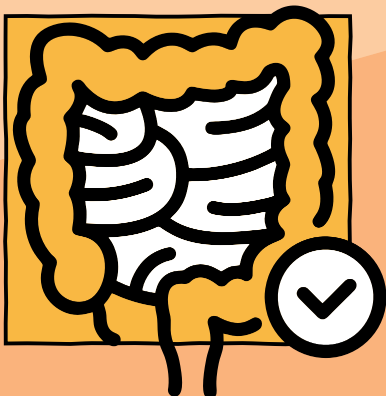
Groundswell
Out of homelessness

NHS

የአንጀት ካንሰር ምርመራ ላይ መሳተፍ



ይህ በራሪ ወረቀት ለማን ነው?

ይህ በራሪ ወረቀት በመላው ለንደን ውስጥ ለሚገኙ የቤት እጦት ላጋጠማቸው ሰዎች የአንጀት ካንሰር ምርመራ ላይ እንዴት እንደሚሳተፉ መረጃ ይሰጣል።

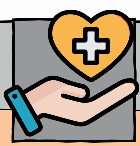
መረጃው ቤት እጦት ያጋጠማቸውን ሰዎች የጤና አጠባበቅ አገልግሎቶችን እንዲያገኙ ለሚረዱ ቁልፍ ሰራተኞች እና/ወይም አገልግሎት አቅራቢዎች ጠቃሚ ሊሆን ይችላል።

የአንጀት ካንሰር ምርመራ ምንድነው?

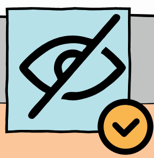
የማጣሪያ ምርመራ ለአንድ የተወሰነ የጤና እክል የመጋለጥ እድላቸው ከፍ ያለ ምልክቶች የሌሉባቸውን ሰዎች የመለየት ዘዴ ነው። NHS የተለያዩ **ነፃ** ምርመራዎችን ያቀርባል።

የአንጀት ካንሰር ምርመራ ምንም አይነት ምልክት ሳይከሰትብዎ በፊት ችግርን አስቀድሞ የሚለይ **Faecal Immunochemical Test (FIT)** የሚባል የቤት ውስጥ መመርመሪያ ኪት ይጠቀማል።

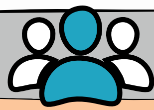
አንዳንድ ሰዎች የአንጀት ካንሰር በሚባል በሽታ ይያዛሉ። ይህ እርስዎ ሊሞቱ የሚችሉበት ከባድ በሽታ ነው። የአንጀት ካንሰር ምርመራ በመጀመሪያ ደረጃ ላይ የአንጀት ካንሰርን ለማግኘት ይረዳል።



የአንጀት ካንሰር ምርመራ ህይወትን ይታደጋል



የአንጀት ካንሰር ምርመራ ግላዊነትን በጠበቀ መልኩ እና በራስዎ ጊዜ ሊከናወን ይችላል።



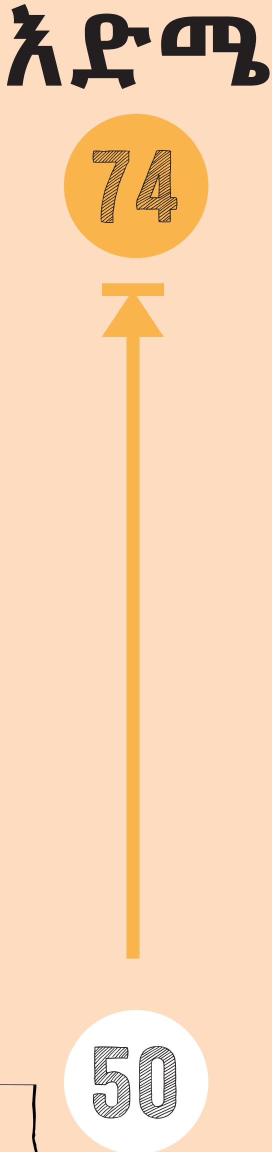
በአንጀት ካንሰር ምርመራ ላይ ከሚሳተፉት ከመቶ 2 ሰዎች ብቻ ተጨማሪ ምርመራ ማድረግ ያስፈልጋቸዋል።

