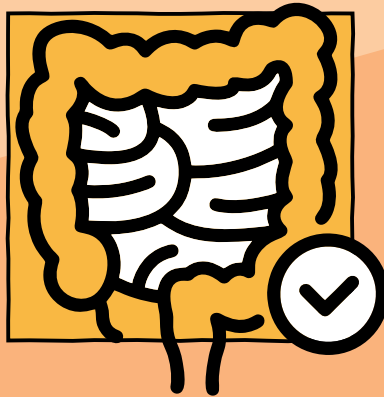


## ኣብ ናይ መዓንጣ መንሸሮ መርመራ ምስታፍ





### እዚ ጽሑፍ እዚ ንመን እዩ?

እዚ ጽሑፍ እዚ ኣብ መላእ ለንደን ዝርከቡ መንበሪ ዘይብሎም ሰባት ኣብ ናይ መዓንጣ መንሽሮ መርመራ ብኸመይ ከም ዝሰተፉ ሓበሬታ ይህብ።

እቲ ሓበሬታ ነቶም መንበሪ ዘይብሎም ሰባት ኣገልግሎት ክንክን ጥዕና ንክረኽቡ ዝድግፉ ወሰንቲ ሰራሕተኛታት ከምኡ ውን/ወይ ኣቕረብቲ ኣገልግሎትን እውን ሓጋዚ ክኸውን ይኽእል።

### ናይ መዓንጣ መንሽሮ መርመራ እንታይ እዩ?

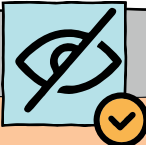
እቲ መርመራ ምልክት ሕማም ንዘይብሎም ሰባት እሞኽኦ ንፍሉይ ጉዳይ ጥዕና ዝደዳ ሓይጋ ክህልዎም ንዝኽእሉ ሰባት ንምልላይ ዝሕግዝ መንገዳ እዩ። NHS ዝተፈላለዩ መርመራታት የቕርብ፣ ንሳቶም ድማ **ብናጻ እዮም**።

ናይ መዓንጣ መንሽሮ መርመራ ናይ ገዛ መሰርሒ መርመራ ይጥቀም፣ እዚ ከኣ ዝኾነ ምልክታት ቅድሚ ምርኣይካ፣ ንሓይ ጸገም ብኣግኡ ከለሊ ዝኽእል **Faecal Immunochemical Test (FIT)** ዝበሃል መሰርሒ እዩ።

ገለ ሰባት ናይ መዓንጣ መንሽሮ ዝበሃል ሕማም ይሓሙ እዮም። እዚ ኣብ ሞት ከብጽሖኻኸእል ከቢድ ሕማም እዩ። ናይ መዓንጣ መንሽሮ መርመራ ምግባር፣ ናይ መዓንጣ መንሽሮ ብኣግኡ እንከሎ ንምርካብ ይሕግዝ።



ናይ መዓንጣ መንሽሮ መርመራ ህይወት የድሕን



ናይ መዓንጣ መንሽሮ መርመራ ብምስጢራውነትን ኣብ ዝደለኻዮ ግዜን ክግበር ይከኣል።



ካብቶም ኣብ ናይ መዓንጣ መንሽሮ መርመራ ዝሰተፉ ሰባት፣ ካብ 100 እቶም 2 ጥራይ እዮም ንተወሳኺ መርመራ ክኸዱ ዘድልዮም።

# ናይ መዓንጣ መንሽሮ መርመራ ንምን እዩ?

ካብ 54-74 ዓመት ንዝዕድሚኦም ሰባት (ኣብ ለንደን) ዝወሃብ እዩ። ካብ 2025 ጀሚሩ ንኹሉ ወዲ 50 ዓመትን ልዕሊኡን ንዝኾነ ሰብ ናይ መዓንጣ መንሽሮ መርመራ ክወሃብ እዩ።

75 ዓመትን ልዕሊኡን እንተኾይንካ፣ ንስኻ ወይ ሓደ ሰብ ኣብ ክንዳኻ (ብፍቓድካ) ብምኸን ኣብ ነፍሲ ወከፍ ክልተ ዓመት ናጻ ናይ መርመራ መሰርሒ ክትሓትት ትኽእል ኢኻ፣ እዚ ከኣ ናብ መደብ ማእከል ናይ መዓንጣ መንሽሮ መርመራ ናጻ ቁጽሪ ተሌፎን ብምድዋል ክትሓትት ትኽእል ኢኻ።

