

Цей невеликий тест може врятувати ваше життя!



Ваш скринінг
на рак кишечника:
що потрібно знати



Один зразок



Виконайте вдома



Результат протягом
ДВОХ ТИЖНІВ

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

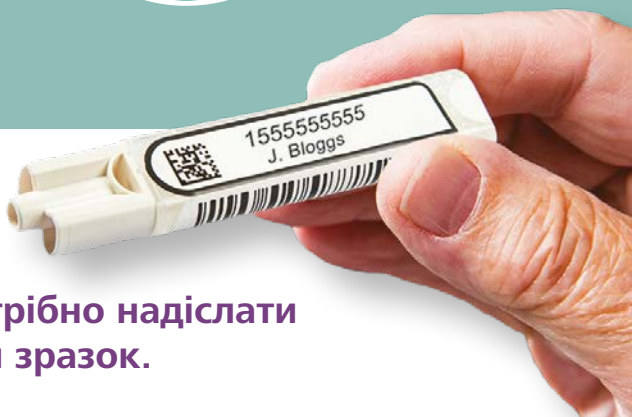
**Чи знаєте
ви про
переваги**
скринінгового
обстеження на рак
кишечника?

9 з 10 людей
виживають після
раку кишечника,
якщо його виявити
та вилікувати на
ранній стадії.

Це обстеження
дозволяє виявити
рак кишечника на
ранній стадії, навіть
якщо у вас немає
жодних симптомів.

Ви виконуєте
тест наодинці у
себе вдома.

Скринінг на
рак кишечника
проводиться швидко
і легко. Для цього потрібно надіслати
лише один невеликий зразок.



Ваш скринінг на рак кишечника

Рак кишечника — найпоширеніший вид раку в Шотландії.

Скринінг на рак кишечника дозволяє виявити рак кишечника на ранній стадії, коли він часто піддається лікуванню.

Щороку в Шотландії скринінг на рак кишечника проходять півмільйона людей.

Чому мені надсилають цей скринінговий тест на рак кишечника?

Усі жителі Шотландії віком від 50 до 74 років кожні два роки проходять скринінг на рак кишечника. Мета обстеження — виявити ранні ознаки раку кишечника до того, як у людини з'являться будь-які симптоми. Це допомагає виявити рак на ранній стадії, коли існує більша ймовірність успішного лікування. Скринінг на рак кишечника може також виявити інші зміни в кишечнику, наприклад, передракові утворення, так звані поліпи.

Цей тест призначається людям віком від 50 років, оскільки ризик захворіти на рак кишечника у таких людей вищий.

Чи можу я пройти тест, якщо я маю інші захворювання?

Ви можете пройти скринінг на рак кишечника, якщо у вас є інші захворювання, включаючи геморой.

Також можна пройти обстеження, якщо ви приймаєте ліки, включаючи препарати для розрідження крові, залізовмісні таблетки або антибіотики.

Факти

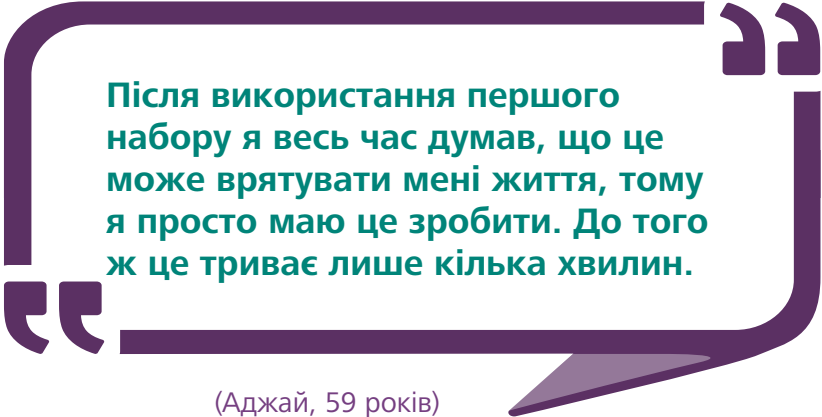


- Близько 4 000 людей у Шотландії щорічно хворіють на рак кишечника.
- У вас у 14 разів більше шансів вижити, якщо рак буде виявлено на ранній стадії.

