

قولون کے کینسر کے مدنظر جانچ کرائیں قولونو اسکوپیز زندگیاں بچاتی ہیں

سلعہ مخاطی اور قولون کا کینسر کیا ہیں؟

- سلعہ مخاطی بڑی آنت (قولون) میں افزائشیں — یا خلیوں کے چھوٹے جھنڈے — ہوتی ہیں۔ کچھ سلعہ مخاطی غیر مضر ہوتے ہیں، لیکن کچھ بڑھ کر کینسر بن سکتے ہیں۔
- سلعہ مخاطی کو قولون اور مقعد سے نکال دینے سے کینسر کو روکنے میں مدد ملتی ہے۔
- 45 سال یا اس سے زائد عمر کے لوگوں کو قولون کے کینسر کے مدنظر اسکریننگ کروانے کے بارے میں اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ سے بات کرنی چاہیے، چاہے وہ صحت مند محسوس کرتے ہوں۔
- زیادہ خطرے میں مبتلا 45 سال سے کم عمر کے افراد کو بھی قولون کا کینسر روکنے میں مدد کے لیے اسکریننگ کروانی چاہیے۔ اپنے خطرے کے بارے میں اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ سے بات کریں۔
- چاہے آپ صحت مند محسوس کرتے ہوں، ہر 10 سال پر قولونو اسکوپیی یا ہر سال پاخانہ (فضلہ) کی جانچ کرائیں۔

نشانیوں اور علامات کیا ہیں؟

- قولون کے کینسر کی علامات میں وزن کم ہونا، مقعد سے جریان خون، اسہال اور ایسا قبض شامل ہے جو ختم نہیں ہوتا ہے۔
- قولون کے ممکنہ کینسر میں مبتلا لوگوں میں خون کی جانچوں سے کم فولاد یا کم شمار الدم (انیمیا) کا پتہ چل سکتا ہے۔
- قولون کے کینسر والے افراد میں اکثر اسی وقت نشانیاں نظر نہیں آتی ہیں۔

مجھے قولونو اسکوپیی کیوں کروانی چاہیے؟

- جانچ سے ڈاکٹروں کو سلعہ مخاطی کا پتہ لگانے اور انہیں کینسر بننے سے پہلے نکالنے میں سہولت ملتی ہے۔

قولونو اسکوپیی کیا ہے؟

- قولونو اسکوپیی کے دوران، ڈاکٹر روشنی اور کیمرے والی ایک چھوٹی سی نلکی آپ کے مقعد میں داخل کرتا ہے۔ وہ سلعہ مخاطی کو تلاش کرنے کے لیے کیمرہ استعمال کرتے ہیں۔
- اگر ڈاکٹر کو سلعہ مخاطی کا پتہ چلتا ہے تو عموماً جانچ کے دوران ہی وہ اسے نکال دیتے ہیں۔
- جانچ میں 30 سے 60 منٹ لگتے ہیں۔

جانچ سے پہلے کیا ہوتا ہے؟

- آپ کا نگہداشت صحت فراہم کنندہ جانچ سے قبل والے دن پینے کے لیے آپ کو ایک دوا دے گا۔ دوا آپ کے قولون کی صفائی کرتی ہے، لہذا آپ کو کثرت سے ہاتھ روم کا استعمال کرنا ہوگا۔ آپ کو اس سے قبل پورے دن شفاف رقیق خوراک پینی چاہیے (مثالیں پشت پر دیکھیں)۔
- آپ کو کچھ وہ دوائیں لینا روکنا پڑ سکتا ہے جو آپ عام طور پر لیتے ہیں، جیسے اسپرین یا خون کو پتلا کرنے والی دوائیں۔ جانچ سے ایک ہفتہ پہلے اپنی دوائیں روکنے کے بارے میں اپنے فراہم کنندہ سے بات کریں۔
- جانچ والے دن، جب تک جانچ مکمل نہ ہو جائے تب تک آپ کوئی بھی چیز نہیں کھائیں گے یا پینیں گے۔
- جانچ سے عین قبل، سکون میں آپ کی مدد کے لیے آپ کو دوا دی جا سکتی ہے۔

جانچ کے بعد کیا ہوتا ہے؟

- آپ دوا ختم ہونے تک صحتیابی والے حصے میں آرام کریں گے۔
- جانچ کے بعد آپ کو گھر لے جانے کے لیے آپ کو دوست یا خاندان کے فرد جیسے کسی کی ضرورت ہوگی۔