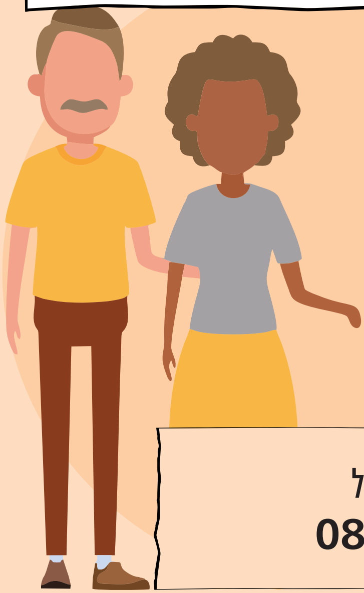
የአንጀት ካንሰር ምርመራ ለማን ነው?

እድሜያቸው ከ54-74 ለሆኑ ሰዎች (በለንደን) ይሰጣል። ከ2025 ጀምሮ የአንጀት ካንሰር ምርመራ ዕድሜያቸው 50 ዓመት እና ከዚያ በላይ ለሆኑ ሰዎች ይሰጣል።

ዕድሜዎ 75 ወይም ከዚያ በላይ ከሆነ፣ እርስዎ ወይም እርስዎን ወክሎ የሆነ ግለሰብ (በእርስዎ ፈቃድ) በየሁለት ዓመቱ የአንጀት ካንሰር ምርመራ ፕሮግራም ማዕከል (Bowel Cancer Screening Programme Hub) ነፃ የስልክ ቁጥር ላይ በመደወል ነጻ መመርመሪያ ኪት መጠየቅ ይችላሉ።

የምርመራ ግብዣዎችዎ ያመለጡዎት ከሆነ ምንም ችግር የለውም፣ አሁንም ወደ ነፃ የስልክ ቁጥር በመደወል ለመሳተፍ መምረጥ ወይም ጠቅላላ ሐኪምዎ የFIT ኪት እንደገና እንዲያዝልዎት መጠየቅ ይችላሉ።





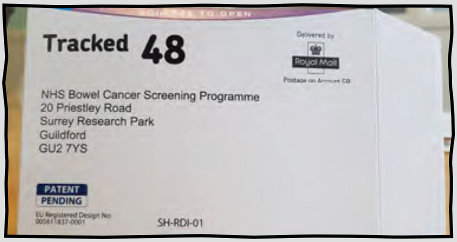
ነፃ የስልክ ቁጥር
0800 707 60 60

የአንጀት ካንሰር ምርመራ እንዴት ይሰራል?

በቅድሚያ የግብዣ ደብዳቤ ከዚያም FIT ኪት እና ነፃ ፖስታ የያዘ ሳጥን ይላክልዎታል።

ትንሽ የሰገራ ናሙና ለመሰብሰብ እና ወደ ላቦራቶሪ ለመላክ የFIT ኪትን ይጠቀማሉ። ይህ አነስተኛ መጠን ያለው ደም መኖሩን ይመረምራል።

ምርመራ ነጻ ሲሆን መልሰ መላክም ነጻ ነው። የተጠናቀቀውን የምርመራ ኪትዎን በተዘጋጀው ማሸጊያ ውስጥ ማስገባትና ወደ ማንኛውም የፖስታ ሳጥን ውስጥ ማስገባት ያስፈልግዎታል።

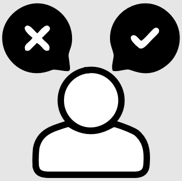


በ14 ቀናት ውስጥ ጠቅላላ ሀኪምዎ ቀዶ ጥገና ጋር ባስመዘገቡት አድራሻ በፖስታ ውስጥ ውጤትዎን የያዘ ደብዳቤ ማግኘት አለብዎት።

ምርመራው ያልተለመደ ነገር ካገኘ፣ ተጨማሪ ምርመራዎችን ለማድረግ ወደ ሆስፒታል እንዲሄዱ ሊጠየቁ ይችላሉ።

ለምንድነው ማድረግ ያለብኝ?