Як отримати результати?

- Повна інструкція з картинками про те, як проходити скринінг на рак кишечника, знаходиться на звороті вашого листа.
- Візьміть етикетку з лицьового боку листа та наклейте її на бік пробірки, позначений знаком +. З іншого боку напишіть дату забору зразка.
- Відкрутіть кришку пробірки, щоб вийняти паличку. Занурте кінець палички в зразок калу, після чого вставте паличку назад у пробірку та обов'язково закрутіть кришку пробірки.
- Тест можна провести в домашній обстановці і надіслати його поштою, використовуючи конверт з передоплатою, що додається.
- Існує корисний покроковий відеопосібник щодо проведення скринінгу на рак кишечника в домашніх умовах. Відвідайте сайт **www.nhsinform.scot/bowelscreeningtest**.





Після використання першого набору я весь час думав, що це може врятувати мені життя, тому я просто маю це зробити. До того ж це триває лише кілька хвилин.

(Аджай, 59 років)

Що буде після здачі аналізу?

Ми перевіримо ваш кал на наявність прихованої крові. Результат ми повідомимо протягом двох тижнів.

Які можливі результати скринінгу на рак кишечника?

Є два можливі результати.

- **Жодних додаткових тестів не потрібно.** Більшість людей одержують цей результат. Це означає, що у вашому зразку не було виявлено крові, або її було дуже мало. Цей результат не гарантує, що у вас немає раку кишечника або що він не виникне у вас у майбутньому. Через два роки ви пройдете ще один тест. Між одним скринінгом на рак кишечника і наступним можуть відбутися зміни. Якщо ви помітили будь-які зміни, перелічені на сторінці 6, зверніться до свого сімейного лікаря.
- **Потрібно зробити додаткові аналізи.** Цей результат означає, що кількість крові, виявленої у вашому калі, перевищує скринінгову межу. Це не означає, що у вас рак кишечника, але нам потрібно буде провести додаткові дослідження, щоб з'ясувати причину кровотечі.

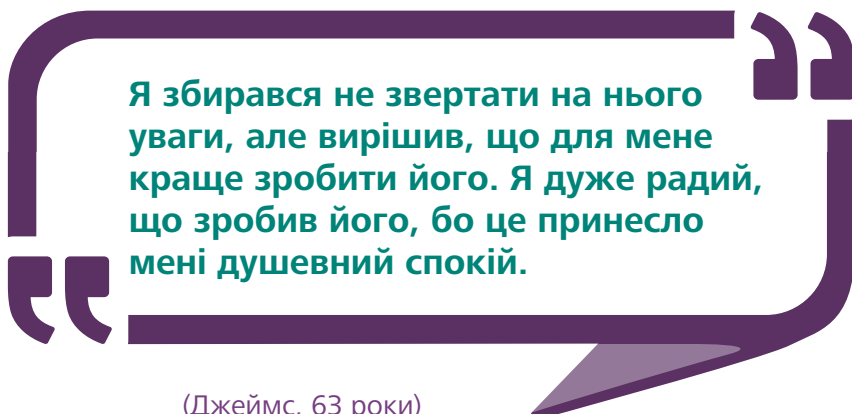
Що станеться після того, як я отримаю результат?

Більшість людей не потребуватиме жодного подальшого обстеження. Якщо кількість крові у зразку калу перевищує скринінгову межу, вас направлять до вашого Департаменту охорони здоров'я, де визначать, яке обстеження вам найкраще пройти.

Більшості людей призначають колоноскопію. Якщо вас запросять на колоноскопію, перед прийомом ви отримаєте інформацію про переваги та ризики цієї процедури.

Цей тест виявляє більшість, але не всі види раку кишечника. Це пов'язано з тим, що під час аналізу виявляється кров, а не всі ракові пухлини постійно кровоточать. Ми надсилатимемо вам черговий тест кожні два роки, поки вам не виповниться 75 років. Після цього ви можете звернутися до Шотландського центру скринінгу кишечника для проведення тесту (див. стор. 9).

