الاستعداد لتنظير القولون

قصة ساندرا

تهانينا!

إذا كنت تتحدث إلى طبيبك بشأن تحديد موعد لإجراء فحص تنظير القولون — وهو إجراء للتأكد من صحة القولون — فقد اتخذت خطوة مهمة في الحفاظ على صحتك لأجلك ولأجل عائلتك. يجب أن يبدأ العديد من الأشخاص الفحص في سن 45 عامًا. قد يحتاج الأشخاص الأكثر عُرضة لخطر الإصابة بسرطان القولون إلى البدء مبكرًا.

سبب اتخاذ هذا القرار المهم

يصيب سرطان القولون الرجال والنساء من كل الأعراق والمجموعات الإثنية. في المتوسط، فإن حوالي واحد من كل 24 شخصًا سيُصاب بسرطان القولون خلال حياته.* إن الاكتشاف المبكر خلال تنظير القولون يمكن أن يساعدك في منع تكوّن سرطان القولون.

تنظير القولون هو الوسيلة الوحيدة للفحص التي يمكنها فعليًا منع سرطان القولون في وقت الفحص. يرجع ذلك إلى أنه خلال تنظير القولون، بإمكان الطبيب إزالة الأورام الحميدة — زوائد صغيرة قد تتطور إلى سرطان إذا تُرِكت بدون علاج — قبل أن تتحول إلى سرطان. يستغرق إجراء تنظير القولون حوالي 30 دقيقة، وهو إجراء يتم للمرضى الخارجيين، أي أنك ستعود إلى منزلك في نفس يوم الإجراء.

كيفية الاستعداد لفحص تنظير القولون

أُعِدّت هذه الرواية المصورة، وبطلتها ساندرا، لمساعدتك في الاستعداد لإجراء تنظير القولون. ساندرا هي واحدة من آلاف الأشخاص الذين خضعوا للفحص في مدينة نيويورك خلال العام الماضي. بقراءتك قصة ساندرا، ستتعلم ما يلي:

- أسباب الخضوع لتنظير القولون
- كيفية الاستعداد لتنظير القولون، بما يشمل المعلومات الخاصة بتحضير الأمعاء، وهي عملية تتضمن تناول أدوية عن طريق الفم، وعادةً ما تكون في شكل سائل أو أقراص
- ما ينبغي توقعه قبل إجراء تنظير القولون وبعده

تحتوي الصفحة الأخيرة من هذه الرواية المصورة على المزيد من المعلومات والأدوات اللازمة لمساعدتك في الاستعداد للفحص، بما يشمل قائمة بالأسئلة يمكنك اصطحابها معك في زيارتك التالية للطبيب.

لمعرفة المزيد من المعلومات، تفضّل بزيارة **nyc.gov/health/coloncancer**. للاطّلاع على المزيد من القصص الخاصة بالفحص، انقر فوق **قرار مارك** و**كيفية إجراء اختبار سرطان القولون في المنزل**.

* استنادًا إلى بيانات الفترة 2017-2019 المستمدة من برنامج المراقبة وعلم الأوبئة والنتائج النهائية (Surveillance, Epidemiology, and End Results, SEER) التابع للمعهد الوطني للسرطان. لمعرفة المزيد من المعلومات، تفضّل بزيارة **seer.cancer.gov/statfacts/html/colorect.html**.

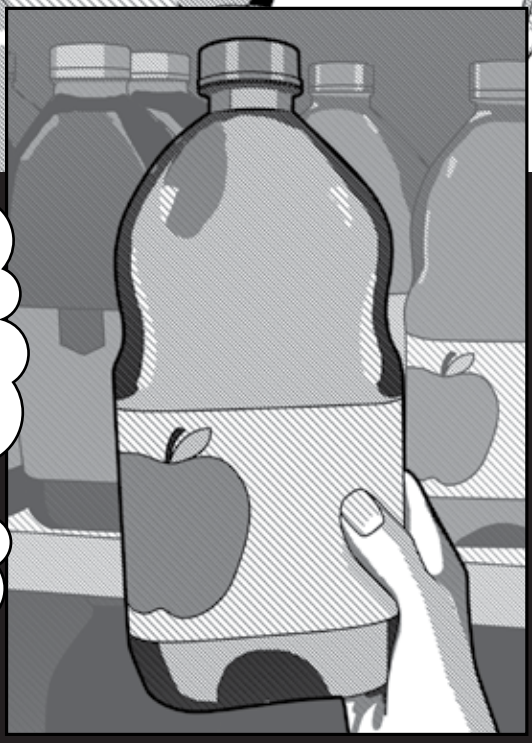
قبل ثلاثة أيام من إجراء تنظير القولون

في المتجر

لنرَ... ما الذي يجب شراؤه من أجل التحضير لإجراء تنظير القولون؟ أخبرتني الممرضة بضرورة تجنب الأطعمة أو السوائل ذات اللون الأحمر، أو القرمزي، أو الأزرق. ويجب أن تخلو أمعائي من أي شيء يشبه لون الدم.

