# તાતકાલિક ધોરણે આંતરડાના ક્લિનિકના રીફરલ્સ માટે દર્દીની માહિતી

## આ માહિતી પત્રક સમજાવે છે કે શા માટે તમારા GP એ તમને તાત્કાલિક ધોરણે હૉસ્પિટલમાં રીફર કર્યા છે અને તમારે શું કરવાની જરૂર છે

**શા માટે મને તાત્કાલિક હૉસ્પિટલમાં રેફર કરવામાં આવેલ છે?**

તમારા GPને લાગે છે કે કેન્સરની સંભાવનાને નકારી કાઢવા માટે તમારા આંતરડાના લક્ષણોને વધુ તપાસની જરૂર છે. તમારી સાથે શું ખોટું છે તે શોધવા માટે તમને ઝડપથી તપાસવામાં આવે એવી અપેક્ષા રાખી શકો છો.

**શું આનો અર્થ એવો થાય છે કે મને આંતરડાનું કેન્સર છે?**

આંતરડાની ઘણી સામાન્ય બિમારીઓ એવી હોય છે જે તમારા લક્ષણો સાથે સંકળાયેલ હોઈ શકે છે, જેમાં કેન્સરની શક્યતાનો સમાવેશ થાય છે. જેમને તાત્કાલિક રેફર કરવામાં આવે છે એવા મોટાભાગના લોકોને કેન્સર હોતું નથી. જા કે, તમારી તાત્કાલિક એપોઇન્ટમેન્ટમાં હાજરી આપવી મહત્વપૂર્ણ છે કારણ કે જો કેન્સરનું નિદાન થાય, તો વહેલું નિદાન સુનિશ્ચિત કરવાથી સારવાર વધુ અસરકારક બનવાની શક્યતા છે.

**કારણ કે આ રેફરલ તાત્કાલિક ધોરણે છે, તમને 4 અઠવાડિયાની અંદર હોસ્પિટલમાં એપોઇન્ટમેન્ટ આપવામાં આવશે, પરંતુ એ વહેલાં પણ હોઈ શકે છે. ઝડપથી નિદાન પ્રાપ્ત કરવા માટે તમારે આગામી ચાર અઠવાડિયામાં વધુ પરીક્ષણો માટે ઉપલબ્ધ રહેવાની જરૂર પડી શકે છે.**

**મારે શું કરવાની જરૂર છે?**

- તમારા GP એ તમને તમારા લક્ષણોની તપાસના ભાગરૂપે 'FIT' (ફેકલ ઇમ્યુનોકેમિકલ ટેસ્ટ) તરીકે ઓળખાતા મળ તપાસ કરવા માટે કહ્યું હોઇ શકે છે. આ પરીક્ષણ મળ (ટટ્ટી)માં લોહીની હાજરી તપાસે છે જ્યાં તે ખૂબ ઓછી માત્રામાં દેખાય છે. પરીક્ષણ પૂર્ણ કરતા પહેલાં તેની સાથેની સૂચનાઓને કાળજીપૂર્વક વાંચો અને તેને શક્ય તેટલી વહેલી તકે તમારા GP ને અભ્યાસ માટે પરત કરો.
- ખાતરી કરો કે તમારા GP પાસે તમારું સાચું સરનામું અને ટેલિફોન નંબર છે જેમાં મોબાઇલ નંબરનો પણ સમાવેશ થાય છે, જો તમારી પાસે મોબાઇલ નંબર હશે, તો હૉસ્પિટલને ટેલિફોન દ્વારા તમારો સંપર્ક કરવાની જરૂર પડી શકે છે.
- જો તમે આગામી ચાર અઠવાડિયાની અંદર એપોઇન્ટમેન્ટમાં હાજર રહેવા અસમર્થ છો, તો કૃપા કરી તમારા GP ને જણાવો.
- જો તમારે કોઈ અનુવાદકની જરૂર હોય, ઍક્સેસની જરૂર હોય, અથવા તમારે કોઈ મહિલા સલાહકારની જરૂર હોય, તો જ્યારે તેઓ તમારો સંપર્ક કરે ત્યારે કૃપા કરી હૉસ્પિટલને જાણ કરો.
- જો તમને 4 અઠવાડિયાની અંદર હૉસ્પિટલ તરફથી એપોઇન્ટમેન્ટ મળી નથી તો કૃપા કરી તમારા GP પ્રેક્ટિસનો સંપર્ક કરો. અથવા, તમને જ્યાં રીફર કરવામાં આવેલ છે એ હૉસ્પિટલ વિશે જો તમે જાણો છો, તો તમે તેમના પેશન્ટ એડવાઇઝ એન્ડ લિયેઝન સર્વિસીસ (PALS) વિભાગનો સંપર્ક કરી શકો છો.
- જો તમને લાગતું હોય કે તમારા લક્ષણો અથવા સ્થિતિ વધુ વણસી રહી છે, તો ચર્ચા કરવા માટે તમે ઝડપથી તમારા GP સર્જરીનો સંપર્ક કરો એ ખૂબ જ મહત્ત્વનું છે.