Для отримання додаткової інформації про те, що означає результат вашого скринінгу на рак кишечника, відвідайте сайт **www.nhsinform.scot/bowelscreening**.



Я збирався не звертати на нього уваги, але вирішив, що для мене краще зробити його. Я дуже радий, що зробив його, бо це принесло мені душевний спокій.

(Джеймс, 63 роки)

Чи означає кров у моєму калі, що у мене точно рак кишечника?

Ні.

З кожних 500 осіб, які пройшли тест, лише 10 потребуватимуть подальшого обстеження. **З цих 10 тільки в одного буде рак кишечника.**

Якщо кількість крові, виявлена у вашому калі, перевищує нормальну скринінгову межу, нам необхідно з'ясувати причину цього. Зазвичай ми робимо це за допомогою колоноскопії. Ми повідомимо вас про це у листі. Колоноскопія включає введення тонкої гнучкої трубки в кишечник для його дослідження. Колоноскопія проводиться у лікарні. Зазвичай це амбулаторна процедура, тому вам не доведеться залишатися в лікарні довше кількох годин. Перед приїздом до лікарні потрібно буде випорожнити кишечник. Перед прийомом ви отримаєте чіткі інструкції, як це зробити.

Якщо вас запросять на колоноскопію, перед прийомом ви отримаєте інформацію про переваги та ризики цієї процедури.



9 з 10 людей виживають після раку кишечника, якщо його виявити та вилікувати на ранній стадії.

Чи виявляє тест усі випадки раку кишечника?

Ні. Тест виявляє більшість випадків раку кишечника, але не може виявити їх усі. Тест виявляє приховану кров у калі, але не всі ракові пухлини кровоточать. Ось чому, крім проведення тесту щоразу, коли вас запрошують, важливо також звертати увагу на симптоми раку кишечника.

Ознаки та симптоми раку кишечника:

- повторювані кровотечі з нижньої частини живота або кров у калі;
- нещодавні зміни в роботі кишечника (те, як часто ви ходите в туалет), які тривають понад чотири тижні і не повертаються до норми;
- водянистий кал сам по собі або разом із запорами (запори самі по собі менш небезпечні);
- сильний біль у животі, який не проходить, особливо після їжі, у поєднанні зі втратою ваги без докладання будь-яких зусиль;
- постійне відчуття втоми.

Поговоріть зі своїм медичним працівником, якщо...

ви помітили будь-які з вищезгаданих змін або щось іще, що не є для вас нормальним.

Чи можу я зробити щось, щоб знизити ризик розвитку раку кишечника?

Так.

Окрім проходження скринінгу на рак кишечника, ви можете:

- харчуватися здоровою їжею:
 - включати в раціон багато цільнозернових продуктів, бобів, зернобобових культур, фруктів та овочів;
 - обмежити споживання червоного м'яса, напівфабрикатів і продуктів з високим вмістом цукру та жиру (наприклад, напоїв з високим вмістом цукру);
- вести активніший спосіб життя;
- підтримувати здорову вагу;
- вживати менше алкоголю: відмова від вживання алкоголю сприяє профілактиці раку (для отримання додаткової інформації відвідайте сайт www.alcohol-focus-scotland.org.uk).
- кинути курити; якщо ви курите, зателефонуйте у службу **Quit Your Way («Зміни свій шлях»)** безкоштовно за номером **0800 84 84 84** або відвідайте сайт www.quityourway.scot, і вам допоможуть припинити курити;
- розповісти своєму лікареві загальної практики, якщо вас турбує стан вашого кишечника.

Ви можете знайти більше інформації про здоровий спосіб життя на сайті www.nhsinform.scot/healthy-living.

Що відбувається з моєю інформацією?

Національна служба охорони здоров'я (NHS) Шотландії зберігатиме вашу особисту інформацію про скринінг, включаючи результати тестів, у безпечному середовищі, затвердженому самою службою. Усі працівники NHS зобов'язані зберігати конфіденційність вашої особистої інформації. Це означає, що вона передається лише тим співробітникам, які беруть участь у вашому лікуванні.

