

Простой анализ может спасти вашу жизнь.



Скрининг рака кишечника Что вам следует знать



Один образец



Не выходя из дома



Результат в течение
двух недель

The bowel screening test:
What you need to know:
Russian

Вы знаете преимущества скрининга рака кишечника?

9 из 10 могут
победить рак
кишечника, если
его обнаруживают
и лечат на
ранней стадии

Анализ
помогает
выявить рак
рано, даже
если у вас нет
симптомов

Образец
берется
дома

Скрининг рака
кишечника делается
быстро и легко,
вам нужно отправить один
маленький образец.



Ваш анализ на выявление рака кишечника

Рак кишечника является третьим по распространенности онкологическим заболеванием в Шотландии.

Анализ взятого у вас образца может выявить рак на ранней стадии, когда его зачастую можно вылечить.

Ежегодно в Шотландии полмиллиона жителей проходят этот скрининг.

Почему мне прислали прибор для анализа на выявление рака кишечника?

Каждые два года все жители Шотландии в возрасте от 50 до 74 лет получают прибор для сдачи анализа. Он помогает выявить признаки наличия рака кишечника на раннем этапе до начала проявления симптомов. Благодаря такой ранней диагностике лечение в основном проводится успешно. Скрининг помогает также обратить внимание на другие изменения в кишечнике, такие как полипы – предраковые новообразования.

Анализ предлагается всем жителям старше 50 лет, так как в этом возрасте повышен риск развития рака кишечника.

Мне можно сдавать анализ, если у меня есть другие заболевания?

Можете спокойно проходить скрининг рака кишечника, даже если у вас есть другие нарушения здоровья, включая геморрой.

Можно сдавать анализ даже если вы принимаете лекарственные препараты, включая антикоагулянты, железосодержащие таблетки и антибиотики.

Факты

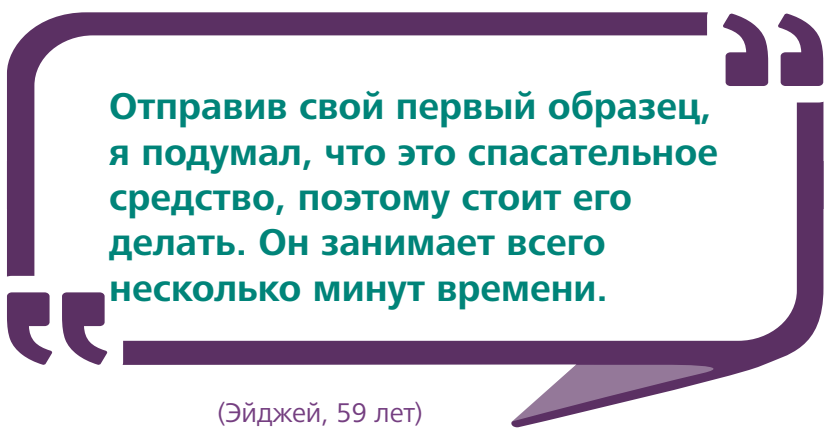


- Ежегодно в Шотландии примерно 4000 людей заболевает раком кишечника.
- У вас в 14 раз больше шансов вылечиться от данного рака, если он обнаруживается на ранней стадии.

Как берется образец для анализа?

- На обратной стороне письма вы можете найти инструкцию с картинками о том, как берется образец для анализа в рамках скрининга кишечника.
- Снимите этикетку с вашими данными с письма и приклейте ее на той стороне пробирки, где нарисован знак «плюс» (+). На обратной стороне укажите дату взятия образца.
- Откройте крышку пробирки и выньте палочку-аппликатор. Опустите нижний конец аппликатора в кал, вставьте его в пробирку и закройте крышку.
- Образец можно взять дома и отправить его в приложенном предоплаченном конверте.
- Вы можете посмотреть видео с пошаговым процессом взятия образца для скрининга рака кишечника в домашних условиях. Зайдите на сайт **www.nhsinform.scot/bowelscreeningtest**





Отправив свой первый образец, я подумал, что это спасательное средство, поэтому стоит его делать. Он занимает всего несколько минут времени.

(Эйджей, 59 лет)

Что произойдет после того, как я отправлю образец?

Мы проанализируем ваш образец кала на скрытую кровь и отправим вам результат в течение двух недель.

Какие могут быть результаты скрининга кишечника?

Существуют два возможных результата.

- **Дополнительные обследования не нужны.** Большинство людей получает именно такой результат. Он означает, что в вашем кале не была обнаружена кровь или она найдена в очень маленьком количестве. Этот результат не гарантирует, что у вас нет рака кишечника или что он не проявится в будущем. Через два года вы получите очередной прибор для сбора образца на анализ. Изменения могут возникнуть в период между двумя анализами. Обратитесь к своему врачу-терапевту (GP), если вы заметили перемены из списка на стр. 6.
- **Необходимо дополнительное обследование.** Такой результат говорит о том, что содержание крови в вашем образце кала превышает предельную норму при скрининге. Это не означает, что у вас рак, но нам необходимо будет выяснить причину кровотечения.

