

பெருங்குடற் புற்று நோயைப் பற்றி நீர் அறிய வேண்டியது

பெருங்குடற் புற்று நோய் என்றால் என்ன?

பெருங்குடற் புற்று நோய் என்பது பெருங்குடலின் (சமிபாட்டுத் தொகுதியின் கீழ்ப் பகுதியின்) அல்லது நேர்குடலின் (பெருங்குடலின் இறுதி 6 அங்குலத்தின்) புற்று நோயாகும். இது மலக்குடற் புற்று நோய் அல்லது வயிற்றுப் புற்று நோய் என்றும் அறியப்படுகிறது. இது ஒந்தாரியோவில் ஆட்கள் இறக்கும் ஆகப் பொதுவான புற்று நோய்களில் ஒன்றாகும். ஆயினும், பெருங்குடற் புற்று நோய் தொடக்கத்திலேயே கண்டறியப்படும் போது நோயுள்ள 10 பேரில் 9 பேர் குணமாக்கப்படலாம்.

பெருங்குடற் புற்று நோய் என்பது பெருங்குடலின் அல்லது நேர்குடலின் மேற்றோலில் விழுதுகள் எனப்படும் அசாதாரண வளர்ச்சிகளினால் ஏற்படுகிறது. எல்லா விழுதுகளும் புற்று நோயாவதில்லை, எனினும் சில விழுதுகள் காலப் போக்கில் புற்று நோயாக மாறலாம்.

புற்று நோய்த் தகுதி காணல் என்றால் என்ன?

புற்று நோய்த் தகுதி காணல் (புற்று நோயுள்ளதாவெனச் சோதித்தல்) என்பது புற்று நோய் ஏற்படக்கூடிய இடர்ப்பாட்டிலுள்ள போதிலும் நோயறிகுறிகள் இல்லாமலும் பொதுவாக நல்லதாக உணரவும் செய்யும் ஆட்களிடம் சோதிக்கப்படுகிறது.

ColonCancerCheck என்பது பெருங்குடற் புற்று நோய் ஏற்படும் இடர்ப்பாட்டிலுள்ள ஆட்களை நோயுள்ளதாவென வழமையாகச் சோதித்துக் கொள்ள ஊக்குவிக்கும் ஒந்தாரியோவிலுள்ள ஒரு தகுதிகாணல் நிகழ்ச்சித் திட்டமாகும்.

பெருங்குடற் புற்று நோயுள்ளதாவெனச் சோதித்துக் கொள்ள வேண்டியோர் யாவர்?

ColonCancerCheck ஆனது பெருங்குடற் புற்று நோயேற்படும் சராசரி இடர்ப்பாட்டிலுள்ளோரும் பெருங்குடற் புற்று நோயேற்படும் அதிக இடர்ப்பாட்டிலுள்ளோருமெனத் தகுதி பெறும் 2 ஆட்குழுக்களைச் சோதிக்கிறது.

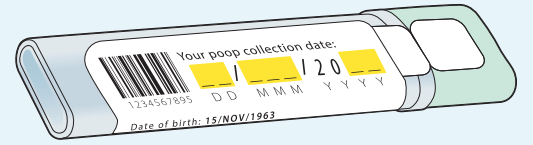
சராசரி இடர்ப்பாடு: 50 முதல் 74 வயது வரை இருப்பதுடன் பெற்றோருக்கோ சகோதரர்களுக்கோ சகோதரிகளுக்கோ பிள்ளைகளுக்கோ (முதல் நிலை உறவினர்களுக்கு) பெருங்குடற் புற்று நோய் இல்லாதிருந்தோர்.

நீர் சராசரி இடர்ப்பாட்டிலிருந்தால், நீங்கள் 50 வயது முதல் 2 ஆண்டுகளுக்கு ஒரு முறை ஒரு **மல நிர்ப்பீடனவிரசாயனச் சோதனையைச் (FIT)** செய்து கொள்ள வேண்டும்.

அதிக இடர்ப்பாடு: பெற்றோரிலோ சகோதரர்களிலோ சகோதரிகளிலோ பிள்ளைகளிலோ ஒருவருக்கோ பலருக்கோ (முதல் நிலை உறவினர்களுக்கு) பெருங்குடற் புற்று நோய் இருந்தோர்.