Ми регулярно переглядаємо наші скринінгові процедури, щоб надавати найкращі послуги. Ми використовуємо інформацію, отриману в ході скринінгу, для покращення послуг та забезпечення їх відповідності узгодженим стандартам. Доступ до цієї інформації мають лише уповноважені працівники та відповідні медичні працівники.

Ми можемо використовувати інформацію для досліджень, освіти та навчання. В такому випадку ми видалимо ваші особисті дані.

Ви маєте право доступу та використання вашої особистої медичної інформації. Щоб отримати додаткову інформацію про ваші права або про порядок використання NHS вашої особистої інформації, відвідайте наступні вебсторінки: **www.nhsinform.scot/confidentiality** та **www.nhsinform.scot/data-protection**.

Відмова від участі у програмі скринінгу на рак кишечника

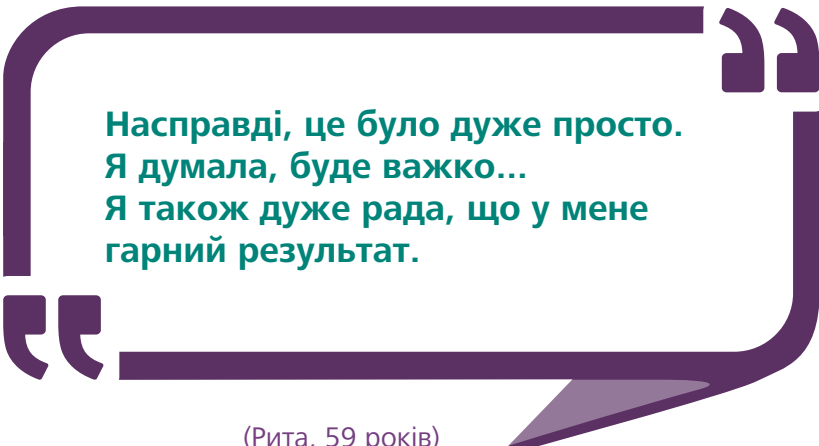
Ви самі вирішуєте, проходити вам скринінг чи ні. Якщо ви вирішите, що не бажаєте проходити скринінг і не бажаєте більше отримувати запрошення, ви можете відмовитися від участі. Це означає, що в майбутньому вас не запрошуватимуть на цей вид скринінгу.

Слід ретельно обмірковувати свою відмову. Це може означати, що якщо в майбутньому у вас виникне захворювання, на яке проводиться скринінг, його ранні ознаки залишаться непоміченими. Ви можете обговорити будь-які побоювання зі своїм сімейним лікарем або співробітником Шотландського центру скринінгу кишечника (див. на зворотній сторінці).

Де я можу знайти додаткову інформацію чи запитати про тест?

Консультанти Шотландського центру скринінгу кишечника будуть раді відповісти на будь-які ваші запитання та поважатимуть ваше право на приватне життя.

- Зателефонуйте на безкоштовну конфіденційну лінію допомоги за номером **0800 0121 833** (текстофон: **18001 0800 0121 833**).
- Адреса електронної пошти: **TAY.scottishbowelscreening@nhs.scot**.
- Ви також можете відвідати вебсайт: **www.nhsinform.scot/bowelscreening**.



Насправді, це було дуже просто.
Я думала, буде важко...
Я також дуже рада, що у мене
гарний результат.

(Рита, 59 років)



Переклади



Легке
читання



Британська
жестова
мова



Аудіо



Великий
шрифт



Шрифт
Брайля

Для отримання додаткової інформації, перекладу або викладу тексту в інших форматах скористайтеся нижчезазначеними контактними даними.



www.nhsinform.scot/bowelscreening



phs.otherformats@phs.scot



0131 314 5300



Сканувати

Агентство з охорони здоров'я Шотландії (Public Health Scotland) — це національна організація з покращення та охорони здоров'я та благополуччя населення Шотландії.

© Public Health Scotland, 2023

OGL

Дозволяється повторне використання публікації відповідно до Open Government Licence v3.0.
Для отримання додаткової інформації відвідайте сайт www.publichealthscotland.scot/ogl.

www.publichealthscotland.scot