ናይ መርመራ መጻዕብታኻ እንተ ኣምሊጡካ ጸገም ይገብሉን፣ ሕጂ'ውን ናብቲ ናጻ ቁጽሪ ተሌፎን ብምድዋል ክትሰተፍ ክትመርጽ ትኽእል ኢኻ ወይ'ውን ንሓፈሻዊ ሓኪምካ ዳግማይ ናይ FIT መሰርሒ ክእዝዘልካ ክትሓትት ትኽእል ኢኻ።

# ዕድመ

74



50



ናጻ ቁጽሪ ስልኪ  
0800 707 60 60

# ናይ መዓንጣ መንሸሮ መርመራ ብኸመይ ይሰርኡ?

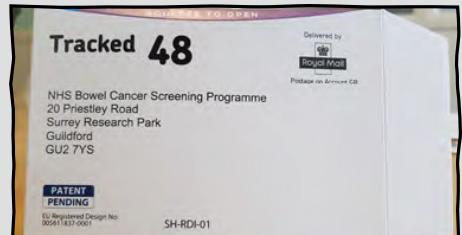
መጀመርታ ናይ ዕድመ ደብዳቤ ይለኣኸካ፣ ድሕሪኡ ድማ ናይ FIT መሳርሕን ናጻ ናይ ፖስታ መዐሽግን ዘለዎ ሳጹን ክለኣኸልካ እዩ።



ነቲ ናይ FIT መሳርሒ ተጠቐምካ ንእሽቶ ናሙና ቀልቀል ኣኪብካ ናብ ቤተ ፈተነ ትሰዱ። በዚ ድማ ንኣሕኑ መጠን ደም እንተሃልይዎ ንምርኣይ ይምርመር።



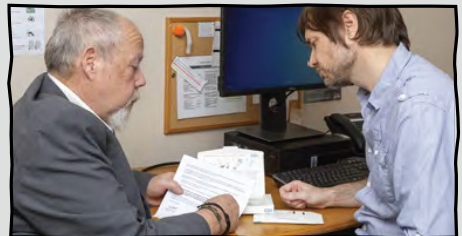
እቲ መርመራ ብናጻ እዩ፣ መሊስካ ነቲ ፖስታ ንምልኣኽ እውን ብናጻ እዩ። እቲ ዝተዛዘመ ናይ መርመራ መስርሒኻ ኣብቲ ዝተዋህበ መዐሽጊ ኣእቲኻ ኣብ ዝኾነ ናይ ፖስታ ሳጹን ምእታው ጥራይ እዩ ዘይልዩካ።



ናብቲ ሓፈሻዊ ናይ መጥባሕቲ ሓኪምካ ዝተመዝገብካሉ ኣድራሻ ኣብ ውሽጢ 14 መዓልታት ውጽኢትካ ዝተሓዘ ደብዳቤ ኣብቲ ፖስታ ክትረክብ ኣለካ።

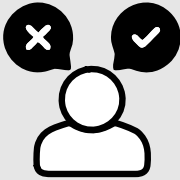


እቲ መርመራ ዘይተለምደ ነገር እንተረኺቡ፣ ተወሳኺ መርመራታት ክትገብር ናብ ሆስፒታል ክትከይድ ክትሕተት ትኽእል ኢኻ።



# ስለምንታይ ከምኡ ክገብር ይግደድ?

ብዛዕባ ሓደ ጸገም ብኣግኡ ምፍላጥ ማለት፣ ሕክምናዊ ፍውሳ ዝያዳ ውጽኢታዊ ንክኸውን ይገብሮ ማለት እዩ።



ናይ ጥዕና ጸገም ከምዘለካ ምፍላጥ ወይ ናይ ጥዕና ጸገም ናይ ምህላው ዕድል ከም ዘለካ ምፍላጥ፣ ብዛዕባ ጥዕናኻ ዝሓሸ ሓበሬታ ዘለዎ ውሳኔታት ክትወስድ ክሕግዘካ ይኸእል።

