

Macluumaadka bukaanka ee loogu talagalay gudbinta takhaatiirta degdega ah ee caloosha

Xaashidan macluumaadka waxay sharxaysaa sababta GP kuugu soo gudbiyay isbitaalka iyo waxaad u baahan tahay inaad samayso

Maxaa si deg-deg ah la iigu soo gudbiyay cisbitaalka?

GP wuxuu dareemayaa in calaamadaha mindhicirku ay u baahan yihiin baadhitaan dheeraad ah si meesha looga saaro suurtagalnimada kansarka. Waxaad filan kartaa in si degdeg ah lagu arko si loo helo waxa kaa qaldan.

Tan macnaheedu ma waxaan leeyahay kansarka mindhicirka?

Waxaa jira xaalado badan oo mindhicirka caadiga ah oo calaamadahaaga lala xiriiro karo, oo ay ku jiraan suurtagalnimada kansar. Inta badan dadka qabo gudbin degdeg ah ma qabaan kansar. Si kastaba ha ahaatee, waa muhiim inaad ballantaada degdega ah ka qeyb gasho, sababtoo ah haddii kansarka laga helo, in la hubiyo in ogaanshaha la sameeyo waqti hore waxay ka dhigantahay in daaweyntu ay u badantahay inay waxtar badan tahay.

Sababtoo ah gudbintaani waa mid degdeg ah, waxaa ballan laga siinayaa isbitaalka 4 isbuuc gudahood, laakiin waxaa laga yaabaa inay hore u dhacdo. Waxaa laga yaabaa inaad u baahato inaad tijaabo dheeri ah hesho afarta toddobaad ee soo socda.

Maxaa la iiga baahan yahay inaan qabto?

- GP waxaa laga yaabaa inuu ku weydiisto in aad samayso baaritaanka saxaro oo lagu magacaabo 'FIT' (Faecal Immunochemical Test), taas oo qayb ka ah baaritaanka calaamadahaaga. Baadhitaankani wuxuu eegayaa joogitaanka dhiigga ee saxarada (saxaro) halkaasoo uu ku jiro xaddi aad u yar oo la arki karo. Si taxaddar leh u akhri tilmaamaha la socda ka hor intaadan dhammaystirin imtixaanka, oo tan ku soo celi rugta GP sida ugu dhakhsaha badan.
- Hubaal ka dhig in GP uu liiyahay cinwaankaaga saxda ah iyo taleefan lambarka oo uu ku jiro lambarka moobilka hadii aad mid leedahay maadaama oo laga yaabo in cisbitaalku u baahdo in uu taleefan ahaan kuugula soo xidhiidho.
- Hadii aanad awoodin inaad timaado balamaha afarta usbuuc ee soo socda, fadlan u sheeg GP.
- Haddii aad u baahan tahay turjumaan, aad leedahay baahiyo, ama aad rabto lataliye dumar ah, fadlan u sheeg cisbitaalka marka ay kula soo xiriiraan.
- Hadii aanad balan ka helin cisbitaalka 4 usbuuc gudahood, fadlan la xidhiidh GP. Hadii kale, hadii aad garanayso cisbitaalka lagu soo gudbiyay, waxaad la xidhiidhi kartaa [waaxdooda La-talinta Bukaanka iyo Adeegyada Xidhiidhka \(PALS\)](#).
- Haddii aad dareento in calaamadahaaga ama xaaladdaadu ay ka sii darayso, markaa aad bay muhiim u tahay inaad si dhakhso ah ula xidhiidho GP si aad ugala hadasho.

Maxaa dhici doona ballantayda?

Iyadoo ku xiran calaamadahaaga waxaa lagu siin doonaa mid ka mid ah kuwan soo socda:

- Ballan bukaan-socod oo fool-ka-fool** ah si aad u aragto takhasusle. Cisbitaalka ayaa kula soo xidhiidhi doona oo ku heshiin doona ballan aad ku tagayso rugta caafimaadka. U diyaargaraw in balamahan ay qaadan karaan saacado koobaan iyadoo ay ku xidhan tahay wakhtiyada sugitaanka iyo baadhitaanada aad u baahantahay.
- Qiimaynta taleefoonka ama wacitaanka fiidyowg** ee kalkaalisada mindhicirka si gaar ah u tababaran si aad wax badan uga ogaato calaamadahaaga oo ay kuugula taliso baaritaanka ugu

fiican adiga. Waxay sidoo kale kaala hadli doonaan waxay u maleynayaan inay keeni karaan calaamadahaaga. **Fadlan Ogsoonow:** *waa in aad ogeysiisaa dhakhtarka caafimaad haddii aad dooneysid in aad duubo wicitaanada ama aad telefoonka ku darto saaxiib ama xubin qoyskaaga ka mid ah.*