کیا قولونو اسکوپیز محفوظ ہیں؟

- قولونو اسکوپیز محفوظ ہیں، نیز چند خطرات ہیں جیسے:
- جانچ سے قبل آپ جو دوا لیتے ہیں اس کے تئیں ردعمل۔
- سلعہ مخاطی نکالنے کے بعد جریان خون۔ یہ عموماً اپنے آپ رک جاتا ہے۔
- قولون یا مقعد کی دیوار میں شقاق۔ یہ شاذ و نادر طور پر ہوتا ہے، درد کا باعث بن سکتا ہے اور اسے ٹھیک کرنے کیلئے سرجری کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

مجھے اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ سے کب رابطہ کرنا چاہیے؟

- اگر آپ کو اپنے ٹوائلٹ پیپر پر یا اپنے پاخانے میں خون نظر آئے، یا اگر آپ کو غنودگی محسوس ہو، آپ کی توند میں شدید درد ہو یا بخار اور کپکپی ہو تو اپنے فراہم کنندہ سے رابطہ کریں۔

کیا جانچ میں تکلیف ہوتی ہے؟

- آپ کو جانچ کے دوران دباؤ، نفاخ یا مروڑ محسوس ہو سکتا ہے، لیکن جانچ سے عموماً کوئی تکلیف نہیں ہوتی ہے۔

آپ کی قولونو اسکوپي کے لیے تيار ہونے کا طريقہ

نگہداشت صحت فراہم کنندہ: ذیل میں مناسب دن، تاریخیں اور رابطے کی معلومات پُر کریں۔

سات دن پہلے

دن:

تاریخ:

اگر آپ درج ذیل میں سے کوئی دوا لیتے ہیں تو اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ کو بتائیں۔
آپ کو اپنے قولونو اسکوپي سے قبل والے ہفتے یہ دوائیں لینا روکنا پڑ سکتا ہے:

- اسپرین
- آئبوپروفین
- درد یا گٹھیا کی دوا
- خون کو پتلا کرنے والی دوا (جیسے وارفیرین)
- فولاد کے تکملات
- ذیابیطس کی دوا

چھ سے دو دن پہلے

معمول کی خوراک پر عمل کریں اور خوب مائعات پیئیں۔

ایک دن پہلے

دن:

تاریخ:

معدے کی تیاری:

آپ کے نگہداشت صحت فراہم کنندہ نے جانچ کے لیے آپ کے قولون کو تیار کرنے کے لیے آپ کو دوا تجویز کی ہے۔ حسب ہدایت دوا لینا اہم ہے۔

اگر آپ کے کوئی سوالات یا تشویشات ہوں تو اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ کو اس نمبر پر کال کریں:

خوراک سے متعلق ہدایات:

1. بیدار ہونے کے وقت سے شروع کر کے، کوئی بھی ٹھوس غذا نہ کھائیں۔ اس میں اناج (جیسے، بریڈ، پاستا، چاول، سیریل، وغیرہ)، مچھلی، گوشت، پھلیاں، ٹوفو، دودھ کے پروڈکٹس، (جیسے، دودھ، پنیر، آئس کریم، یوگرت، مکھن)، سبزیاں اور پھل شامل ہیں۔
2. شفاف رقیق خوراک پر گامزن رہیں، جس میں یہ شفاف اور ہلکے رنگ والی مائعات شامل ہیں۔ کولا یا سرخ یا ارغوانی مشروبات نہ پیئیں۔



- شفاف یخنی (جیسے، سبزی یا چکنائی سے
- ہلکے رنگ کی میٹھی گولیاں
- شفاف سوڈا یا سیلزر
- پاک مرغ کی یخنی)
- ہلکے رنگ کے اسپورٹس ڈرنکس (سرخ یا
- شفاف جیلاٹن ڈیزرٹ
- پانی یا برف
- چائے یا کافی بغیر دودھ یا کریم کے
- شفاف، گودے سے پاک پھل کا جوس
- (جیسے، سیب، سفید انگور)
- 3. شفاف مائع کی کم از کم آٹھ سرونکڑ (یعنی 8 کپ) لینے کو یقینی بنائیں۔

ایک دن پہلے

دن:

تاریخ:

قولونو اسکوپي کا دن

دن:

تاریخ:

کوئی بھی چیز نہیں کھائیں یا پیئیں۔

نوٹ: اگر آپ کے فراہم کنندہ نے آپ کو دوائیاں لینے کی ہدایت دی تو آپ انہیں لیتے وقت پانی پی سکتے ہیں۔

جانچ کے بعد آپ کو گھر لے جانے کے لیے کسی بالغ فرد کو رکھنے کا ارادہ رکھیں۔