መርመራ ንምግባርን ንዘይምግባርን ምውሳኔ ናትካ ውልቃዊ ምርጫን ንስኻ ጥራይ ክትገብሮ እትኸእልን እዩ።



ናይ መዓንጣ መንሸቶ መርመራኻ እንተወዲእካ፣ ክሳብ ኣብ ቀጻሊ እትዕደም ወይ'ውን ክሳብ ተወሳኺ መርመራታት ክትገብር እትሕተት፣ ዝኸነ ካልእ ክነገር ትገብር ኣየድልዎካን። ናይ መርመራታት ክትትል እንተድኣ ኣድልዩካ፣ ኣብ ምሉእ እቲ መስርሕ ክትድገፍ ኢኻ።



ዝኸነ መዳይ ናይቲ መርመራ ምስ በዓል ሞያ ጥዕና ክትዘራረብን ንዓኻ ዝምጥን ድዩ ኣይኮነ ክትውስንን ትኸእል ኢኻ።

# አብ ናይ መዓንጣ መንሸሮ መርመራ ብኸመይ ክሳተፍ እኽእል?

መርመራ ንምርካብ ኣብ ሓፈሻዊ ናይ መጥባሕቲ ሓኪም ክትምዝገብ ኣለካ። ነዚ ንምግባር፣ ንስኽ ወይ ሓደ እሙን ሰብ ነቲ ናይ ስድራቤት ሓኪም ኣገልግሎት ምዝገባ ቅጥዒ (GMS1) ኣውራጃካ፣ ነዚ ብኢድካ ክትመልኦን፣ ናብ ሓፈሻዊ ናይ መጥባሕቲ ሓኪም ድማ ከተረክቦ ትኽእል ኢኻ።

<https://www.gov.uk/government/publications/gms1>



## ምዝካር ዘድልዮ ነገር

ኩሉ ሰብ ናይ ጥዕና ክንክን ናይ ምርካብ መሰል ኣለዎ። ኣብቲ ናይ ሓፈሻዊ ሓኪም ንምምዝገብ መለለዪ መንነት ወይ ፍሉጥ ኣድራሻ ኣድልዮኻን እዩ፣ ናይ ኢሚግሬሽን ኩነታትካ ድማ ዘገድስ ኣይኮነን።

እቲ ሓፈሻዊ ሓኪም ናትካ ቅኑዕ ሓበሬታ ክህልዎ ኣገዳሲ እዩ፣ ብፍላይ ድማ ነዞም ዝስዕቡ፡-

- ስምካ
- ዕለተ ልደትካ
- ጾታኻ
- ናይ መራኽቢኻ ዝርዝር ንኣብነት፡- ቁጽሪ ሞባይል ከምኡ ውን ናይ ጥዕና ደብዳቤታትካ ንክለኣኽሉ ዝተሰማማዕካሉ ኣድራሻ፣ ንኣብነት፡- ናይ ክንክን (c/o) ኣድራሻ።



ናይ መርመራ መጻዕባታኻን ናይ መርመራ መሳርሒኻን ናብቲ ነቲ ናይ መጥባሕቲ ሓኪም ዝሃብካዮ ኣድራሻ ክለኣኽ እዩ።



መዘኻኸሪ ዝኸውን መልእኽቲ ጽሑፍ ናብቲ ሓፈሻዊ ናይ መጥባሕት ሓኪምካ ኣብ መዝገብ ዝሓዘ ናይ ሞባይል ቁጽሪ ክለኣኽ እዩ፣ እዚ ድማ ናይ FIT መሳርሒኽ ክትመልእ ንምዝኽኻር እዩ።

ካብዚ ክትወጽእ ምስ እትደለ፣ ናብ መደብ ማእከል ናይ መዓንጣ መንሸቶ መርመራ ብናጻ ቁጽሪ ተሌፎን ብ **0800 707 60 60** ደውል።

# ከመይ ጌረ ናይ መዓንጣ መንሸሮ መርመራ ክገብር ይኽእል?

ምቐት ዝስምዓካ ከምኡ ውን ምቐእ ዝኾነ ናይ ጽሬት መሰላጥያታት ከም ማይ፣ ሳሙናን ወረቐት ሽቓቕን ኣብ ዘለዎ ቦታ ወይ ናይ ስንኩላን ሽቓቕ ክትረክብ ፈትን።