3. Xaaladaha qaarkood, cusbitaalku waxa laga yaabaa **inuu ku siiyo inuu si toos ah kuugu soo diro baadhi** siyada oo aan marka hore qiimayn loo baahnayn. Tani waxay noqon kartaa haddii aysan jirin xaalado kale oo caafimaad oo tixgelin kara marka la qorsheynayo baaritaanada. Baaritaanka waxaa laga yaabaa in lagu sameeyo baaritaanka kamaraduhu ku sameeyo xiidmaha (endoscopy) ama kan CT. Faahfaahin dheeri ah oo baarista waxaad ka heleysaa marka isbitaalku kula soo xiriiro taariikhda lagu sameynayo baaritaanka. Marxaladdan ayaa lagugu wargelin doonaa waxaad u baahan tahay inaad samayso, haddii ay jiraan, si aad isugu diyaariso imtixaanka. Ballanta noocan oo kale ah, kooxda takhasuska leh kama arki doontid kilinikada ama kama arki doontid kalkaalisada caafimaadka gaarka ah marka hore, sidaas darteed marka hore si taxadar leh u raac talooyinka.

Waan ognahay in ka hadalka mindhicirkaagu ay noqon karto wax laga xishoodo laakiin xubnaha kooxda saxarada takhasuska leh (oo sidoo kale loo yaqaan Kooxda Colorectal) ayaa aad u isticmaala mawduucan. Isku day inaad ka xishoon ama aadan ku faraxsanayn inaad ka hadasho calaamadahaaga ama inaad waydiiso su'aalo. Ha ka baqin inaad isticmaasho ereyada aad caadi ahaan u isticmaasho mindhicirkaaga sida "saaxaro".

Waxa lagugula soo xidhiidhi doonaa natijada imtixaanadaada 28 maalmood gudahooda ee gudbintaada. Xaaladaha qaarkood, isbitaalku wuxuu awoodi doonaa inuu kuu sheego halkaas ka dibna waxay u maleynayaan inay keeneen calaamadahaaga waxayna ku siinayaan daaweyn isla markaaba ama kuu diri doona daaweyn. Fadlan la xidhiidh cisbitaalka haddii aanad waxba ku maqal dhawr toddobaad gudahooda ee baaritaankaaga.

Haddii aad rabto inaad keento saaxiib ama qoyskaaga ah kula soo gasho ballamaha, maadaama ay ku caawin karto taageerada ama haddii aad ka walaacsan tahay inaad fahamto waxa kooxda caafimaadku ay kaala hadli doonaan. Fadlan hubi warqadda ballanta ee uu kaga talobixinayo booqashada.

Baaritaanke ayay u badan tahay inaan u baahdo?

Tijaabooyin kala duwan ayaa na siiya macluumaad kala duwan oo adiga iyo calooshaada ku saabsan. Baaritaanada ugu badan ee kooxda mindhicirku adeegsato waa:

- Sigmoidoscopy dabacsan
- Colonoscopy
- CT Colonography
- Iskaanka CT
- Iskaanka MRI
- Sawirka Ultrasound

Tijaabooyinkan waxa lagu sharaxay qaamuuska xagga dambe ee warqaddan. Waxay u badan tahay in lagu soo diro hal (ama mararka qaarkood in ka badan) imtixaanadan. Qaybta baaritaanada lagu sameeyo ayaa markaa kadib kuu soo diraysa warqadda ballanta iyo wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan baaritaanka oo ay ku jiraan halista iyo faa'iidada tijaabadu leedahay iyo macluumaad ku saabsan sida loo diyaarin karo xiidmahaaga baaritaanka.

Ka waran hadaan doorto inaan sameynin baaritaanada lagula taliyey?

Tani waxaad kala hadli kartaa Takhasuslaha Colorectal marka aad qiimaynta telefoonkaaga/ ballantaada tahay. Haddi aanad wali dareemayn inaad doonayso inaad sii wadato imtixaanada waa inaad tan kala hadashaa GP.

Talooyin waxtar leh ka hor ballantaada

Waa kuwan su'aalaha laga yaabo in lagu waydiiyo telefoonka aqoonsiga/ballan, sidaas darteed kuu noqonaysaa mid caawinaysa haddii aad horay ugu dhigi karto jawaabaha.

Calaamadahaaga

- Maxaa ku dhacay mindhicirkaaga?
- Intee in le'eg ayay calaamaduhu socdeen?
- Ma sii socdaan mise way yimaadaan oo tagaan?
- qaab ma jiraa? Tusaale ahaan, isla wakhtiga maalinta, kahor ama kadib cuntada iwm.

Isbeddelka hab nololeedka

- Miyaad beddeshay cuntadaada ama jimicsigaaga?
- Dhawaan ma dareemay walaac?
- beryahan dambe ma dibaddaad joogtay?
- Saaxiibadaa, qoyskaaga ama asxaabtaada ma la kulmeen dhibaatooyin la mid ah?
- Ma isticmalaysaa wax daawo ah oo cusub?

