

কখন কোলন ক্যান্সার স্ক্রিনিং করাবেন

স্ক্রিনিং হলো কোলন ক্যান্সার (কলোরেক্টাল ক্যান্সার নামেও পরিচিত) প্রতিরোধ করার বা এটি নিরাময়যোগ্য থাকাকালীন প্রাথমিক অবস্থায় শনাক্ত করার অন্যতম সেরা উপায়।

স্ক্রিনিং সাধারণত 45 বছর বয়সে শুরু হয় এবং কমপক্ষে 75 বছর বয়স পর্যন্ত চলতে থাকে।

সাধারণ স্ক্রিনিং বিকল্পগুলির মধ্যে রয়েছে:

- প্রতি 10 বছর অন্তর একটি **কোলনোস্কোপি**
- আপনি কোন ধরণের পরীক্ষা করছেন তার ওপর ভিত্তি করে প্রতি এক থেকে তিন বছর অন্তর একটি **মল-ভিত্তিক পরীক্ষা**



আমার কি সময়ের আগে স্ক্রিনিং শুরু করা প্রয়োজন?

কিছু মানুষের কোলন ক্যান্সার হওয়ার ঝুঁকি বেশি থাকে এবং তাদের 45 বছর বয়সের আগেই স্ক্রিনিং শুরু করার প্রয়োজন হতে পারে। নিচের যেকোনোটি যদি আপনার ক্ষেত্রে প্রযোজ্য হয়, তবে কখন স্ক্রিনিং শুরু করতে হবে, কোন পরীক্ষাটি করতে হবে এবং কতদিন পরপর স্ক্রিনিং করতে হবে সে সম্পর্কে আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীকে জিজ্ঞাসা করুন:

- আপনার নিজের অথবা আপনার পরিবারের কোনো সদস্যের কোলন ক্যান্সার বা পলিপ থাকে
- আলসারেটিভ কোলাইটিস বা ক্রোল ডিজিজ
- একটি বংশগত সিনড্রোম যেমন ফ্যামিলিয়াল অ্যাডেনোমেটাস পলিপোসিস অথবা লিঞ্চ সিনড্রোম
- সিস্টিক ফাইব্রোসিস
- 40 বছর বয়সের আগে যেকোনো ক্যান্সারের চিকিৎসা নেওয়া

কোনো পরিবর্তন হলে আপনার প্রদানকারীকে জানান।



কোলন ক্যান্সারের উপসর্গগুলি কী-কী?

স্ক্রিনিং হলো আপনার কোনো উপসর্গ না থাকলেও রোগ পরীক্ষা করার একটি উপায়। আপনার যদি এই উপসর্গগুলির মধ্যে কোনোটি দেখা দেয় তবে আপনার প্রদানকারীর সাথে দেখা করুন। আপনার পরবর্তী স্ক্রিনিং পর্যন্ত অপেক্ষা করবেন না।

এই উপসর্গগুলির মানে সবসময় এই নয় যে আপনার ক্যান্সার হয়েছে। আপনার সমস্যাটি কী তা বুঝতে আপনার প্রদানকারী আপনাকে সাহায্য করতে পারেন।

- মলত্যাগের পর আপনার মলে (বিষ্ঠা) রক্ত অথবা টয়লেটে রক্তের উপস্থিতি থাকা
- এমন মল যা গাঢ় লাল বা কালো রঙের দেখায়
- ডায়রিয়া বা কোষ্ঠকাঠিন্য যা দূর হচ্ছে না
- আপনার মলের আকৃতিতে পরিবর্তন আসা
- আপনার পেট পুরোপুরি পরিষ্কার হয়নি এমন অনুভূতি হওয়া
- পেটে ব্যথা যা বারবার ফিরে আসে বা দূর হচ্ছে না
- ক্ষুধামান্দ্য বা ব্যাখ্যাতিতভাবে ওজন কমে যাওয়া
- অস্বাভাবিকভাবে ক্লান্ত বা দুর্বল বোধ করা

আরো তথ্যের জন্য, nyc.gov/health/coloncancer এ যান।