እዚ ከኣ ኣብቲ ናይ ሓፈሻዊ ናይ መጥባባቲ ሓኪም፣ ናይ መዓልቲ መውዓሊ ማእከል፣ ናይ ከባቢኻ ማእከል ማሕበረሰብ ወይ ድማ ኣብቲ ሽቓቕ ዝርከቡሉ ዝኾነ ይኹን ኣገልግሎት ክኸውን ይኽእል።

ርግጾኛ እንተዘይኮይካ፣ ንሓደ ኣባል ሰራሕተኛ፣ ንናይ FIT መሰርሒኻ ንምምላእ ክትጥቀመሉ እትኽእል ናይ ሽቓቕ ቦታ ንምርካብ ክተሓባበረካ ሕተቶ።

ናሙናኻ ንምእካብ ዝሕግዙ ዝተፈላለዩ መንገድታት ኣለዉ፡-

ናይ ሽቓቕ ሰፍቲ ምጥቃም እቲ ዝበለጸ ተበጻሒ ኣገባብ እዩ፣ ይኹን እምበር ሓደ ግዜ ምስ ተጠቀምካሉ ዝድርቦ መትሓዚ እንተረኺብካ ውን ክትጥቀመሉ ትኽእል ኢኻ።



ነቲ መዓሽጊ ንምኽፋት ኣዘዩ ጽንኩር ክኸውን ይኽእል እዩ። ነቲ መዓሽጊ ንምኽፋት ወይ ነቲ ናይ FIT መሰርሒኻ ንምዕሻግ ሓገዝ እንተደለኻ፣ ሓደ ሰብ ክሕግዘካ ሕተት። ናይ ሜላ ጸገማት (ድኹም ናይ ኢድ ክእለት) ንዘለዎም ሰባት ንምድጋፍ መፍትሒ ንምሃብ እቲ ስራሕ ቀጻሊ እዩ። ንዝያዳ ሓበሬታ፣ ንስኻ ወይ እትኣምኖ ሰብ ናብ መደብ ማእከል ናይ መዓንጣ መንሸሮ መርመራ ብናጻ ቁጽሪ ተሌድን ክትድውል ትኽእሉ ኢኹም።



ብተወሰኹ ነቲ መርመራ ብኸመይ ከም ትዘዝሞ ዝገልጽ ሓጺር ቪድዮ ብኢንተርኔት ክትከታተል ትኽእል ኢኻ፤ <https://vimeo.com/showcase/6663813>። ናይቲ ቪድዮ ናይ ጽሑፍ ትርጉም ብእንግሊዝኛ፣ ብዓረብኛ፣ ቤንጋሊ፣ ቻይንኛ (ዝቐለለን ባህላውን)፣ ፋርሲ፣ ጉጃራቲ፣ ፖላንድ፣ ፖርቱጋልኛ፣ ፑንጃቢ ከምኡ ውን ኡርዱ ይርከብ። ብቋንቋ ምልክት ብሪጣንያ እተዳለወ ስሪት እውን ኣሎ።

# ምዝካር ዘድልዮ ነገር

ነቲ መርመራ ዝዘዘምካሉ ዕለት ኣብቲ ናይ  
FIT መሰርሒ ንምጽሓፍ

1



እቲ ናሙና ኣብቲ ናይ ሽቓቕ ማይ  
ከምዘይኣቱ ንምግባር

2



ጫፍ ናይቲ ዕንጻይቲ ኣብ ጎኒ እቲ ቀልቀል  
(ሰገራ) ሰቕስቆ

3



ነቲ መርመራ ምስ ወዳእካን ነቲ መኽዲኒ  
መዕጻዊ ምስ ጠወቕካን ኣእዳውካ ተሓጸብ

4





# ንሽትውስን ሓገዝ ንምርካብ

**ዝሽነ ናይ ምጽራይ መርመራ 100% ዘተኣማምን ኣይኮነን።** ኣብ ናይ መዓንጣ መንሽሮ መርመራ ቅድሚ ምክፋልካ ኣብ ግምት ከተእትዎ ዘለካ ጥቕምን ጉድኣትን ኣሎ።

- ሕንጥብ (ንእሽቶ ዕብዩት) ወይ ናይ መዓንጣ መንሽሮ ሓደ ሓደ ግዜ መርመራ ኣብ ዝግበረሉ እዋን ደም እንተዘይፈሲሱ ዘይክፍለጥ ይኸእል።