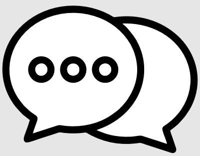
ስለ አንድ እክል ቀደም ብሎ ማወቅ ህክምናው የበለጠ ውጤታማ ይሆናል ማለት ነው።



የጤና እክል ወይም የጤና እክል የመጨመር ዕድል እንዳለብዎት ማወቅ፣ ስለ ጤናዎ የተሻለ በመረጃ ላይ የተመሰረተ ውሳኔ እንዲያደርጉ ይረዳዎታል።

ምርመራ ለማድረግ ወይም ላለማድረግ መወሰን በግል ምርጫ ላይ የተመሰረተ እና እርስዎ ብቻ መወሰን የሚችሉት ነው።

የአንጀት ካንሰር ምርመራዎን ካጠናቀቁ፣ በሚቀጥለው እስኪጋበዙ ድረስ ሌላ ምንም ነገር ማድረግ ላያስፈልግዎ ይችላል ወይም ተጨማሪ ምርመራዎችን እንዲያደርጉ ሊጠየቁ ይችላሉ። የክትትል ምርመራዎችን ከፈለጉ፣ በሂደቱ በሙሉ ይደገፋሉ።



የምርመራውን ማንኛውም ዘርፍ ከጤና ባለሙያ ጋር መወያየት እና ለእርስዎ ትክክል እንደሆነ ወይም እንዳልሆነ መወሰን ይችላሉ።

በአንጀት ካንሰር ምርመራው ላይ እንዴት መሳተፍ እችላለሁ?

ምርመራውን ለማግኘት በጠቅላላ ሐኪም ቀዶ ጥገና ጋር መመዝገብ አለብዎት።
ይህንን ለማድረግ እርስዎ ወይም የሚያምኑት ግለሰብ የቤተሰብ ዶክተር አገልግሎት መመዝገቢያ ቅጽ (GMS1) በማውረድ በእጅ በመሙላት ለጠቅላላ ሐኪም ቀዶ ጥገና ማስገባት ይችላል፡-
https://www.gov.uk/government/publications/gms1

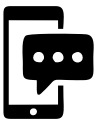
ያስታውሱ

ማንኛውም ሰው የጤና እንክብካቤ አገልግሎት የማግኘት መብት አለው። በጠቅላላ ሐኪም ለመመዝገብ መታወቂያ ወይም ቋሚ አድራሻ የማያስፈልግዎት ሲሆን የስደት ሁኔታዎ ምንም ተፅዕኖ የለውም።

ጠቅላላ ሐኪሙ ለእርስዎ ትክክለኛ መረጃ ማግኘቱ አስፈላጊ ነው፣ በተለይም፡-

- **ስምዎ**
- **የትውልድ ቀንዎ**
- **ፆታዎ**
- **የእውቂያ ዝርዝሮችዎ፣ ለምሳሌ የሞባይል ቁጥር እና የጤና ደብዳቤዎችዎ የሚላኩበት የተስማሙበት አድራሻ፣ ለምሳሌ፣ በምን አድራሻ በኩል እንደሚላክ(c/o)።**

የምርመራ ግብዣዎ እና የመመርመሪያ ኪትዎ ለጠቅላላ ሐኪምዎ ቀዶ ጥገና ወደሚሰጡት አድራሻ ይላካሉ።



የFIT ኪትዎን እንዲያጠናቅቁ ለማስታወስ የጠቅላላ ሐኪምዎ ቀዶ ጥገና በመዝገብ ላይ ወዳለው የሞባይል ቁጥር የጽሑፍ አስታዋሽ ይላካል።

ለመውጣት ከፈለጉ፣ ለአንጀት ካንሰር ምርመራ ፕሮግራም ማዕከል (Bowel Cancer Screening Programme Hub) ነፃ ስልክ ቁጥር ላይ **0800 707 60 60** ይደውሉ።

የአንጀት ካንሰር ምርመራን እንዴት ማጠናቀቅ እችላለሁ?

