

这项小检查 可帮助挽救 您的生命。



肠癌筛查检测： 您需要知道的信息



一个样本



在家中完成



两周内获得结果

The bowel screening test:
What you need to know:
Simplified Chinese

您知道 肠癌筛查 检测的 好处吗？

若发现治疗得
早，10人中将有9
人肠癌幸存者

本检测能早
发现肠癌，即
便是您没有任
何症状

您在自己家
中的隐私环境
下做检测

肠癌筛查检测快速
易用，只需寄送一个
小样本。



您的肠癌筛查检测

在苏格兰，肠癌是第三大最常见癌症。

您的肠癌筛查检测可早发现肠癌，早期肠癌通常也可治愈。

苏格兰每年有五十万人进行肠癌筛查检测。

我为什么会收到肠癌筛查检测盒？

在苏格兰，年龄在50岁至74岁的每个人都会每隔两年收到一次肠癌筛查检测盒。检测目的是在人们还没有任何症状前发现肠癌的早期体征。它能有助于在早期阶段发现癌症，使治疗更有可能成功。肠癌筛查还能发现肠道内的其他变化，如尚未成癌的生长，即息肉。

本检测用于50岁以上人群，因为您患肠癌的风险更高。

如果我有其他健康状况，还能进行该项检查吗？

如果您有其他健康状况，包括痔疮在内，也可安全地进行该项检查。

如果您在用药，包括血液稀释剂、补铁片或抗生素在内，都可以进行该项检查。

事实

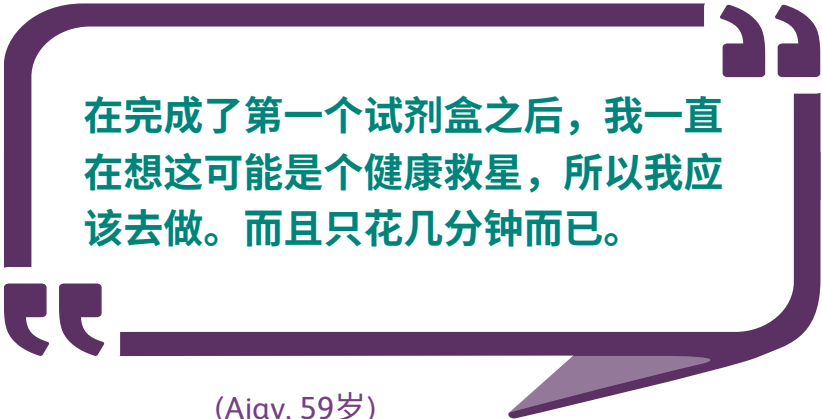


- 在苏格兰，每年大约有4000人患肠癌。
- 如果发现得早，您有14倍多的可能性存活于肠癌。

我该如何获得检测？

- 在您的信函背面包含了如何进行该肠癌筛查检测的全图像说明。
- 从您信函的正面取下您的标签，贴在样本管身标有“+”的位置。将您取样本的日期写在另一侧。
- 拧开管盖，取出条状物。将条状物的一端蘸一下您的粪便样本，再将条状物放回样本管中，并确保盖好管盖。
- 该检测可在您自己家中隐私的环境下完成，再使用所提供的预先支付邮资的信封寄回。
- 这里有一个有用的针对家中肠癌筛查的分步视频指南。访问 www.nhsinform.scot/bowelscreeningtest





在完成了第一个试剂盒之后，我一直在想这可能是个健康救星，所以我应该去做。而且只花几分钟而已。

(Ajay, 59岁)

在我寄出检测后，会发生什么？

我们将会在您的粪便样本中检查隐藏的血。然后，我们将在两周内给您寄出检查结果。

肠癌筛查有哪些可能的结果？

有两种可能的结果。

- **无需进一步检查。**大部分人得到这个结果。这意味着在您的样本中没有找到血，或者仅有很小一部分血。这个结果并不保证您没有肠癌，也不能保证您在将来不会发展出肠癌。您将会在两年时间里收到另一次检测。在一次肠癌筛查和另一次肠癌筛查之间可能发生变化。如果您注意到第6页上列出的任何变化，则应与您的GP交谈。
- **需要进一步检查。**这个结果说明在您的粪便样本中发现的血液量超过了筛查限量。这并不意味着您有肠癌，但我们将需要做更多来找出是什么引起了出血。