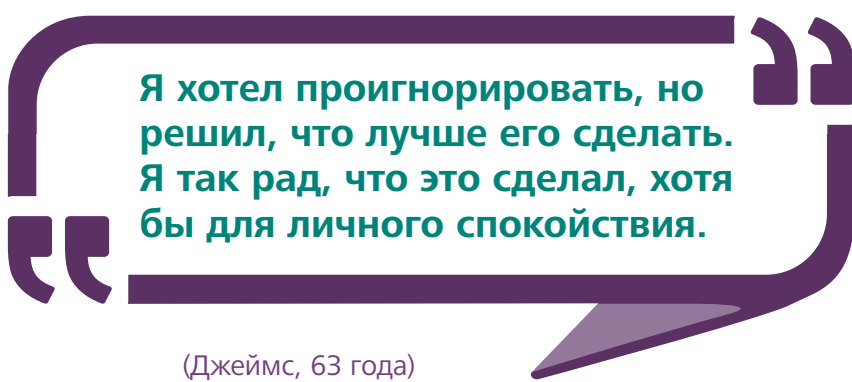
Что произойдет после получения результатов?

Большинству не потребуется дополнительное обследование. Если содержание крови в вашем образце кала превышает предельную норму при скрининге, вас направят в ваш Департамент здравоохранения, где будет принято решение о наилучшем методе проведения обследования.

Для большинства этим методом будет колоноскопия. Если вас на нее пригласят, то перед приемом вы получите информацию о преимуществах и рисках проведения данной процедуры.

Данный анализ помогает выявить большинство видов рака кишечника, но не все. Образец исследуется на наличие крови, однако не все очаги рака постоянно кровоточат. Мы будем высылать вам новый прибор для сбора образца на анализ раз в два года до наступления 75-летнего возраста. Потом вы можете запрашивать приборы в Scottish Bowel Screening Centre (см. стр. 9).

Более подробная информация о расшифровке результатов анализа представлена на сайте www.nhsinform.scot/bowelscreening



Я хотел проигнорировать, но решил, что лучше его сделать. Я так рад, что это сделал, хотя бы для личного спокойствия.

(Джеймс, 63 года)

Присутствие крови в моем образце крови означает наличие рака?

Нет.

Из 500 человек, сдающих анализ, только 10 проходят дополнительное обследование. **Из этой десятки рак обнаруживается только у одного.**

Если содержание крови в вашем образце кала превышает предельную норму при скрининге, то нам нужно будет выяснить причину. Обычно мы делаем это с помощью колоноскопии. Мы оповестим вас об этом в письме. Во время колоноскопии в прямую кишку вводится тонкий гибкий зонд, помогающий изучить внутреннее состояние кишечника. Процедура проводится в больнице. Это амбулаторный прием, и вы пробудете в больнице всего несколько часов. Перед приемом вам нужно будет очистить кишечник. Вам дадут четкие инструкции, как это сделать.

Если вас пригласят на колоноскопию, то перед приемом вы получите информацию о преимуществах и рисках проведения данной процедуры.



9 из 10 могут победить кишечника, если его обнаруживают и лечат на ранней стадии.

Анализ помогает обнаружить все виды рака кишечника?

Нет. Анализ помогает выявить большинство видов рака кишечника, но не все. Образец исследуется на наличие крови, однако не все очаги рака постоянно кровоточат. Поэтому помимо сдачи образца на анализ каждый раз, когда вас об этом просят, важно обращать внимание на симптомы рака кишечника.

Признаки и симптомы:

- повторяющиеся кровотечения из анального отверстия или кровь в каловых массах
- недавнее изменение частоты и характера стула (сколько раз ходите в туалет), продолжающееся более четырех недель без возвращения в нормальное состояние
- жидкий стул сам по себе или чередующийся запорами (запор сам по себе вряд ли является серьезным симптомом)
- сильные боли в животе, которые не проходят, особенно после приема пищи, совместно с потерей веса без приложения для этого усилий
- постоянное чувство усталости

Обратитесь в свою поликлинику, если...

заметите любые из описанных выше перемен или что-то еще, не являющееся для вас нормальным состоянием.

Я могу снизить риск развития рака кишечника?

Да.

