आफ्नो कोलोरेक्टल क्यान्सर स्क्रिनिङ (कोलनोस्कोपी) का लागि कसरी तयारी गर्ने

कोलनोस्कोपीले कोलोन (ठुलो आन्द्रा) मा बढिरहेका स-साना मासुका डल्लाहरू हेर्नका लागि क्यामेराको प्रयोग गर्छ । तपाईंले यो स्क्रिनिङ क्लिनिक वा अस्पतालमा गराउनुहुन्छ । चिकित्सकले कोलनोस्कोपीको बेला बढिरहेका स-साना मासुका डल्ला (पोलिप) हरू भेटाउन र तिनीहरूलै हटाउन सक्नुहुनेछ । कोलनोस्कोपीका लागि केही तयारी र निको भएको हुनु आवश्यक पर्छ । हन्ट्सम्यान क्यान्सर इन्स्टिच्युट एण्ड युनिभर्सिटी अफ युटाले 45 वर्ष उमेर पुगेपछि वयस्क मानिसहरूलाई कोलोरेक्टल क्यान्सरका लागि स्क्रिनिङ सुरु गर्न सिफारिस गर्छ ।

आफ्नो कोलनोस्कोपीका लागि कसरी तयारी गर्ने

- ❑ **कोलनोस्कोपीका जोखिम तथा फाइदाहरू** र तपाईंले अहिले खाइरहनुभएका सबै औषधिहरूका बारेमा आफ्नो चिकित्सकसँग कुरा गर्नुहोस् । तपाईंको कोलनोस्कोपीको तयारीलाई असर गर्न सक्ने कुनै पनि धार्मिक अभ्यासहरू भएमा आफ्नो चिकित्सकलाई बताउनुहोस् ।
- ❑ **आफ्नो कोलनोस्कोपीका निम्ति क्लिनिकमा जानका लागि अरू कसैले चलाएको गाडीमा जानुहोस्** । तपाईंलाई घर फर्कनका लागि पनि अरू कसैले चलाएको गाडी आवश्यक पर्नेछ । तपाईंले सार्वजनिक यातायात प्रयोग गरिरहेको भएतापनि एकजना वयस्क व्यक्ति तपाईंसँगै यात्रा गर्न आवश्यक पर्नेछ ।
- ❑ **आहार र बावेल प्रिपरेसन (आन्द्रा सफा गर्ने प्रक्रिया) सम्बन्धी दिशानिर्देशहरू ठ्याक्कै** भने अनुसार नै पालना गर्नुहोस् । यदि तपाईंले त्यसो गर्नुभएन भने तपाईंले पुन: कोलनोस्कोपी गराउन आवश्यक पर्नेछ । क्लिनिकले तपाईंलाई दिशानिर्देशहरू दिन्छ । आफ्नो चिकित्सक वा नर्ससँगै ती दिशानिर्देशहरूको समीक्षा गर्नुहोस् ।
- ❑ **क्लिनिकले तपाईंलाई तपाईंको कोलनोस्कोपीभन्दा** 7 दिन पहिले बोलाउनेछ । उहाँहरूले तपाईंसँग भएका कुनै पनि प्रश्नहरूको जवाफ दिनुहुनेछ ।

आफ्नो कोलनोस्कोपीको बेला के अपेक्षा गर्ने ?

चरण 1: क्लिनिकमा 45 मिनेट अगाडि नै आइपुग्नुहोस् । तपाईंले आफ्ना सबै कपडाहरू खोलेर क्लिनिकले दिएको गाउन लगाउनुपर्नेछ ।

चरण 2: कोलनोस्कोपीको बेला तपाईंलाई निदाउने बनाउनका लागि नर्सले तपाईंलाई औषधि (एनेस्थेसिया) दिनुहुनेछ ।

चरण 3: चिकित्सकले सानो क्यामेराले तपाईंको कोलोन भित्र हेर्नुहुनेछ । यदि कुनै पनि बढिरहेका स-साना मासुका डल्ला (पोलिप) हरू छन् भने चिकित्सकले क्यान्सरका लागि जाँच गर्न तिनीहरूलाई हटाउनुहुनेछ ।

चरण 4: तपाईं क्लिनिकमा जम्माजम्मी 2-3 घण्टाका लागि हुनुहुनेछ । क्लिनिकले तपाईंका नतिजाहरू 2-3 हप्तामा पठाउनेछ ।