நீர் அதிக இடர்ப்பாட்டிலிருந்தால், நீர் 50 வயதில் அல்லது உமது முதல் நிலை உறவினருக்குப் பெருங்குடற் புற்று நோய் இருப்பதாகக் கண்டறியப்பட்ட வயதுக்கு 10 ஆண்டுகளுக்கு முன் என்பவற்றில் எது முந்தியதோ அதில் நீர் ஒரு பெருங்குடல் நோக்கலின் மூலம் சோதித்துக் கொள்ள வேண்டும். நீர் எவ்வளவு அடிக்கடி சோதிக்க வேண்டும் என்பது உமது முதல் நிலை உறவினருக்கு நோயறியப்பட்ட வயதைப் பொறுத்தது.

சோதித்துக் கொள்வதைப் பற்றி உமது குடும்ப மருத்துவரிடம் அல்லது தாதி வேலை செய்பவரிடம் உரையாடுக



மல நிர்ப்பீடனவிரசாயனச் சோதனை (FIT) என்பது மலத்தை அடிப்படையாகக் கொண்ட ஒரு சோதனையாகும்

நான் ஒரு FIT ஐச் செய்து கொள்வது எப்படி?

ஒரு FIT என்பது உமக்குச் சரியானதா எனக் கண்டறிய உமது குடும்ப மருத்துவருடன் அல்லது தாதி வேலை செய்பவருடன் உரையாடுக.

உமக்கு ஒரு குடும்ப மருத்துவரோ தாதி வேலை செய்பவரோ இல்லாவிடின், 1-866-828-9213 இல் Telehealth Ontario ஐ அழைத்து நீர் ஒரு FIT ஐச் செய்து கொள்ளலாம்.

நீர் ஒரு முதற்குடிச் சமூகத்தில் வசிக்கிறீரெனின், மேலும் தகவல்களுக்காக நீர் உமது சுகாதார நிலையத்தை அல்லது தாதி நிலையத்தைத் தொடர்பு கொள்ளலாம்.



Ontario Health
Cancer Care Ontario

பெருங்குடற் புற்று நோய் தொடக்கத்திலேயே அறியப்பட்டால் 10 பேரில் 9 பேரைக் குணப்படுத்தலாம்.

நான் பெருங்குடற் புற்று நோயுள்ளதாவெனச் சோதித்துக் கொள்வது எப்படி?

மல நிர்ப்பீடனவிரசாயனச் சோதனை (FIT)

ஒரு FIT ஆனது பெருங்குடற் புற்று நோயினால் அல்லது சில விழுது வகைகளால் ஏற்படக்கூடிய சின்னஞ்சிறு அளவுகளில் குருதி இருக்கிறதா என்று உமது மலத்தை (பீயை) சோதிக்கிறது.

- FIT பாதுகாப்பானதும் வலியற்றதும் ஆகும்
- அதனை வீட்டிற் செய்து கொள்ளலாம், அதைச் செய்யச் சில நிமிடங்களே ஆகிறது
- உமக்கு வேண்டியது 1 மல மாதிரி மட்டுமே
- நீர் வழமையைப் போன்று உண்ணவும் மருந்து உட்கொள்ளவும் செய்யலாம்
- FIT ஆனது ColonCancerCheck நிகழ்ச்சித் திட்டத்தினூடாகத் தகுதி பெறும் ஆட்களுக்கு இலவசம்
- FIT ஐ நீர் தெரிவு செய்யும் முகவரிக்கு அஞ்சலிடலாம்

ஒரு அசாதாரண FIT பெறுபேறு என்பது உமது மலத்தில் குருதி இருக்கிறது என்று பொருள். உமது மலத்தில் குருதி இருப்பது உமக்குப் புற்று நோயுள்ளதென்று எப்போதும் பொருளாவதில்லை. கண்டு கொள்ள உமக்கு ஒரு பெருங்குடல் நோக்கல் எடுக்கத் தேவைப்படும்.

பெருங்குடல் நோக்கல்

ஒரு பெருங்குடல் நோக்கல் என்பது ஒரு மருத்துவமனையிலோ சிகிச்சையகத்திலோ ஒரு மருத்துவருக்கு பிரச்சினைகள் உள்ளனவா எனப் பார்க்க முழுப் பெருங்குடலினதும் மேற்றோலை நோக்க வழி செய்யும் ஒரு பரீட்சை ஆகும். பரீட்சையின் போது, மருத்துவர் ஒரு முனையில் ஒரு சின்னஞ்சிறு கமெராவுள்ள ஒரு நீண்ட நெகிழும் குழாயைப் பெருங்குடலினதும் நேர்குடலினதும் ஊடாகச் செலுத்துவார்.