**મારી એપોઇન્ટમેન્ટમાં શું થશે?**

તમારા લક્ષણોને આધારે તમને નીચેનામાંથી કોઈ એક ઑફર કરવામાં આવશે:

1. નિષ્ણાતને મળવા માટે **બહારના દર્દીઓની રૂબરૂ મુલાકાત**. હૉસ્પિટલ તમારો સંપર્ક કરશે અને ક્લિનિકની મુલાકાત લેવાનો સમય નક્કી કરશે. તૈયાર રહો કે, આ એપોઇન્ટમેન્ટ્સમાં પ્રતીક્ષાના સમય અને તમને કયા પરીક્ષણોની જરૂર છે તેના આધારે થોડો સમય લાગી શકે છે.
2. **તમારા લક્ષણો વિશે વધુ જાણવા અને તમારા માટે શ્રેષ્ઠ પરીક્ષણની સલાહ આપવા માટે ખાસ પ્રશિક્ષિત આંતરડાની નર્સ સાથે ટેલિફોનીક મૂલ્યાંકન અથવા વીડિયો કૉલ. તેઓ તમારા લક્ષણોનું કારણ બની શકે છે તેવું તેમને લાગે છે તે વિશે પણ તેઓ તમારી સાથે વાત કરશે. કૃપા કરી નોંધ લેશો: *જો તમે કૉલ રેકોર્ડ કરવા માંગતા હો અથવા તો તમારા મિત્ર કે પરિવારના કોઈ સભ્યને કોલ પર સામેલ કરવા માગતા હો તો તમારે ચિકિત્સકને જાણ કરવી અનિવાર્ય છે.***
3. કેટલાક કિસ્સાઓમાં, હોસ્પિટલ તમને પહેલા કોઈ મૂલ્યાંકન-તપાસની જરૂર વિના **સીધા પરીક્ષણ માટે મોકલવા** ઓફર કરી શકે છે. જો પરીક્ષણોની યોજના બનાવતી વખતે ધ્યાનમાં લેવા માટે આરોગ્યની અન્ય કોઈ બિમારી ન

હોય તો આવું થઇ શકે છે. તપાસમાં આંતરડાની કેમેરા તપાસ (એન્ડોસ્કોપી) અથવા સીટી સ્કેનનો સમાવેશ થઇ શકે છે. જ્યારે હોસ્પિટલ તમારા પરીક્ષણોની તારીખ સાથે તમારો સંપર્ક કરશે ત્યારે તપાસની વધુ વિગતો આપવામાં આવશે. આ એ તબક્કો છે જેમાં પરીક્ષણોની તૈયારી માટે જો કંઇ કરવાનું થશે તો તમારે શું કરવાની જરૂર છે એ જણાવવામાં આવશે. આ પ્રકારની એપોઇન્ટમેન્ટમાં, તમને ક્લિનિકમાં નિષ્ણાત ટીમ દ્વારા તપાસવામાં આવશે નહીં અથવા નિષ્ણાત નર્સ દ્વારા પ્રથમ મૂલ્યાંકન કરવામાં આવશે નહીં, તેથી કૃપા કરી સૂચનાઓને કાળજીપૂર્વક અનુસરો.