የበለጠ ምቾት በሚሰማዎት ሰፋ ያለ ቦታ እና እንደ ውሃ፣ ሳሙና እንዲሁም የሽንት ቤት ወረቀት ያሉ ተገቢ የንፅህና መጠበቂያ መገልገያዎች ያሉበት መጸዳጃ ቤት ወይም የአካል ጉዳተኛ መጸዳጃ ቤት ለማግኘት ይሞክሩ።

ይህም በጠቅላላ ሐኪም ቀዶ ጥገና፣ በቀን ማዕከል፣ በአካባቢዎ የሚገኘው የማህበረሰብ ማዕከል ወይም መጸዳጃ ቤት በሚገኝበት ማንኛውም አገልግሎት ላይ ሊሆን ይችላል።

እርግጠኛ ካልሆኑ፣ የFIT ኪትዎን ለማጠናቀቅ ሊጠቀሙበት የሚችሉትን የሽንት ቤት ቦታ ለማወቅ የሰራተኛ አባል ይጠይቁ።

ናሙና የሚሰበስብበት የተለያዩ መንገዶች አሉ፡-

የመጸዳጃ ወረቀት መጠቀሙ በጣም ተደራሽ ዘዴ ነው፣ ሆኖም ሊጣል የሚችል ማጠራቀሚያ ካለዎትም መጠቀም ይቻላል።

ጥቅሉን መክፈት በጣም አስቸጋሪ ሊሆን ይችላል። ጥቅሉን ወይም የFIT ኪትዎን ለመክፈት እርዳታ ከፈለጉ አንድ ሰው እንዲረዳዎት ይጠይቁ። የእጅ እንቅስቃሴ ችግር (ደካማ የእጅ ተግባር) ያለባቸውን ሰዎችን ለመደገፍ መፍትሄ ለመስጠት ስራ በመካሄድ ላይ ነው። ለበለጠ መረጃ፣ እርስዎ ወይም የሚያምኑት ሰው ለአንጀት ካንሰር ምርመራ ፕሮግራም ማዕከል (Bowel Cancer Screening Programme Hub) ነፃ የስልክ ቁጥር መደወል ይችላሉ።

እንዲሁም በኦንላይን ምርመራውን እንዴት ማጠናቀቅ እንደሚቻል አጭር ቪዲዮ ማየት ይችላሉ፡- https://vimeo.com/showcase/6663813። የትርጉም ጽሑፎች በእንግሊዝኛ፣ እንዲሁም ደግሞ በአረብኛ፣ ቤንጋሊ፣ ቻይንኛ (ቀላል እና ባህላዊ)፣ ፋርሲ፣ ጉጃራቲ፣ ፖላንድኛ፣ ፖርቱጋልኛ፣ ፑንጃቢ እና ኡርዱኛ ቋንቋዎች ይገኛሉ። የብሪቲሽ የምልክት ቋንቋ (British Sign Language) ቅጅ አለ።

ያስታውሱ

1

ምርመራውን ያጠናቀቁበትን ቀን በFIT ኪት ላይ ለመፃፍ

2

ናሙናው ወደ መጸዳጃ ቤት ውሃ እንዲገባ አያድርጉ

3

የአንጨቱን ጫፍ ከሠገራው (poo) ጋር ይፈትጉት

4

ምርመራውን ካጠናቀቁ እና ክዳኑን ዘግተው ጠቅ ካደረጉ በኋላ እጅዎን ይታጠቡ

እንዲወስኑ መርዳት

ምንም የመለያ ምርመራ 100% አስተማማኝ አይደለም። በአንጀት ካንሰር ምርመራ ላይ ከመሳተፍዎ በፊት ታሳቢ መደረግ ያለባቸው ጠቀሜታዎች እና ጉዳቶች አሉ።

