



Ekzaminohuni:

**Zbulojeni kancerin e
zorrës së trashë sa më
shpejt që të mundeni**





Ekzaminimi i rregullt dhe ndjekja në kohë mund të parandalojnë kancerin e zorrës së trashë ose të zbulohet herët.

Kanceri i zorrës së trashë (ose kolorektal) ndodh në zorrën e trashë ose në rektum



dhe është shkaku kryesor i vdekjeve nga kanceri për banorët e Nju Jorkut. Për fat të mirë, ekzaminimet rutinë mund të ndihmojnë

në parandalimin ose zbulimin e hershëm të tij, kur trajtimi shpesh funksionon më së miri. Shumë persona duhet ta fillojnë ekzaminimin në moshën 45 vjeçare.

Personat me rrezik më të lartë, mund të duhet që ta fillojnë më herët.

Ekzistojnë metoda të ndryshme për ekzaminimin e kancerit të zorrës së trashë. Kolonoskopitë i lejojnë ofruesit e kujdesit shëndetësor që të zbulojnë dhe të heqin polipet (zmadhimet) nga zorra e trashë ose nga rektumi, për të ndihmuar në parandalimin e kancerit. Metoda të tjera (për shembull testet e jashtëqitjes) kërkojnë një kolonoskopi vijuese për personat që rezultojnë pozitivë.



Flisni me ofruesin e kujdesit shëndetësor rreth opsioneve të ekzaminimit.

Sigurohuni që ta pyesni:

- Kur duhet të filloj me ekzaminimin për kancerin e zorrës së trashë?
- A rrezikohem nëse dikush nga familja ka pasur kancer të zorrës së trashë ose polipe? A duhet të ekzaminohem për kancerin e zorrës së trashë përpara të tjerëve?
- A është kolonoskopia i vetmi opsion ekzaminimi?
- Si mund ta di se cili opsion ekzaminimi është i duhuri për mua?
- A keni materiale mësimore, si broshura ose pamflete në gjuhën time?
- A mbulohet ekzaminimi për kancerin e zorrës së trashë nga sigurimi im?



Mos harroni të ndiqeni!

Pasi të ekzaminoheni, pyesni mjekun tuaj se kur duhet ta bëni

ekzaminimin tjetër për kancerin e zorrës së trashë.



Flisni me ofruesin e kujdesit shëndetësor rreth faktorëve të rrezikut.

Mund t'ju duhet që ta
filloni ekzaminimin
herët nëse keni:



- Histori në familje me
kancer të zorrës së trashë
ose polipe parakanceroze
- Gjendje të tjera të trashëguara,
si polipoza familjare adenomatoze
(familial adenomatous polyposis,
FAP) ose kanceri kolorektal jopolipoz
i trashëguar (hereditary nonpolyposis
colorectal cancer, HNPCC), i quajtur
edhe si sindroma Lynch
- Kolit ulcerativ ose sëmundje të Crohn-it

Ju mund të keni rrezik të lartë, edhe
nëse keni:

- Obezitet
 - Historik të pirjes së duhanit
-



Mënyra të tjera për të ulur rrezikun:

- Ruani një peshë të shëndetshme dhe qëndroni aktivë fizikisht.
- Hani më pak mish të përpunuar (si pastërma, salsiçe ose proshuta).
- Nëse pini duhan, planifikoni që ta lini. Për ndihmë që ta lini, telefononi në numrin **311** ose vizitoni faqen e internetit **nyc.gov/nycquits**.
- Konsumi i alkoolit mund të rrisë rrezikun e kancerit në zorrën e trashë. Reduktoni sasinë dhe frekuencën e pirjes së alkoolit. Vizitoni **nyc.gov/health** dhe kërkoni për **“alcohol and health” (alkooli dhe shëndeti)** për më shumë informacion dhe burime.





Hapat drejt ekzaminimit për kancer të zorrës së trashë

Hapi i parë



Mbulohuni

Nëse nuk keni sigurim, mund të kualifikoheni për t'u regjistruar për një mbulim pa kosto ose me kosto të ulët. Telefononi në numrin 347-665-0214 ose dërgoni mesazh me tekstin **COVEREDNYC** në numrin 55676 për ndihmë falas për regjistrimin. Për të mësuar më shumë rreth ekzaminimit pa kosto ose me kosto të ulët, vizitoni nyc.gov/health/coloncancer dhe klikoni listën me zbritje "Payment" (Pagesa) në skesionin "Screening" (Ekzaminimi).

Nëse nuk mund të keni sigurim ose nëse sigurimi juaj nuk e mbulon ekzaminimin, keni opsione. Telefononi në numrin **311** ose 844-692-4692 për t'u lidhur me një vendndodhje të **NYC Health + Hospitals**. Mund të kontaktoni gjithashtu **New York State Cancer Services Program** (Programi i shërbimeve për kancerin i shtetit të Nju Jorkut), i cili ofron ekzaminime për kancerin e zorrës së trashë për banorët e pasiguar të Nju Jorkut, nga moshë 45 deri në 75 vjeç.

Hapi i dytë



Flisni me mjekun tuaj

Pyeteni ofruesin e kujdesit shëndetësor rreth:

- Rrezikut tuaj individual për kancer të zorrës së trashë
- Opsionet tuaja të ekzaminimit, duke përfshirë procesin, avantazhet dhe rreziqet e secilit opsion

Hapi i tretë



Ekzaminohuni dhe ndiquni

Ekzaminimi i rregullt dhe ndjekja në kohë mund të parandalojnë kancerin e zorrës së trashë ose të zbulohet herët. Sigurohuni që ta pyesni mjekun se kur duhet të ekzaminoheni sërish.

* Pjesa më e madhe e planeve të sigurimit, duke përfshirë Medicaid dhe Medicare, i mbulojnë ekzaminimet e kancerit të zorrës së trashë. Megjithatë, mbulimi mund të ndryshojë. Kontaktoni ofruesin e kujdesit shëndetësor dhe ofruesin e sigurimeve rreth mbulimit, përpara testit ekzaminues.

Për më shumë informacion, vizitoni
nyc.gov/health/coloncancer.