આપણે જાણીએ છીએ કે તમારા આંતરડા વિશે વાત કરવી શરમજનક હોઈ શકે છે, પરંતુ નિષ્ણાત આંતરડાની ટીમના સભ્યો (જેને કોલોરેક્ટલ ટીમ પણ કહેવામાં આવે છે) આ વિષયથી સારી રીતે પરિચિત હોય છે. તમારા લક્ષણોની ચર્ચા કરવા અથવા પ્રશ્નો પૂછવામાં કોઇ શરમ કે સંકોચ ન રાખો. તમે સામાન્ય રીતે તમારા આંતરડા માટે ઉપયોગ કરો છો તે શબ્દોનો ઉપયોગ કરતા ડરશો નહીં જેમ કે "મળ".

તમારા રેફરલના 28 દિવસની અંદર પરીક્ષણોના પરિણામ અંગે તમારો સંપર્ક કરવામાં આવશે. કેટલાક કિસ્સાઓમાં, હોસ્પિટલ તમને ત્યાં અને પછી તેમને શું લાગે છે તે તમને જણાવી શકશે કે તે તમારા લક્ષણોનું કારણ શું છે અને તમને સીધી સારવાર આપશે અથવા સારવાર માટે તમને રીફર કરે છે. જો તમે તમારા પરીક્ષણના થોડા અઠવાડિયામાં પરીક્ષણ વિશે કંઇપણ સાંભળવા ન મળે તો કૃપા કરીને હોસ્પિટલનો સંપર્ક કરો.

તમે સહાય માટે અથવા તબીબી ટીમ તમારી સાથે શું ચર્ચા કરશે તે અંગે ચિંતિત હોવ તો તે સમજવા માટે કોઈ મિત્ર અથવા પરિવારના સભ્યને તમારી સાથે લાવી શકો છો.  મુલાકાતીઓ વિશેના માર્ગદર્શન માટે કૃપા કરી તમારો અપોઈન્ટમેન્ટ પત્ર તપાસો.

## મારે કયા પરીક્ષણની જરૂર છે?

જુદા જુદા પરીક્ષણો અમને તમારા અને તમારા આંતરડા વિશે જુદી જુદી માહિતી આપે છે. આંતરડાની ટીમ દ્વારા ઉપયોગમાં લેવાતા સૌથી સામાન્ય પરીક્ષણો આ મુજબ છે:

- ફ્લેક્સિબલ સિગ્મોઇડોસ્કોપી
- કોલોનોસ્કોપી
- સીટી કોલોનોગ્રાફી
- સીટી સ્કેન
- એમઆરઆઇ સ્કેન
- અલ્ટ્રાસાઉન્ડ સ્કેન

આ પરીક્ષણો આ પત્રિકાની પાછળ આપેલ શબ્દસૂચિમાં વર્ણવવામાં આવ્યા છે. તમને આમાંના એક (અથવા ક્યારેક વધુ) પરીક્ષણો માટે મોકલવા આવે તેવી શક્યતા છે. જે વિભાગમાં પરીક્ષણો હાથ ધરવામાં આવશે તે પછી તમને એપોઇન્ટમેન્ટ લેટર અને પરીક્ષણ વિશે વધુ માહિતી મોકલશે, જેમાં પરીક્ષણના જોખમો અને લાભો અને તમારા આંતરડાને પરીક્ષણ માટે કેવી રીતે તૈયાર કરવું તે અંગેની માહિતીનો સમાવેશ થાય છે.

## જો ભલામણ કરેલ પરીક્ષણો ન કરાવવાનું હું પસંદ કરું તો શું?

તમે તમારા ટેલિફોનીક મૂલ્યાંકન/એપોઇન્ટમેન્ટ વખતે કોલોરેક્ટલ નિષ્ણાત સાથે આ અંગે ચર્ચા કરી શકો છો. જો તમને હજી પણ નથી લાગતું કે તમે પરીક્ષણોમાં આગળ વધવા માંગો છો, તો તમારે તમારા GP સાથે આ અંગે ચર્ચા કરવી જોઈએ.