Помимо прохождения скринингового анализа, постарайтесь:

- придерживаться здорового питания:
 - употребляйте больше цельнозерновых продуктов, фасоли, бобов, фруктов и овощей
 - уменьшите количество красного мяса, полуфабрикатов и продуктов с повышенным содержанием сахара или жира (например, напитков с сахаром)
- вести активный образ жизни
- поддерживать нормальный вес
- выпивать меньше алкоголя – отказ от алкоголя лучше способствует недопущению развития раковых заболеваний – за дополнительной информацией зайдите на сайт www.alcohol-focus-scotland.org.uk
- бросить курить – если вы курите, то воспользуйтесь помощью для отказа от него, позвонив бесплатно в **Quit Your Way** по номеру **0800 84 84 84** или зайдя на сайт www.quityourway.scot
- поговорить со своим врачом-терапевтом (GP) о беспокойствах, связанных с ритмом опорожнения кишечника

Более подробная информация о ведении здорового образа жизни представлена на сайте www.nhsinform.scot/healthy-living

Что произойдет с моими данными?

Организация NHS Scotland сохранит информацию о вашем обследовании, включая результаты анализа, в одобренной NHS Scotland безопасной среде. Все сотрудники службы NHS обязаны хранить ваши данные под грифом конфиденциальности, то есть делиться ею только с сотрудниками, участвующими в медицинском уходе за вами.

Мы регулярно пересматриваем наш подход к проведению скрининга, чтобы убедиться в предоставлении наилучшего качества услуг. Мы используем информацию о скрининг-обследованиях, чтобы выделить слабые стороны и убедиться в том, что услуги предоставляются с учетом согласованных стандартов. Только квалифицированные сотрудники и имеющие отношение к делу медицинские работники имеют доступ к данной информации.

Мы можем использовать данную информацию для проведения исследований, обучения и тренингов. Если это произойдет, мы удалим ваши личные данные.

У вас есть права в области доступа к вашим персональным данным о состоянии здоровья и их использования. Чтобы получить более подробную информацию о ваших правах или о том, как служба NHS использует ваши персональные данные, зайдите на эти сайты: **www.nhsinform.scot/confidentiality** и **www.nhsinform.scot/data-protection**

Отказ от участия в программе скрининга кишечника

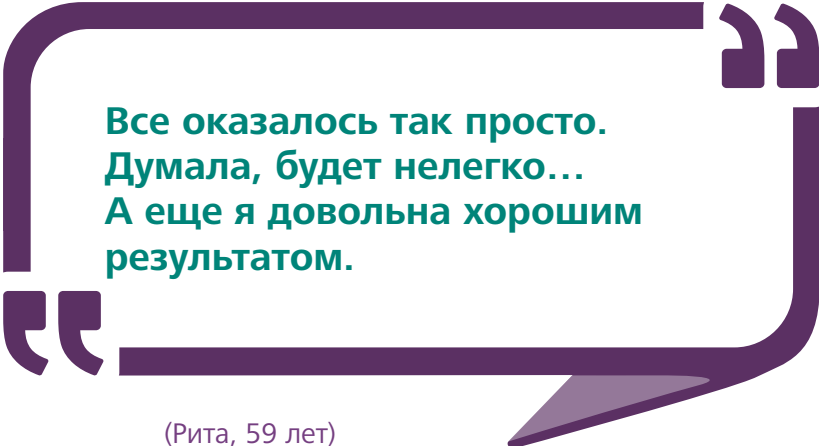
Участие в программе скрининга – дело добровольное. Если вы не хотите сдавать анализ и получать дальнейшие приглашения, то можете отписаться. Тогда вас перестанут приглашать пройти анализ в будущем.

Отказ следует хорошо обдумать. Если у вас в будущем разовьется заболевание, на выявление которого рассчитан этот скрининг, то можно упустить его ранние признаки. Можете обсудить свои беспокойства со своим врачом-терапевтом (GP) или Scottish Bowel Screening Centre (читайте на обратной стороне).

Где можно узнать побольше информации и задать вопросы об анализе?

Консультанты специализированного центра Scottish Bowel Screening Centre будут рады ответить на все ваши вопросы и отнесутся к личной информации с уважением.

- Позвоните на горячую линию помощи по бесплатному номеру **0800 0121 833** (текстофон: **18001 0800 0121 833**)
- Адрес эл. почты: **TAY.scottishbowelscreening@nhs.scot**
- Можно также зайти на сайт **www.nhsinform.scot/bowelscreening**



Все оказалось так просто.
Думала, будет нелегко...
А еще я довольна хорошим
результатом.

(Рита, 59 лет)



Переводы
на другие
языки



Легко
читаемый
формат



Британский
язык жестов
(BSL)



Аудио



Крупный
шрифт



Шрифт
Брайля

Более подробная информация, в том числе другие форматы и помощь переводчика:



www.nhsinform.scot/bowelscreening



phs.otherformats@phs.scot



0131 314 5300



Отсканируйте
меня

Организация Public Health Scotland является национальным государственным ведомством Шотландии по улучшению и защите здоровья и благополучия населения Шотландии.

© Public Health Scotland 2023

OGL

Данная публикация лицензирована для повторного использования в соответствии с Открытой государственной лицензией, версия 3.0. Для получения дополнительной информации посетите www.publichealthscotland.scot/ogl

www.publichealthscotland.scot