



Informohuni:

**Ulni rrezikun e kancerit
të zorrës së trashë**





Ulni rrezikun e kancerit të zorrës së trashë

Çfarë është kanceri i zorrës së trashë?

Kanceri i zorrës së trashë (ose kolorektal) ndodh në zorrën e trashë dhe/ose në rektum.



Për fat të mirë, ekzaminimet rutinë mund ta parandalojnë atë ose ta ndihmojnë që të zbulohet herët, kur trajtimi shpesh funksionon

më së miri. Ekzistojnë metoda të ndryshme për ekzaminimin e kancerit të zorrës së trashë. Kolonoskopitë i lejojnë ofruesit e kujdesit shëndetësor që të zbulojnë dhe të heqin polipet ose zmadhimet nga zorra e trashë ose nga rektumi, për të ndihmuar në parandalimin e kancerit. Metoda të tjera (për shembull testet e jashtëqitjes) kërkojnë një kolonoskopi vijuese për personat që rezultojnë pozitivë.

Shenjat dhe simptomat

Simptomat e kancerit të zorrës së trashë përfshijnë gjak në jashtëqitje ose në rektum, humbje në peshë, diarre ose kapsllëk që nuk largohet. Personat me kancer të zorrës së trashë shpesh nuk shfaqin menjëherë shenja; ata duhet të ekzaminohen edhe nëse ndihen të shëndetshëm.



Faktorët e rrezikut

Ju mund të keni rrezik të lartë, nëse keni:

- Histori në familje me kancer të zorrës së trashë ose polipe parakanceroze
- Polipozë familjare adenomatoze (Familial adenomatous polyposis, FAP) ose kancer kolorektal jopolipoz të trashëguar (hereditary nonpolyposis colorectal cancer, HNPCC), i quajtur edhe si sindroma Lynch
- Kolit ulcerativ ose sëmundje të Crohn-it

Nëse keni ndonjë prej këtyre faktorëve të rrezikut, flisni me ofruesin e kujdesit shëndetësor. Mund t'ju duhet që ta filloni ekzaminimin herët në kohë.



Nëse nuk keni sigurime, mund të kualifikoheni për t'u regjistruar për një mbulim pa

kosto ose me kosto të ulët. Mund të telefononi **311** dhe të merrni ndihmë falas dhe personale për regjistrimin. Për të mësuar më shumë rreth ekzaminimit pa kosto ose me kosto të ulët, vizitoni nyc.gov/health dhe kërkoni për “**colon cancer**” (kanceri i zorrës së trashë).



TESTET EKZAMINUESE

Ekzistojnë disa metoda të ekzaminimit për kancer të zorrës së trashë, duke përfshirë testet vizuale dhe testet e jashtëqitjes. Testet e renditura më poshtë dhe që ndiqen nga një yllth (*), kërkojnë kolonoskopi **vijuese të shpejtë** për personat që rezultojnë pozitivë.



Testet vizuale kërkojnë për inde të pazakonta në zorrën e trashë ose në rektum:

- **Kolonoskopia**
- **Sigmoidoskopia fleksibël***
- **Kolonografia me Tomografi kompjuterike (Computerized tomography, CT)***



Testet e jashtëqitjes kërkojnë për shenja kanceri në jashtëqitje:

- **Testi imunokimik fekal (Fecal Immunochemical Test, FIT)***
- **Testi me ndjeshmëri të lartë, me bazë guajaku, i gjakut okult fekal (High-sensitivity guaiac-based fecal occult blood test, HSgFOBT)***
- **Testi i ADN-së në feçe, për qëllime të shumëfishta (Multi-target stool DNA test, FIT-DNA)***

Për më shumë informacion rreth këtyre opsioneve të ekzaminimit, vizitoni [nyc.gov/health](https://www.nyc.gov/health) dhe kërkonte për **“colon cancer screening”** (ekzaminimi për kancer të zorrës së trashë).

Pyetjet më të shpeshta

Kur duhet të filloj me ekzaminimin për kancerin e zorrës së trashë?

Flisni me ofruesin e kujdesit shëndetësor rreth rrezikut. Shumica e personave duhet të pyesin për ekzaminimin, duke filluar nga mosha 45 vjeçare. Personat me rrezik më të lartë, mund të duhet që ta fillojnë më herët.

Ndihem i shëndetshëm. A duhet të ekzaminohem gjithsesi?

Kanceri i zorrës së trashë mund të mos shkaktojë menjëherë simptoma. Edhe nëse ndiheni të shëndetshëm, duhet që të ekzaminoheni. Gjetja dhe heqja e hershme e polipeve mund të ndihmojë në parandalimin e kancerit të zorrës së trashë.

Cili test ekzaminues është më i mirë?

Secili test ekzaminues ka përfitime dhe rreziqe të ndryshme. Pyesni ofruesin e kujdesit shëndetësor rreth opsioneve tuaja, për të mësuar se cili test i përshtatet nevojave tuaja.

Çfarë ndodh pas testit?

Mos harroni të ndiqeni! Pyesni ofruesin e kujdesit shëndetësor se kur duhet ta bëni ekzaminimin tjetër të kancerit të zorrës së trashë.

A do ta mbulojë sigurimi im ekzaminimin, përpara moshës 50 vjeç?

Pjesa më e madhe e planeve të sigurimit, duke përfshirë Medicaid dhe Medicare, i mbulojnë ekzaminimet e kancerit të zorrës së trashë, duke filluar nga mosha 50 vjeçare. Mbulimi i ekzaminimit përpara moshës 50 vjeçare ndryshon. Pyesni ofruesin e kujdesit shëndetësor rreth rrezikut të kancerit të zorrës së trashë dhe kontrolloni mbulimin nga sigurimet, përpara testit ekzaminues, për të shmangur fatura të papritura. Ekzistojnë disa opsione ekzaminimi, disa mund të jenë më të përballueshme se të tjerat.



Mënyra të tjera për të ulur rrezikun:

- Ruani një peshë të shëndetshme dhe qëndroni aktivë fizikisht.
- Hani më pak mish të përpunuar (për shembull pastërma, salsiçe, proshuta).
- Nëse pini duhan, planifikoni që ta lini. Për ndihmë në lënien e duhanit, telefononi në **311** ose vizitoni nyc.gov/health dhe kërkoni për **NYC Quits**.
- Konsumi i alkoolit mund të rrisë rrezikun e kancerit në zorrën e trashë. Vizitoni nyc.gov/health dhe kërkoni “**alcohol and health**” (alkooli dhe shëndeti) për më shumë informacion.

Më shumë informacion

Vizitoni nyc.gov/health dhe kërkoni për “**colon cancer**” (kanceri i zorrës së trashë).

Shoqata Amerikane e Kancerit
(American Cancer Society)

cancer.org/cancer/colon-rectal-cancer

Qendra për Kontrollin dhe Parandalimin
e Sëmundjeve (Centers for Disease
Control and Prevention)

cdc.gov/cancer/colorectal

Instituti Kombëtar i Kancerit
(National Cancer Institute)

cancer.gov/types/colorectal

Departamenti i Shëndetit të Shtetit të Nju
Jorkut (New York State Department of Health)

health.ny.gov/diseases/cancer/colorectal