- ናይ FIT ውጽኢትካ ተወሳኺ መርመራታት ከምዘድሊ ከመልክት ይኸእል። እዚ ድማ ኮሎኖስኮፒ (ለውጢ ንምርኣይ ዝጠቅም ካሜራ) ከጠቓልል ይኸእል። ኮሎኖስኮፒ ምግባር ወይ ዘይምግባር ናትካ ምርጫ እዩ። ኣብ ሳሕቲ ኣጋጣሚታት ኮሎኖስኮፒ ንመዓንጣ ክጎድእ ይኸእል እዩ፣ እንተኸነ ግን ብሰፊሖ ውሑስ ከም ዝሽነ ይሕሰብ።

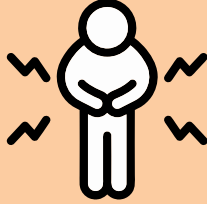
- እቲ ናይ መዓንጣ መንሽሮ ኣብ መንጎ እቲ መርመራታት ክምዕብል ስለ ዝኸእል፣ ናይ መዓንጣ መንሽሮ ምልክታት ምፍላጥ ኣገዳሲ እዩ።

ብዘዕባ ኮሎኖስኮፒ ምግባር ምስ ስድራቤትካ ወይ ቀንዲ ሰራሕተኛ ክትዘራረብ ትኸእል ኢኻ። ምስ ነርስ ወይ ሓኪምካ እውን ክትዘራረብ ትኸእል ኢኻ። ወይ ድማ ናብቲ ናጻ ቁጽሪ ተሌፎን ክትድውል ትኸእል ኢኻ።

**ናጻ ቁጽሪ ስልኪ  
0800 707 60 60**

እዚ መምርሕን እቲ ብማእከል ናይ መዓንጣ መንሽሮ መርመራ ዝለኣኸልካ ዕድሞታትን ነቲ መርመራ ንምግባር ትደልይ ዲኻ ኣይትደልን ንምውሳኑ ዘኸእለካ ሓበሬታ ይህቡኹ - **ናትካ ምርጫ እዩ።**

# ናብ ሓኪምካ ክትከይድ ኣብ ዘለካ እዋን



## ናይ መዓንጣ መንሸሮ ምልክታት ነዞም ዝስዕቡ የጠቓልል፡-

- ኣብ ቀልቀልካ ዝረአዩ ለውጥታት፣ ንኣብነት ቀጢን ልስሎስ ቀልቀል ምህላው፣ ንዓኻ ልሙድ ዘይኮነ ውጽኣት ወይ ድርቀት
- ኣብ እዋን ቀልቀል ምውጋድ ካብቲ ልሙድ ዝኾነ ጊዜ ዝበዝሖ ወይ ዝወሓደ ጊዜ ምድላይ
- ከም ቀይሕ ወይ ጸሊም ዝመስል ደም ኣብ ቀልቀልካ ምህላው
- ብመሃንቱስካ ደም ምውጻእ
- ቃንዛ ከብዲ
- ብዘይ ናትካ ጻዕሪ ክብደትካ ቀልጢፉ ምጉዳል
- ኩሉ ግዜ ድኻም ይስምዓካ፣ እዚ ድማ ንዓኻ ንቡር እንተዘይኮይኑ።

፣ ንጌ ሰሙን ወይ ልዕሊኡ ዝኾነ ናይ መዓንጣ መንሸሮ ምልክታት እንተሃልዩካ፣ ናብ ሓረጃዊ ሓኪም ተወከስ ወይ ምስ እትኣምኖ ሰብ ተዘራረብ።

# ካልኦ ክፈልጦ ዝግበኣኒ ሓበሬታ እንታይ ኣሎ?



- ✓ ስምካ፣ ኣድራሻኻ ወይ ቁጽሪ ተሌፎንካ እንተቐይርካ ነቲ ሓፈሻዊ ናይ መጥባሕቲ ሓኪም ኣፍልጦ።
- ✓ ኣድራሻኻ ከተመሓይሽ ከለኻ፣ ዝርዝር መራኽቢ ናይቲ ቀንዲ ሰራሕተኛኻ ከም ካልኣይ መራኽቢ ክትህብ ትኽእል ኢኻ።
- ✓ ናብ ሓድሽ ቦታ እንተገዛኻ፣ ኣብ ካልኦ ሓፈሻዊ ናይ መጥባሕቲ ሓኪም ክትምዝገብ ትኽእል ኢኻ።
- ✓ ፍሉጥ ኣድራሻ እንተዘይብልካ፣ እቶም መዛግብትኻ ምስ ኣድራሻኻም ምእንቲ ከሕድሶ ንናይ መጥባሕቲ ሓኪምካ ክትሓትት ትኽእል ኢኻ።