- ምርመራው በሚወሰድበት ጊዜ ካልደማ ፖሊፕ (ትንሽ እድገት) ወይም የአንጀት ካንሰር አንዳንድ ጊዜ ላይለይ ይችላል።

- የFIT ውጤትዎ ተጨማሪ ምርመራዎች እንደሚያስፈልጉ ሊያመለክት ይችላል። ይህ ኮሎንኮስኮፒን (ለውጦችን ለመፈለግ የሚያገለግል ካሜራ) ሊያካትት ይችላል። ኮሎንኮስኮፒ ማድረግም ሆነ አለማድረግ የእርስዎ ምርጫ ነው። አልፎ አልፎ ኮሎንኮስኮፒ አንጀትን ሊጎዳ የሚችል ቢሆንም በጥቅሉ ደህንነቱ የተጠበቀ ነው ተብሎ ይታሰባል።

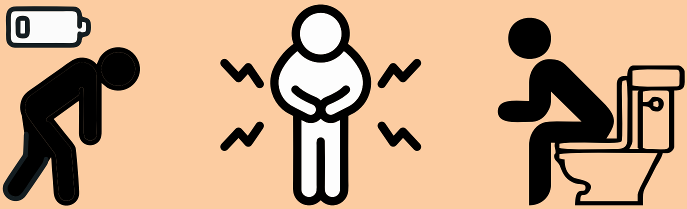
- በምርመራዎች መካከል የአንጀት ካንሰር ሊፈጠር ይችላል፣ ስለዚህ የአንጀት ካንሰር ማሳያዎችን እና ምልክቶችን ማወቅ አስፈላጊ ነው።

የኮሎንኮስኮፒን ስለማድረግ ከቤተሰብዎ ወይም ከቁልፍ ሰራተኛዎ ጋር መነጋገር ይችላሉ። እንዲሁም ነርስዎን ወይም ሐኪምዎን ማነጋገር ይችላሉ። ወይም ደግሞ ወደ ነፃ የስልክ ቁጥር መደወል ይችላሉ።

ነፃ የስልክ ቁጥር
0800 707 60 60

ይህ መመሪያ እና በአንጀት ካንሰር የምርመራ ፕሮግራም የተላኩልዎ ግብዣዎች እርስዎ ለመመርመር መፈለግ ወይም ላለመፈለግ እንዲወስኑ መረጃ ይሰጡዎታል – **የእርስዎ ምርጫ ነው።**

ሐኪምዎን ለማግኘት መቼ መሄድ እንዳብዎት



የአንጀት ካንሰር ምልክቶች የሚከተሉትን ሊያካትቱ ይችላሉ፡-

- በእርስዎ ሰገራ ውስጥ ያሉ ለውጦች፣ ለምሳሌ ለስላሳ ሠገራ፣ ተቅማጥ ወይም ለእርስዎ ያልተለመደ የሆድ ድርቀት
- ከወትሮው በበለጠ ወይም ባነሰ ጊዜ መጸዳዳት መፈለግ
- በሠገራዎ ውስጥ ደም መኖር፣ ይህም ቀይ ወይም ጥቁር ሊመስል ይችላል
- ከፊንጢጣ ደም መፍሰስ
- መቀነስ ሳይሞክሩ በፍጥነት ክብደት መቀነስ
- ሁል ጊዜ ድካም ይሰማዎታል
- ይህም ለእርስዎ የተለመደ ነው

ለ3 ሳምንታት ወይም ከዚያ በላይ የአንጀት ካንሰር ምልክቶች ካጋጠሙዎት፣ ጠቅላላ ሐኪሙን ያማክሩ ወይም የሚያምኑትን ሰው ያነጋግሩ።

ሌላ ምን መረጃ ማወቅ አለብኝ?