பெருங்குடல் நோக்கல் என்பது ஒரு அசாதாரண FIT பெறுபேறு உள்ளோருக்கு அல்லது தமது பெற்றோரில், சகோதரர்களில், சகோதரிகளில் அல்லது பிள்ளைகளில் (முதல் நிலை உறவினர்களில்) ஒருவருக்கு அல்லது பலருக்கு நோயுள்ளமையால் பெருங்குடற் புற்று நோயேற்படும் அதிக இடர்ப்பாட்டில் இருப்போருக்கு ஆகும். பெருங்குடல் நோக்கலின் மூலம் சோதிப்பது சாதாரண இடர்ப்பாட்டிலுள்ளோருக்குப் பரிந்துரைக்கப்படுவதில்லை.

பெருங்குடற் புற்று நோயால் ஏற்படும் நோயறிகுறிகளும் பிரச்சினைகளும் யாவை?

நோயின் தொடக்கத்தில் ஆட்களுக்குப் பொதுவாக நோயறிகுறிகளோ பிரச்சினைகளோ இருப்பதில்லை. பெருங்குடற் புற்று நோய் காலப்போக்கில் வளரும் போது, பின்வரும் நோயறிகுறிகளோ பிரச்சினைகளோ தொடங்கலாம்:

- குருதிப் போக்குள்ள ஒரு புற்று நோயினால் செங்குருதி கலங்கள் குறைதல் (குருதிச் சோகை)
- மலத்தில் (பீயில்) குருதி (வெளிச்சமான சிவப்பு அல்லது மிகவும் கடுமையான நிறத்தில்) இருக்கலாம்
- காரணம் தெரியாத நிறையிழப்பு
- வயிற்று நிலைமைகளில் ஒரு மாற்றம் (புதிதாகவும் தொடர்ச்சியாகவும் வயிற்றுப் போக்கு அல்லது மலச்சிக்கல்) அல்லது வயிற்றிலிருந்து மலம் முற்றாக வெளியேறாதது போல் உணர்தல்
- புதிதாகவும் தொடர்ச்சியாகவும் வயிற்று அசௌகரியம் உமக்கு இந்நோயறிகுறிகளில் அல்லது பிரச்சினைகளில் ஏதேனும் இருந்தால், உமது குடும்ப மருத்துவருடன் அல்லது தாதி வேலை செய்பவருடன் உரையாடுக.

நான் எனக்குப் பெருங்குடற் புற்று நோய் ஏற்படும் இடர்ப்பாட்டை எப்படிக் குறைத்துக் கொள்ளலாம்?

- ஒரு சுகாதாரமான உடல் நிறையைக் கொண்டிருக்க
- அன்றாட வாழ்வின் ஒரு பகுதியாக உடலளவில் ஊக்கமாக இருக்க
- (மரக்கறிகளும் பழங்களும் முழுத் தானியமும் உட்பட) நார்ப்பொருள் நிறைந்த ஒரு உணவை உட்கொள்க
- சிவப்பு இறைச்சியை மட்டுப்படுத்துவதுடன் (பொலொக்னா, சலாமி என்பன போன்ற) பதப்படுத்தப்பட்ட இறைச்சியை உண்ணாதிருக்க முயல்க
- மதுபானத்தை மட்டுப்படுத்துக
- புகைபிடிப்பதை நிறுத்தி விடுக, புகையிலைத் தயாரிப்புகளைப் பயன்படுத்துவதை நிறுத்துக
- பாற்பொருட்களையோ கல்சியம் நிறைந்த மாற்றீடுகளையோ நுகர்க
- பெருங்குடற் புற்று நோயுள்ளதாவென வழமையாகச் சோதித்துக் கொள்க

பெருங்குடற் புற்று நோய்ச் சோதிப்பைப் பற்றி மேலும் தகவல்களுக்காகச் செல்க: cancercareontario.ca/colon

இத்தகவல்களை ஒரு அணுகக்கூடிய வடிவில் தேவையா?

1-877-280-8538, TTY 1-800-855-0511, info@ontariohealth.ca PCC4200