Taariikhdaada caafimaad

- Wax xiidmaha ama dheefshiidka wax dhibaato ah ma ku qabteen xilliyadii hore?
- Wax qalliin ah ma ku samaysay?
- Ma qabtaa wax wadnaha ah (wadnaha) taariikh caafimaad oo hore?
- Ma qaadataa wax daawooyin dhiiga khafiifiya?
- Ma tahay qof macaan qabta? Hadday haa tahay, ma qaadataa kaniiniyo ama insuliin?

Taariikhda caafimaadka qoyska

- Ma jiraa qof qoyskaaga ka mid ah oo qabay kansar, gaar ahaan kansarka mindhicirka?
- Mid ka mid ah qoyskaaga miyuu ku dhacay xanuunka mindhicirka tusaale, cudurka Crohn ama colitis?

Duruufahaaga qaarka ah

- Kaliga ma nooshahay?
- Intee in le'eg ayaad tahay ee lagu heli karo / ma u baahan tahay caawimaad si aad u hesho?
- Waa maxay caawimada aad ka haysato hareerahaaga?
- Hadda ma shaqeysaa?
- Ma qabtaa baahiyo isgaarsiineed oo gaar ah?
- Ma haysataa wax arrimo gaadiidka ah?

Ugu dambayntii, xusuusnow

Inta badan dadka leh calaamadaha mindhicirka **ma qabaan** kansar laakiin waa muhiim in calaamadahaaga la baaro. Sababta badanaa waa wax yar, sida xuubka ama cilladda mindhicirka xanaaqa.

Haddii aadan hubin ama aadan fahmin wax lagu sheego, **FADLAN WEYDII.**

Faahfaahin dheeri ah

Kansarka mindhicirka UK <https://www.bowelcanceruk.org.uk/about-bowel-cancer/diagnosis/visiting-your-gp/>

Taageerada Kansarka Macmillan 0808 808 0000

Cilmi-baarista Kansarka UK 0808 800 4040

Eraybixin: sharaxaadda ereyada aan isticmaalno

Colo - waxaa loola jeedaa mindhicirka weyn (oo loo yaqaan xiidanka)

Colonoscopy - telescope dabacsan oo khafii ah oo leh kamarad ku taal dhammaadka taas oo la galiyo mindhicirka iyada oo la adeegsanayo marinka dhabarka iyo dhammaan mindhicirka weyn ayaa la baarayaa. Waxaa lagu soo diri doonaa xoogaa budo saafi ah oo xoog leh si aad u qaadato maalinta ka horeysa baaritaankan. Waxa lagugu muday cirbad dajineed baadhistan.

Computerized Axial Tomogram (CT scan) - sawir gaar ah oo mashiinka raajada ee donut-ka u qaabaysan uu kaa qaado sawiro raajada oo qaybo ah markaad miis ku jiipto. Waxaa lagu siin doonaa cirbad dheer oo qaas ah waxaana lagu waydiinayaa in aad cabto dheecaan gaar marka aad u timaado baaritaankan.

CT Colonography - marmarka qaarkood waxaa loo yaqaannaa walamadka casriga ah. Kani waa CT-ga oo si gaar ah loo isticmaalo sawirada loo adeegsado CT scanner si uu u soo saaro sawiro aad u faahfaahsan oo ku saabsan gudaha xuubka dhunjiska iyo malaxda oo dabasocda cabitaanka dheexda ama marmarka qaarkood iyadoo si cad loogu nadiifiyay budada maalin ka hor baaritaanka.

Flexible Sigmoidoscopy - telescope dabacsan oo khafiiri ah oo leh kamarad ku taala dhammaadka taas oo la galiyo mindhicirka iyada oo loo marayo marinka gadaal iyo hoose ee xiidmaha waaweyn ayaa la baarayaa. lagu diri doonaa qaar ka mid ah kiniiniga cad si ay u qaataan maalinta ka horraysa imtixaanka this.

Resonance Imaging Magnetic (MRI scan) - tani waxay ku lug leedahay jilicsan dhululubo biro furan halka sawirada raajada ah ee faahfaahsan lagaa qaadayo.

Proctoscopy - Baaritaanka marinka dambe (dabada iyo malawadka) oo leh telescope yar oo caag ah.

Malawadka - waxa loola jeedaa malawadka (qaybta ugu hoosaysa ee mindhicirka weyn ee u dhow marinka dambe).

Ultrasound scan - baaritaan isticmaalaya mawjadaha dhawaaqa si uu u baaro gudahaaga. Tani waxay u eg tahay nooca sawirka ay haweenku uurka ku leeyihiin.

Warqadan waxa cusboonaysiiyay Kooxda Bukaanka London iyo Kooxda Adeegyada Kansarka ee London.

Jadwal qiyaas ah oo loogu tala galay baadhitaanadaada iyo natiijooyinka ayaa hoos lagu qoray laakiin way ka badan karaan hadii calaamadahaagu ay yihiin kuwo adag ama aad u baahan tahay baadhitaano badan.