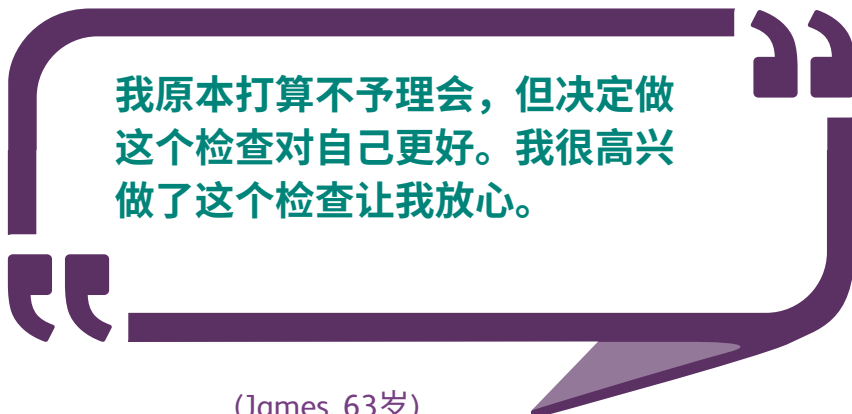
在我得到结果后，会发生什么？

大部分人将不需要任何进一步的调查。如果在您的粪便样本中发现的血液量超过了筛查限量，那么您将会被转诊至您的健康委员会，他们能为您决定最好的检查。

对于大多数人来说，这将是一次肠镜检查。如果您受邀进行一次肠镜检查，那么您将会在预约前收到有关该检查利弊的信息。

这项检查会发现大部分肠癌，但不会发现所有的肠癌。因为这项检查查看的是血液，但不是所有的癌症一直在出血。我们将会每两年为您寄送另一次检查，直到您75岁为止。之后，您可以通过联系苏格兰肠癌筛查中心（Scottish Bowel Screening Centre）来获得检测（见第9页）。

有关您肠癌筛查检测结果的意思的更多信息，访问 www.nhsinform.scot/bowelscreening



我原本打算不予理会，但决定做这个检查对自己更好。我很高兴做了这个检查让我放心。

(James, 63岁)

在我的粪便样本中有血是否意味着我一定有肠癌？

不是。

在每500个接受检查的人中，只有10人将需要去进一步调查。**在这10人中，只有1人会患有肠癌。**

如果在您的粪便样本中发现的血液量超过了正常筛查限量，那么我们将需要找出是什么原因引起的这种情况。我们一般通过肠镜来查找原因。我们将给您写信告知这一情况。肠镜检查涉及将一个细软管插入您的肠道来进行检查。肠镜检查将会在医院进行。这通常是一次门诊预约，因此，您需要在医院停留的时间不超过几个小时。在前往医院之前，您将需要清空您的肠道。在您的预约之前，您将会得到清晰的说明来教您如何清空肠道。

如果您受邀进行一次肠镜检查，那么您将会在预约前收到有关该检查利弊的信息。



肠癌若发现治疗得早，10人中将有9人幸存。

这项检查是否发现所有的肠癌？

不是。这些检查将会发现大部分的肠癌病例，但无法发现所有的病例。这项检查是在您的粪便中寻找隐藏的血，但并不是所有的癌症都出血。这就是为什么不仅在每次受邀时要接受检查，而且留意肠癌的症状也是很重要的。

肠癌的症状和体征包括：

- 从您的臀部中反复出血或在粪便中有血
- 您的排便习惯近期有所改变（去上厕所的频率），持续四周多还未恢复到正常
- 单纯是水样便或者还伴有便秘（只有便秘本身可能问题不大）
- 不自动消退的严重腹痛，尤其是在饭后，外加在没有减肥的情况下体重下降
- 总是感到疲劳。

