مراقبت کنند.

اگر سلول‌های سرطانی در پولیپی باشد که طی کولونوسکوپی جدا می‌شود، ممکن است تنها مراقبت لازم چک‌آپ‌های منظم باشد.

درمان اصلی برای سرطان روده جراحی است. در برخی موارد، ممکن است متخصصان درمان‌هایی مثل شیمی‌درمانی یا پرتودرمانی را پیشنهاد کنند.

البته همه سرطان‌های روده تشخیص داده شده طی غربالگری قابل درمان نیستند. اما تشخیص سرطان روده در مراحل اولیه بدان معنا است که شانس درمان آن بیش از ۹۰٪ است (تحقیقات سرطان، بریتانیا، ۲۰۱۲. آمار سرطان).

## اطلاعات بیشتر و پشتیبانی

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره آزمون غربالگری سرطان روده، با خط کمک رایگان ما به شماره ۰۸۰۰ ۷۰۷ ۶۰ ۶۰ تماس بگیرید

همچنین، می‌توانید:

- با پزشک عمومی خود مشورت کنید
- از وبسایت [www.nhs.uk/bowel](http://www.nhs.uk/bowel) دیدن کنید
- با رجوع به وبسایت [www.gov.uk](http://www.gov.uk)، عبارت «غربالگری سرطان روده» را جستجو کنید

اگر سن شما بالای ۷۵ سال است و مایل به انجام آزمایش کیت FIT هستید، لطفاً از طریق شماره ۰۸۰۰ ۷۰۷ ۶۰ ۶۰ با خط کمک رایگان ما تماس بگیرید. می‌توانید هر ۲ سال یک بار، برای این آزمایش درخواست بدهید.

برای مطالعه بروشور کولونوسکوپی، از وبسایت زیر دیدن کنید:

[www.gov.uk/government/publications/bowel-cancer-screening-colonoscopy](http://www.gov.uk/government/publications/bowel-cancer-screening-colonoscopy)

اطلاعات ویژه افراد ترانجنسی درباره برنامه‌های غربالگری جمعیت NHS در نشانی زیر موجود است:

[www.gov.uk/government/publications/nhs-population-screening-information-for-transgender-people](http://www.gov.uk/government/publications/nhs-population-screening-information-for-transgender-people)

برای آگاهی از نحوه استفاده و محافظت Public Health England و NHS از اطلاعات شما، به نشانی زیر رجوع کنید: [www.gov.uk/phe/screening-data](http://www.gov.uk/phe/screening-data).

برای خروج از آزمون غربالگری، از نشانی زیر دیدن کنید: [www.gov.uk/phe/screening-opt-out](http://www.gov.uk/phe/screening-opt-out).

به غیر از مواردی که جز این گفته شده، کلیه آمارها برگرفته از Public Health England است.

اطلاعات بیشتر درباره آزمون غربالگری سرطان روده: [www.nhs.uk/bowel](http://www.nhs.uk/bowel)

سفارش دادن این بروشور: [www.gov.uk/phe/screening-leaflets](http://www.gov.uk/phe/screening-leaflets)

تصاویر:

تصویر جلد: [Rawpixel.com/Shutterstock](http://Rawpixel.com/Shutterstock)

صفحه ۳: [metamorworks/Shutterstock](http://metamorworks/Shutterstock)

می‌توانید از این اطلاعات (به استثنای لوگوها) با هر فرمتی به صورت رایگان و با رعایت ضوابط و شرایط مجوز دولتی ۷۳/۰ استفاده کنید. در مواردی که اطلاعات کپی‌رایت اشخاص ثالث ارائه شده است، استفاده از مطالب منوط به اخذ اجازه از صاحبان کپی‌رایت مربوطه است.

شماره مدخل انتشارات PHE: ۲۰۱۸۶۶۵

شماره مرجع بروشور: BCSP۱۴

PN۱۸۹۶۵۸۳

© Crown copyright 2018

چاپ نخست: نوامبر ۲۰۱۸

این نسخه: نوامبر ۲۰۱۸

زمان بازبینی بعدی: نوامبر ۲۰۲۱