चरण 5: पहिले जस्तै नियमित रूपमा खान सुरु गर्नुहोस् । तपाईंको दिसामा थोरै रगत देखिनु र पेट फुल्लिएको महसुस गर्नु सामान्य कुरा हो ।

केही दिनपछि पनि तपाईंले दुखेको महसुस गरिरहेमा वा आफ्नो दिसामा रगत देखिरहेमा कृपया आफ्नो चिकित्सकलाई फोन गर्नुहोस् ।

प्रश्नहरू छन् ?
1-801-213-9797
healthcare.utah.edu/gi

Sida Loogu Diyaargaroobo Baaritaanka Kansarka Qaybta Hoose ee Mindhicirka Waaweyn (Baarista walamadka)

Baarista walamadka wuxuu u adeegsadaa kaameero si uu u eego koritaanka xiidanka dhexdiisa. Baaritaankan waxaad ku sameyneysaa rug caafimaad ama isbitaal. Dhakhtarku waxa laga yaabaa inuu helo koriin yaryar (polyps) inta lagu jiro baarista walamadka oo uu ka soo saaro. baaritaanka walamadka wuxuu u baahan yahay xoogaa diyaargarow iyo soo kabasho ah. Machadka Kansarka ee Huntsman & Jaamacadda Utah Health waxay ku talinayaan in dadka waaweyn ay bilaabaan baaritaanka kansarka mindhicirka waaweyn markay gaaraan da'da 45

Sida Loo Diyaariyo Baaristaada Walamadka

- ❑ **Kala hadal dhakhtarkaaga** khataraha iyo faa'iidooyinka baarista walamadka iyo dawooyinka aad hadda qaadanayso. U sheeg dhakhtarkaaga haddii caadooyin diimeed ay carqaladeyn karaan diyaarinta baaristaada walamadka.
- ❑ **Raadso wax ku geeya rugta caafimaadka baaristaada walamadka** Waxaad sidoo kale u baahan doontaa in guriga lagu geeyo. Qof weyn ayaa u baahan doontaa inuu kula socdaalo, xitaa haddii aad raacdo gaadiidka dadweynaha.
- ❑ **Raac tilmaamaha cuntada iyo tilmaamaha diyaarinta mindhicirka si sax ah.** Waxaad u baahan doontaa inaad mar labaad samayso baarista walamadka haddii aadan samayn. Tilmaamaha waxaa ku siinaya rugta caafimaadka. Dib ula eeg tilmaamaha dhakhtarkaaga ama kalkaalisada
- ❑ **Rugta caafimaadka ayaa ku soo wici doonta** 7 maalmood ka hor baaristaada walamadka. Waxay kaaga jawaabi doonaan su'aal kasta oo aad qabto.

Waxa aad Ka Filaneyso inta lagu jiro Baaristaada Walamadka

Tallaabada 1: Imow rugta caafimaadka 45 daqiiqo ka hor. Gabi ahaanba waad iska bixin doontaa dharka oo waxaad gashan doontaa goowno laga leeyahay rugta caafimaadka.

Tallaabada 2: Kalkaaliye caafimaad ayaa ku siin doona daawo (suuxin) si uu kuu seexiyo inta lagu jiro baarista walamadka.

Tallaabada 3: Dhakhtarku waxa uu gudaha xiidankaaga ku eegi doonaa kaamirad yar. Haddii ay jiraan wax koritaan ah (polyps) dhakhtarku wuu saari doonaa si uu uga eego kansar.

Tallaabada 4: Waxaad joogi doontaa rugta caafimaadka 2-3 saacadood wadar ahaan. Rugta caafimaadku waxay natiijooyinkaaga soo diri doontaa 2-3 toddobaad.

Tallaabada 5: Bilow cunista si joogto ah mar labaad. Waa iska caadi in dhiig yar ay saxaradaada leedahay oo aad dareento calool xanuun.

Haddii aad wali dareento xanuun ama aad dhiig ku aragto saxaradaada dhowr maalmood ka dib, wac dhakhtarkaaga.

SUAALOOYIN?
1-801-213-9797
healthcare.utah.edu/gi

Nepali

UNIVERSITY OF UTAH HUNTSMAN CANCER INSTITUTE

HEALTH UNIVERSITY OF UTAH

Somali