## તમારી એપોઇન્ટમેન્ટ પહેલાં ઉપયોગી ટિપ્સ

આ એવા પ્રશ્નો છે જે તમને તમારા ટેલિફોનીક મૂલ્યાંકન/એપોઇન્ટમેન્ટના સમયે પૂછી શકાય છે, તેથી જો તમે તમારા જવાબો અગાઉથી તૈયાર કરી શકો તો તે મદદરૂપ થશે.

*તમારા લક્ષણો*

- તમારા આંતરડામાં શું થઇ રહ્યું છે?
- લક્ષણો કેટલા સમયથી ચાલું છે?
- શું તે સતત ચાલું છે અથવા તેઓ આવે અને જાય છે?
- શું તેમાં કોઇ પેટર્ન છે? દા.ત., દિવસના એક જ સમયે, જમ્યા પહેલાં કે પછી વગેરે.

*તમારી જીવનશૈલીમાં પરિવર્તન*

- શું તમે તમારા આહાર અથવા કસરતમાં ફેરફાર કર્યો છે?
- શું તમે તાજેતરમાં તણાવ અનુભવ્યો છે?
- શું તમે તાજેતરમાં વિદેશમાં ગયા છો?
- શું તમારા મિત્રો, કુટુંબીજનો અથવા સહકાર્યકરોને પણ આવી જ સમસ્યાઓ છે?
- શું તમે કોઈ નવી દવાઓ લઈ રહ્યાં છો?

*તમારો તબીબી ઇતિહાસ*

- શું તમને ભૂતકાળમાં આંતરડા અથવા પાચનની કોઈ સમસ્યા હતી?
- શું તમે કોઈ ઓપરેશન કરાવ્યું હતું?
- શું તમે કાર્ડિયાક (હૃદય) સંબંધિત ભૂતકાળનો કોઈ તબીબી ઇતિહાસ ધરાવો છો?
- શું તમે લોહી પાતળું કરવાની કોઈ દવા લો છો?
- શું તમે ડાયાબિટીસના દર્દી છો? જો હા તો, શું તમે ગોળીઓ અથવા ઇન્સ્યુલિન લો છો?

*કૌટુંબિક તબીબી ઇતિહાસ*

- શું તમારા પરિવારના કોઈ સભ્યને કેન્સર, ખાસ કરીને આંતરડાનું કેન્સર હતું?
- શું તમારા પરિવારના કોઈ સભ્યને આંતરડાની બીમારી હતી દા.ત., ક્રોહન રોગ અથવા કોલાઇટિસ?

*તમારા વ્યક્તિગત સંજોગો*

- શું તમે એકલા રહો છો?
- તમે કેટલી હરફર કરો છો / શું તમને આસપાસ જવા માટે મદદની જરૂર પડે છે?
- તમારી આસપાસ કોનો આધાર તમારી પાસે છે?
- શું હાલમાં તમે કામકાજ કરો છો?
- શું સંદેશાવ્યવહાર માટે તમારી કોઈ વિશેષ જરૂરિયાતો છે?
- શું તમને પરિવહનને લગતી કોઈ સમસ્યા છે?

*અંતે, યાદ રાખો*

આંતરડાના લક્ષણો ધરાવતા મોટાભાગના લોકોને કેન્સર **હોતું નથી** , પરંતુ તમારા લક્ષણોની તપાસ કરવામાં આવે એ મહત્વપૂર્ણ છે. તેનું કારણ ઘણી વાર કંઈક નાનું હોય છે, જેમ કે હરસ અથવા વારેવારે પેડુમાં દુ:ખાવો, ઝાડા કે અપચો. જો તમને ખાતરી નથી અથવા તમને જે કંઇ કહેવામાં આવે એ સમજી સમજી શકતા નથી, તો **કૃપા કરી પૂછો.**

**વધુ માહિતી**
**આંતરડાનું કેન્સર યુકે** https://www.bowelcanceruk.org.uk/about-bowel-cancer/diagnosis/visiting-your-gp/
**મેકમિલન કેન્સર સહયોગ** 0808 808 0000
**કેન્સર સંશોધન યુકે** 0808 800 4040