قائمة البقالة
- عصير التفاح
- ماء جوز الهند
- مشروب الزنجبيل
- المشروبات الرياضية
- الشاي
- القهوة
- مرق الدجاج

**لا شيء باللون الأحمر أو الأزرق أو القرمزي*



لا أستطيع تناول أي سائل غير شفاف. عصير التفاح مناسب في هذه الحالة.

... حان الآن وقت الحصول على محلول تحضير الأمعاء...

واو... هل هذا الإبريق الكبير هو لمحلول تحضير الأمعاء؟
نعم. سينظف قولونكِ، أي الأمعاء الغليظة.
وستساعد تلك النكهة في تحسين مذاقه.
كيف يبدو هذا الإجراء؟ لقد أجرى آرون هذا الفحص من قبل. ربما بإمكانه إخباري بذلك...
11:37 AM
جميع جهات الاتصال
آرون
آبوت
آليكس
علي
آرت

مرحبًا؟
أهلًا ساندرا.
كيف حالك؟
أهلًا آرون. ألم تخضع لفحص سرطان القولون منذ فترة قليلة؟
أجل. لم يكن إجراء تنظير القولون سيئًا للغاية. لا تقلقي بخصوص هذا الإجراء. تحضير الأمعاء هو الجزء الصعب.
لما ذلك؟
كانت كمية المحلول المطلوب تناولها كبيرة للغاية. وكان يتعين عليّ دخول الحمام عدة مرات. سرت لمسافة 50 مترًا نحو 15 مرة...

واو... لم أكن أعلم أن هناك الكثير من الأمور المتعلقة بتحضير الأمعاء.
يمكنكِ الحصول على المزيد من المعلومات من مستكشفتكِ. لقد أعطتكِ بطاقتها، أليس كذلك؟ اتصلي بها!
سأفعل ذلك حالًا. شكرًا، آرون!
كاتي سميث
مستكشفة تنظير القولون
الهاتف: 555-536-7689
البريد الإلكتروني:
katie.smith@cp.co
أهلًا، أنا ساندرا. سأخضع لتنظير القولون خلال بضعة أيام، وأود معرفة بعض المعلومات بخصوص التحضيرات التي يجب عليّ اتباعها.

بالتأكيد، يمكنني شرح العملية خطوة بخطوة. إنها بسيطة نسبيًا – هناك ثلاثة أشياء أساسية عليكِ تذكرها:
1. التزمي بنظام غذائي يعتمد على السوائل الشفافة في اليوم السابق للفحص.
2. يجب عليكِ تناول محلول تحضير الأمعاء بالكامل.
3. يجب أن يكون معكِ شخص كي يصطحبكِ إلى المنزل.
تعبير الوجه الذي تبدينه عندما يخبركِ شخص أنكِ لا تستطيعين تناول الأطعمة الصلبة طوال اليوم.

قبل يومين من إجراء تنظير القولون
يتعين عليّ فرز نظامي الغذائي الذي يعتمد على السوائل. لنرَ ما لدينا...
حسنًا... يمكنني القيام بذلك.

أهلًا، أنا ساندرا.
أهلًا ساندرا! هل لديكِ أي أسئلة؟
ينبغي عليّ الالتزام بنظام غذائي يعتمد على السوائل الشفافة فقط غدًا، أليس كذلك؟
نعم. وتذكير لطيف بخصوص الأدوية...
نعم، لقد أوضح لي الطبيب الأدوية المسموح وغير المسموح بتناولها.

سأحتاج مساعدتكما غدًا. هذا بخصوص إجراء فحص سرطان القولون.
لا تقلقي يا ساندرا. سنتيح لكِ دومًا فرصة دخول الحمام أولًا.
لن نأكل أمامكِ، وسأكون أنا من يرافقكِ!
أنتما الأفضل.
تنهيدة... آمل ألا أُصاب بالسرطان. سيكون فحص السرطان صعبًا، لكنني أرغب في الحفاظ على صحتي. ربما سيساعد الحصول على قسط جيد من النوم ليلًا في تصفية ذهني...

قبل يوم واحد من إجراء تنظير القولون
باكرًا في الصباح التالي
حليب
هاف آند
هاف
انتظري... لقد قالوا إن الألبان ممنوعة. لا أستطيع تناول أي سائل غير شفاف.

وقت الغداء، في وقت لاحق من ذلك اليوم...
تمتعي بمذاقها!
سنتناول نفس ما ستتناولينه!
شكرًا لكما. لم أكن لأستطيع القيام بذلك دونكما.
هل أنتِ على ما يرام؟ لم تتناولي أي أطعمة صلبة طوال اليوم.
أنا على ما يرام. كان كل ذلك كافيًا.

والآن، كل ما عليّ القيام به هو إضافة الماء إلى محلول تحضير الأمعاء...
ثم بعض النكهة لتحسين مذاقه...