- የእርስዎን ስም፣ አድራሻ ወይም ስልክ ቁጥር ከቀየሩ፣ ለጠቅላላ ሐኪም ቀዶ ጥገና ያሳውቁ።
- አድራሻዎን በሚያዘምኑበት ጊዜ፣ የቁልፍ ሰራተኛዎን አድራሻ እንደ ሁለተኛ እውቂያ ማቅረብ ይችላሉ።
- ወደ አዲስ ቦታ ከተዛወሩ፣ ሌላ የጠቅላላ ሐኪም ቀዶ ጥገና ጋር መመዝገብ ይችላሉ።
- ቋሚ የሆነ አድራሻ ከሌለዎት፣ የእርስዎን መዛግብት በአድራሻው እንዲያዘምን የእርስዎን የጠቅላላ ሐኪም ቀዶ ጥገና መጠየቅ ይችላሉ።

ማናቸውም ጥያቄዎች ወይም ስጋቶች ካሉዎት፣ እባክዎ ለአንጀት ካንሰር ምርመራ ፕሮግራም ማዕከል ነፃ የስልክ ቁጥር **0800 707 60 60** ይደውሉ ወይም የታመነ ሰው እንዲረዳዎት ይጠይቁ።

ምርመራ ለማድረግ ቀላል የሚነበብ መመሪያ

ኮሎንኮስኮፒ ስለማድረግ ቀላል የሚነበብ መመሪያ

ስለ አንጀት ካንሰር ምርመራ የቅርብ ጊዜ ዜናዎችን፣ እውነተኛ ታሪኮችን እና በጣም የተለመዱ ጥያቄዎች መልሶችን በNHS London Bowel Cancer Screening ድረ-ገጽ ላይ ያግኙ።

"ለዓመታት በነቃ ሱስ ውስጥ የነበረ ሰው እንደመሆኔ፣ በሰውነቴ ላይ ሊስተካከል የማይችል ጉዳት እንደማደርግ እርግጠኛ ነበርኩ። ስለዚህ፣ የአንጀት ካንሰር መመርመሪያ ኪት ሲላክልኝ፣ መጥፎ ዜና እንዳላውቅ ሰግቼ ለወራት ችላ አልኩት። ውሎ አድሮ ተመረመርኩ፣ እና ውጤቶቹ በጣም በፍጥነት ታወቁ…ኔጌቲቭ። ከዚያ በኋላ ሌላ ምርመራ አድርጌያለሁ ይህም ደግሞ ነጌቲቭ ሆኖ ተመልሶ መጣ። ይህን ለማድረግ ድፍረት በማግኘቴ በጣም ደስተኛ ነኝ፣ ምክንያቱም አሁን የሚያስጨንቀኝ አንድ ነገር ቀንሷል።

ክሪስ፣ 63 ዓመቱ - ላምቤዝ።

ስለ አንጀት ካንሰር ምርመራ ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት የQR ኮድን ስካን ያድርጉ

እውቅናዎች

ይህ በራሪ ወረቀት በGroundswell ከሰሜን ሴንትራል ለንደን የካንሰር አሊያንስ፣ RM Partners North West እና South West London Cancer Alliance፣ North East London Cancer Alliance፣ South East London Cancer Alliance እና NHS ኢንግላንድ (ለንደን አካባቢ) ካንሰር ምርመራ ኮሚሽን ቡድን ጋር በመተባበር የተዘጋጀ ነው።

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

www.groundswell.org.uk
@ItsGroundswell

የGroundswell የበጎ አድራጎት ድርጅት ቁጥር 1089987

በጁላይ 2024 የታተመ / የተገመገመበት ቀን፡- ጁላይ 2025