## **શબ્દસૂચિ: જે શબ્દોનો આપણે ઉપયોગ કરીએ છીએ તે સમજાવે છે**

*કોલો* - મોટા આંતરડાને સૂચવે છે (કોલોન તરીકે ઓળખાય છે)
*કોલોનોસ્કોપી* - વળી શકે એવું એક ઝીણું ટેલિસ્કોપ જેમાં તેના છેડે કેમેરા લગાવવામાં આવે છે જે પાછળના ગુદામાર્ગેથી આંતરડામાં દાખલ કરવામાં આવે છે અને સમગ્ર મોટા આંતરડાની તપાસ કરવામાં આવે છે. આ ટેસ્ટના આગલા દિવસે લેવા માટે તમને કેટલાક સ્ટ્રોંગ ક્લિયર આઉટ પાઉડર મોકલવામાં આવશે. આ પરીક્ષણ માટે તમને દર્દશામક ઇન્જેક્શન આપવામાં આવે છે.
*કમ્પ્યુટરાઇઝ્ડ એક્સિયલ ટોમોગ્રામ (સીટી સ્કેન)*- એક ખાસ સ્કેન જ્યાં ડોનટ આકારનું એક્સ-રે મશીન જ્યારે તમે ટેબલ પર સૂતા હો ત્યારે તમારા આડ-છેદ વિભાગના એક્સ-રે ફોટા લે છે. જ્યારે તમે આ ટેસ્ટ માટે આવશો તો તમને ખાસ ડાઇ ઇન્જેક્શન આપવામાં આવશે અને કેટલાક ખાસ વિપરીત પ્રવાહી પીવાનું કહેવામાં આવશે.
*સીટી કોલોનોગ્રાફી* - કેટલીકવાર વર્ચ્યુઅલ કોલોનોસ્કોપી પણ કહેવામાં આવે છે. આ એક ખાસ સીટી સ્કેન છે જે સીટી સ્કેનરનો ઉપયોગ કરીને પરિક્ષણના આગલા દિવસે ડાઇ ડ્રિંક અથવા ક્યારેક સ્ટ્રોંગ ક્લિયર પાવડર સાથે કોલોન અને ગુદામાર્ગની અંદરના ભાગની ખૂબ જ વિગતવાર તસવીરો તૈયાર કરે છે.
*ફ્લેક્સિબલ સિગ્મોઇડોસ્કોપી* - વળી શકે એવું એક ઝીણું ટેલિસ્કોપ જેમાં છેડે કેમેરા હોય છે જે પાછળના પેસેજ દ્વારા આંતરડામાં દાખલ કરવામાં આવે છે અને મોટા આંતરડાના નીચેના ભાગની તપાસ કરવામાં આવે છે. આ પરીક્ષણના એક દિવસ પહેલાં લેવા માટે તમને પેટ સાફ કરવા માટે અમુક ગોળીઓ મોકલવામાં આવશે.
*મેગ્નેટિક રેઝોનન્સ ઇમેજિંગ (એમઆરઆઇ સ્કેન)* - આમાં જ્યારે તમારી વિગતવાર એક્સ-રે ઇમેજ લેવામાં આવે છે ત્યારે ખુલ્લા અંતવાળા ધાતુના નળાકારમાં સૂઇ રહેવાનો સમાવેશ થાય છે.
*પ્રોક્ટોસ્કોપી* - નાના પ્લાસ્ટિક ટેલિસ્કોપ વડે પાછળના માર્ગ (ગુદા અને ગુદામાર્ગ)ની તપાસ.
*મળાશય* - ગુદામાર્ગનો સંદર્ભ આપે છે (પાછળના માર્ગની નજીક મોટા આંતરડાનો સૌથી નીચલો ભાગ).
*અલ્ટ્રાસાઉન્ડ સ્કેન* - એક સ્કેન જે તમારા અંદરના ભાગને તપાસવા માટે ધ્વનિ તરંગોનો ઉપયોગ કરે છે. આ એક પ્રકારના સ્કેન જેવું છે જે સગર્ભાવસ્થામાં સ્ત્રીઓ પર કરવામાં આવે છે.

આ પત્રિકા લંડનના પેશન્ટ ગ્રુપ અને ટ્રાન્સફોર્મિંગ કેન્સર સર્વિસીસ ટીમ ફોર લંડન દ્વારા અપડેટ કરવામાં આવી હતી.