ዝኾነ ሕቶታት ወይ ስክፍታታት ምስ ዝህልወካ፣ ብክብረትካ ናብ መደብ ማእከል ናይ መዓንጣ መንሽሮ መርመራ ብናጻ ቁጽሪ ተሌፎን **0800 707 60 60** ደውል ወይ ድማ ንዝእመን ሰብ ክሕግዘካ ሕተት።

[ናይ መዓንጣ መንሽሮ መርመራ ንምግባር ዝሕግዝ ቀሊል መምርሒ ንባብ](#)

[ኮሎኖስኮፒ መርመራ ንምግባር ዝሕግዝ ቀሊል መምርሒ ንባብ](#)

ብዛዕባ ናይ መዓንጣ መንሽሮ መርመራ እዋናዊ ዜናታት፣ ሓቀኛ ዛንታታት ከምኡ ውን መልሲ ናይቶም ልሙዳት ዝኾኑ ሕቶታት ኣብ መርበብ ሓበሬታ [NHS ለንደን ናይ መዓንጣ መንሽሮ መርመራ \(NHS London Bowel Cancer Screening\)](#) ርኽብ።



“ንዓመታት ኣብ ንጡፍ ወልፊ ዝጸንሐ ሰብ ብምዃይ፣ ኣብ ኣካላተይ ዘይዕረ ጉድኣት ከም ዘውረድኩ ተአሚነ። ስለዚ፣ ናይ መዓንጣ መንሽሮ መርመራ መሰርሒ ምስ ተለእክለይ፣ ሕማቕ ዜና ንክይሰምዕ ብምፍራሕ ንኣዋርሕ ሸለል ኢሎ ነይረ። ኣብ መወዳእታ ግን ኣነ ነቲ ስጉምቲ ወሲደዮ እቲ ውጽኢት ድማ ኣዝዩ ቀልጢፏ ተመሊሱለይ... ኣሉታዊ። ካብ’ቲ እዋን’ቲ ጀሚረ ካልኦ መርመራ ወሲደ እዮ ንሱ’ውን ውጽኢቱ ኣሉታዊ ኮይኑ ረኺብዮ። ነቲ መርመራ ንክገብር ትብዓት ስለ ብምርካበይ ኣዝዩ ሕጉስ እዮ፣ ምኽንያቱ ኣብዚ እዋን እዚ ብዛዕባ ሓይ ነገር ምጭናቕ ስለ ዘወገድኩ።”

ክሪስ፣ ወዲ 63 ዓመት – ለምቤት።



## ብዛዕባ ናይ መዓንጣ መንሽሮ መርመራ ዝያዳ ሓበሬታ ንምርካብ ነቲ QR ኮድ ስካን ግበሮ

### አፍልጦ ምሃብ

እዚ ወረቐት ብግራውንድስዌል (Groundswell) ዝተዳለወ ኮይኑ ምስዘም ዝስዕቡ ብምትሕብባር እዩ፡- ማሕበር መንሽሮ ማእከላይ ሰሜን ለንደን (North Central London Cancer Alliance)፣ ናይ RM ተሓባባሪ ዝኾነ ማሕበር መንሽሮ ሰሜናዊ ምዕራብን ደቡባዊ ምዕራብን ለንደን (North West and South West London Cancer Alliance)፣ ማሕበር መንሽሮ ሰሜናዊ ምብራቕ ለንደን (North East London Cancer Alliance)፣ ማሕበር መንሽሮ ደቡባዊ ምብራቕ ለንደን (South East London Cancer Alliance) ከምኡ ውን NHS England (ክልል ለንደን) ናይ መንሽሮ መርመራ ኮሚሽን ንጅሉ።

ዋናነት ስእሊ

ገጽ 4፣7፣8፡ <https://www.gov.uk/government/publications/bowel-cancer-screening-easy-guide>

[www.groundswell.org.uk](http://www.groundswell.org.uk)



@ItsGroundswell

ናይ Groundswell ምዝገብ ገባሪ ሰናይ ቁጽረ 1089987