**联系您的GP诊所，
如果……**

您注意到上述任何变化，或者任何其他对您来说不正常的情况。

我能做些什么来降低患肠癌的风险吗？

能。

除了进行您的肠癌筛查检测之外，您可以尝试：

- 健康饮食：
 - 包含许多全谷物、豆类、水果和蔬菜
 - 限制红色肉类、加工食品，以及那些高糖高脂食物（如含糖饮料）
- 做更多运动
- 保持健康体重
- 少喝酒——不喝酒对癌症预防更好——访问 www.alcohol-focus-scotland.org.uk 获得更多信息
- 停止吸烟——如果您抽烟，请拨打 **Quit Your Way** 的免费电话 **0800 84 84 84** 或访问 www.quityourway.scot 寻求戒烟的帮助。
- 如果您对自己的排便习惯有任何担忧，请告诉您的GP。

查找有关健康生活的更多信息，请访问 www.nhsinform.scot/healthy-living

如何处理我的信息？

NHS Scotland将您的个人筛查信息（含检查结果在内）存放在由NHS Scotland批准的一个安全环境。所有NHS员工必须对您的个人信息进行保密，这意味着您的个人信息仅跟参与您的护理的其他员工分享。

我们定期审查我们的筛查服务，以确保提供尽可能最好的服务。我们使用筛查获得的信息来识别需要改进的方面，并确保服务达到约定的标准。仅经授权的员工和适当的医疗保健专业人员才能使用该信息。

我们可能使用该信息进行研究、教育和培训。在这种情况下，我们会移除您的个人详细信息。

您有权访问和使用您的个人健康信息。关于您的权利或NHS如何使用您的个人信息的更多详情，请访问：

**www.nhsinform.scot/confidentiality 和
www.nhsinform.scot/data-protection**

退出肠癌筛查项目

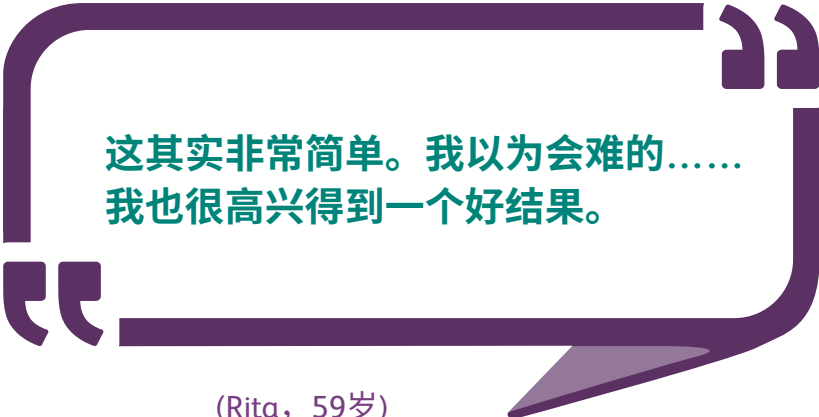
是否进行筛查是您的个人决定。如果您决定不想要进行筛查并且不想收到更多的邀请函，那么您可以退出该项目。这意味着您将在未来不再受邀进行肠癌筛查。

退出该项目是一个需要仔细思考的问题。这可能意味着，如果您将来有病情被筛查时，就可能已经错过了早期体征。您可能想要与您的GP或者苏格兰肠癌筛查中心的某人讨论任何担忧（详见对页）。

我可以在哪里找到有关这项检查的更多信息或咨询问题？

苏格兰肠癌筛查中心的顾问将会乐意为您解答任何问题并且会尊重您的隐私。

- 拨打免费的保密帮助热线 **0800 0121 833**
(文字电话 **18001 0800 0121 833**)
- 电邮：
TAY.scottishbowelscreening@nhs.scot
- 您还可以上网并访问：
www.nhsinform.scot/bowelscreening



这其实非常简单。我以为会难的……
我也很高兴得到一个好结果。

(Rita, 59岁)



翻译



易读



英国手语



音频



大字版本



盲文

如需更多信息，或索取翻译及其他格式：



www.nhsinform.scot/bowelscreening



pms.otherformats@pms.scot



0131 314 5300



扫描这里

苏格兰公共卫生局（Public Health Scotland）是旨在改善及保护苏格兰人民健康与福祉的国家性机构。

© Public Health Scotland 2023

OGI

本出版物根据《第3版开放政府许可证》（Open Government Licence v3.0）得到重复使用的许可。如需更多信息，请访问 www.publichealthscotland.scot/ogl

www.publichealthscotland.scot