**તમારી તપાસ અને પરિણામો માટે અંદાજિત સમયમર્યાદા નીચે આપવામાં આવી છે, પરંતુ જો તમારા લક્ષણો જટિલ હોય અથવા તમારે એકથી વધુ પરીક્ષણોની જરૂર હોય તો તે લાંબી હોઈ શકે છે.**

**રેફરલની શરૂઆત**

મળ ટેસ્ટ (FIT ટેસ્ટ)

**પરીક્ષણો**

તમારા લક્ષણોનું કારણ નક્કી કરવામાં તમારા તબીબને મદદ કરવા માટે GP તમને રીફર કરે એ પહેલાં તમને મળનું પરીક્ષણ કરવાનું કહેવામાં આવી શકે છે

**હૉસ્પિટલની એપોઇન્ટમેન્ટ**
**14 દિવસ**

**GP રેફરલ**

તમારા લક્ષણોને આધારે, તમારા GP તમને નિષ્ણાતને મળવા માટે હોસ્પિટલને રીફર કરી શકે છે, અથવા પ્રશિક્ષિત આંતરડાની નર્સ સાથે વીડીયો અથવા ટેલિફોન કોલની વ્યવસ્થા કરી શકે છે, અથવા વધુ તપાસ અર્થે તમને સીધા પરીક્ષણ માટે મોકલી શકે છે.

**વધુ તપાસ**

વધુ તપાસ સિગ્મોઇડોસ્કોપી, કોલોનોસ્કોપી, સીટી સ્કેન વગેરે હોઇ શકે છે

નિષ્ણાતને તમારા લક્ષણોનું કારણ નક્કી કરવામાં મદદરૂપ થવા માટે તમારે વધુ પરીક્ષણોની જરૂર પડી શકે છે. કૃપા કરીને આ એપોઇન્ટમેન્ટનો અગ્રતા ક્રમ નક્કી કરો

**હૉસ્પિટલની એપોઇન્ટમેન્ટ**

તમારી એપોઇન્ટમેન્ટ નિષ્ણાત સાથે તમારા લક્ષણો અને પરિણામોની ચર્ચા કરવા માટે હશે. તમે તમારા પરિવારના કોઇ સભ્ય અથવા મિત્રને સાથે લાવી શકો છો

જો તમને નિષ્ણાત સાથે તાત્કાલિક એપોઇન્ટમેન્ટ માટે હોસ્પિટલમાં રીફર કરવામાં આવ્યા હોય, તો કૃપા કરી આ એપોઇન્ટમેન્ટને પ્રાથમિકતા આપો.

**કેન્સરનું નિદાન થવું અથવા કેન્સર ન હોવું**
**28 દિવસ**

**પરિણામો**

તમારા રેફરલના 28 દિવસની અંદર પરીક્ષણોના પરિણામ અંગે તમારો સંપર્ક કરવામાં આવશે, પરંતુ તમને તે દિવસે તમારા પરીક્ષણોનું પરિણામ જણાવવામાં આવી શકે છે.

**કેન્સર ન હોવાનું જણાય**

તમારા નિષ્ણાત તમને જણાવવા માટે લખશે કે કેન્સરને નકારી કાઢવામાં આવ્યું છે અને આગળ શું થશે.

તમને હજી પણ એવા લક્ષણો હોઇ શકે છે જેની તપાસ કરવાની જરૂર છે અને જો તે ચાલુ રહે અથવા વધુ ગંભીર બને તો તમારે તમારા GP નો સંપર્ક કરવો જોઇએ

**સારવારનો નિર્ણય**
**31 દિવસ**

**પ્રથમ સારવાર**
**62 દિવસ**

**કેન્સરનું નિદાન થાય**

તમારા નિષ્ણાત તમારો સંપર્ક કરીને તમને જણાવશે કે કેન્સરનું નિદાન થયું છે અને તેઓ તમારી સાથે સારવાર અંગે ચર્ચા કરશે

તમારી કેન્સર કેર ટીમ અને તમારા GP બંને તમારા પ્રશ્નોના જવાબ આપશે કે શું અપેક્ષા રાખવી અને તમે સારવાર શરૂ કરો ત્યારે તમને ક્યાં વધુ સહાય મળી શકે છે