هل ستتناولين كل ذلك؟
كله إلا نصفًا. هذا النصف للصباح الباكر غدًا.

أنتِ مثال رائع للعائلة يا ساندرا.
أتذكر أنكِ أخبرتني بإصابة جدكِ بالسرطان.
نعم، لقد أصيب به. هذا ما دفعني إلى إجراء الفحص. من الأفضل اكتشاف ذلك مبكرًا قبل فوات الأوان.
ينبغي أن يخضع ابنكِ للفحص قريبًا أيضًا. لقد بلغ عمره مؤخرًا 45 عامًا.
حقًا. لقد حان وقت "سباق الـ 50 مترًا إلى الحمام"...

كم مرة
سيحدث ذلك؟
عشر مرات، وربما أكثر.
كان الأمر كذلك
عندما خضع والدك
لتنظير القولون.
هل خضع أبي
لتنظير القولون؟
إمممْم...

يوم إجراء تنظير القولون
500
ينبغي عليّ الانتهاء من تناول الكمية المتبقية من محلول تحضير الأمعاء.

هل أنتِ مستعدة لتنظير قولونكِ، يا عزيزتي؟
بالتأكيد! لا تنسَ - لن يسمحوا لي بالعودة إلى المنزل دون مُرافق!
لا تقلقي. سأحضر لاصطحابكِ! بعدها، يمكنكِ أن تخبريني كيف سارت الأمور معكِ.

عند مكتب الاستقبال...

سنري صورًا لقولونكِ هنا على هذه الشاشة.
كيف كان تحضير الأمعاء؟
تناولت المحلول بالكامل ولم أتناول سوى السوائل الشفافة بالأمس. أشعر بخلو معدتي.
عظيم. سيجعلكِ هذا المهدئ تشعرين بالنعاس، وقد لا تتذكرين تنظير القولون لاحقًا. هل أنتِ مستعدة لتنظير القولون؟
أنا مستعدة.

في غرفة الانتظار...
أهلًا!
انتهى الإجراء!
كيف
تشعرين؟
مرتاحة! لكنني
جائعة قليلًا.

أهلًا ساندرا! يبدو أن الإجراء تمّ على ما يرام. أردت فقط تذكيركِ بالانتظار للحصول على صور القولون. لن يستغرق ذلك سوى حوالي ساعة.
ولا تنسي: لا تتناولي الكحوليات اليوم. ولا تضعي أي خطط كبيرة الليلة! ارتاحي فقط.
شكرًا لكل مساعدتكِ! وأنا سعيدة أنني قمت بذلك. الاستثمار في صحتي يجعلني أشعر بخير حال.
تبدو في حالة جيدة. ربما يجب عليّ إجراء ذلك...

بعد إجراء تنظير القولون
هل ترغبين في القيام بشيء ممتع ومرح الآن؟ أترغبين في الذهاب إلى التسوق؟
ليس اليوم. ممنوع وضع خطط كبيرة، أتتذكر؟
حسنًا، لا مشكلة... إذًا، كيف كان الأمر؟
جيد. أخبرتني الممرضة أنهم استطاعوا التقاط صور لقولوني بالكامل. من بدايته حتى نهايته.
ما الذي رأوه؟
لا توجد أورام حميدة ولا نتوءات قد تكون سرطانًا.

أنا جائعة..
ساندرا، سأطهو طعامكِ المفضل الليلة!
شكرًا لك! لا أتحمل الانتظار!
كان ذلك يستحق كل ما بُذِل من جهد.

نحن فخورون بكِ يا ساندرا!
أربما يجب عليّ أن أبادر بالفحص لاكتشاف سرطان القولون؟
والآن... ماذا عنك؟

أسئلة لطبيبك

1. ما هو نوع تحضيرات الأمعاء التي سأتبعها قبل إجراء تنظير القولون؟

2. ما هي الأدوية الأخرى التي سأحتاج إلى تناولها بالإضافة إلى محلول تحضير الأمعاء؟

3. هل يتعين عليّ التوقف عن تناول أي من أدويتي قبل الإجراء؟

4. كم من الوقت سأضطر إلى الغياب عن عملي للاستعداد لإجراء تنظير القولون؟

5. ما هو نوع المهدئ الذي سآخذه خلال تنظير القولون؟

6. كم من الوقت يستغرق تنظير القولون؟

7. ماذا لو كانت هناك أورام حميدة؟

8. كم مرة ينبغي أن أخضع لتنظير القولون؟

9. من أيضًا من أفراد عائلتي ينبغي أن يخضع للفحص؟

10. ماذا يجب أن أفعل إذا لم أشعر أنني بحالة جيدة بعد تنظير القولون؟

شكر وتقدير

الاستشاريون:

Maryse Georges, MPH

Richard Rosenberg, MD, New York-Presbyterian

Elizabeth Tedrow, MPH

Benjamin Tsang، فنان

NYC
Health