কোলন ক্যানসার স্ক্রিনিং তথ্য-পত্র

পরীক্ষণের প্রকার: কোলনোস্কোপি

যে কোনও ব্যক্তির কোলন ক্যানসার হতে পারে। এটি সব বর্ণ এবং জাতির গোষ্ঠিকে প্রভাবিত করতে পারে। নিয়মিত স্ক্রিনিং আপনার স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানকারীকে প্রারম্ভিক পর্যায়ে ক্যানসার সনাক্ত করতে সাহায্য করতে পারে, যখন এগুলির চিকিৎসা করা সহজ। কোলন থেকে পলিপ্স অথবা অস্বাভাবিক বৃদ্ধির সন্ধান এবং অপসারণ করেও স্ক্রিনিং ক্যানসার প্রতিরোধ করতে পারে।

স্ক্রিনিংয়ের জন্য বিভিন্ন পরীক্ষণ বিকল্প আছে। আপনার জন্য সঠিক পরীক্ষণ বেছে নেওয়ার উদ্দেশ্যে আপনার প্রদানকারীর সঙ্গে কথা বলুন।

কে? কোলন ক্যানসারের প্রতি গড়পরতা ঝুঁকি গ্রস্ত লোকেরা কোলন ক্যানসারের জন্য কোলনোস্কোপি করাতে পারেন। কোন বয়সে স্ক্রিনিং আরম্ভ করতে হবে সে সম্পর্কে আপনার স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানকারীর সঙ্গে কথা বলুন। যদি আপনার কোলন ক্যানসারের বর্ধিত ঝুঁকি থাকে তাহলে আপনার তাড়াতাড়ি স্ক্রিনিংয়ের প্রয়োজন হতে পারে। একটি পরীক্ষণ বেছে নেওয়ার আগে আপনার প্রদানকারীর সঙ্গে নিজস্ব চিকিৎসাগত এবং পারিবারিক চিকিৎসাগত ইতিহাসের ব্যাপারে আলোচনা করুন। আপনার এর মধ্যে কোনও একটি ঝুঁকি থাকলে তাদেরকে বলুন:

- কোলন ক্যানসার অথবা প্রিক্যানসেরাস পলিপ্সের ইতিহাস
- কোলন ক্যানসার অথবা প্রিক্যানসেরাস পলিপ্সের সহ পিতা-মাতা, ভাই-বোন অথবা বাচ্চা
- ফ্যামিলিয়ান অ্যাডেনোম্যাটাস পলিপোসিস (Familial adenomatous polyposis, FAP) অথবা হেরেডিটারি ননপলিপোসিস কোলোরেক্টাল ক্যানসার (hereditary nonpolyposis colorectal cancer, HNPCC), এটিকে লিঞ্চ সিন্ড্রোমও (Lynch syndrome) বলা হয়।
- আলসেরেটিভ কোলাইটিস অথবা ক্রোন্স ডিজিজ

কী? আপনি কোলনোস্কোপি করানোর সময়, একজন স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানকারী আপনার কোলন এবং রেক্টামের মধ্যে অস্বাভাবিক কোষ সন্ধান করার জন্য একটি ছোট ক্যামেরা ব্যবহার করে এবং পলিপ্স অথবা অস্বাভাবিক বৃদ্ধি অপসারণ করে। এটি করানো ক্যানসারের বৃদ্ধি প্রতিরোধ করতে পারে অথবা ইতিমধ্যেই বিদ্যমান থাকলে প্রারম্ভিক পর্যায়ে খুঁজতে সাহায্য করে। আপনার প্রদানকারী আপনাকে অ্যানেসথেশিয়া (ঔষধ) প্রদান করবে যার কারণে পরীক্ষণের আগে আপনি ঘুম-ঘুম অনুভব করবেন। এই পরীক্ষণের সময়, একজন প্রদানকারী রেক্টাম এবং কোলনের ভিতরে দেখার জন্য রেক্টামের মধ্যে একটি পাতলা টিউব প্রবেশ করায়। এই অ্যাপয়েন্টমেন্টের জন্য কয়েক ঘন্টা সময় লাগবে কিন্তু পরীক্ষণের জন্য আনুমনিক 30 মিনিট সময় লাগবে। ঘুম থেকে ওঠার পর পরীক্ষণ করিয়েছেন বলে আপনার নাও মনে থাকতে পারে। আপনার প্রদানকারী আপনার সাথে এই পরীক্ষণের অর্থের ব্যাপারে আলোচনা করবে। আপনাকে অ্যানেসথেশিয়া দেওয়া হলে পরীক্ষণের পর আপনাকে হেঁটে, সাবওয়ে, বাস অথবা গাড়ীর সাহায্যে বাড়ি নিয়ে যাওয়ার জন্য আপনার সঙ্গে কাউকে থাকতে হবে।

কখন? যদি আপনার কোলন ক্যানসার হওয়ার গড়পরতা ঝুঁকি থাকে তাহলে আপনাকে প্রত্যেক 10 বছরে একবার এই পরীক্ষণটি করাতে হবে।

কোথায়? একজন স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানকারী একটি মেডিক্যাল অফিস অথবা হাসপাতালে এই পীরক্ষাটি করে।

কেন? কোলনোস্কোপি কোলন এবং রেক্টাল ক্যানসার সনাক্ত এবং প্রতিরোধ করে। যদি পরীক্ষায় ক্যানসার দেখা যায় তাহলে আপনার প্রদানকারী এটি ছড়াবার আগে অপসারণ করতে সক্ষম হতে পারে।

কিভাবে? কোলনোস্কোপির আগের দিন আপনাকে বিশেষ খাদ্য খেতে হবে। এই খাদ্যের মধ্যে কোনও কঠিন খাবার থাকবে না এবং কেবল স্বচ্ছ তরল থাকবে (কোনও দুগ্ধ, শাঁস, অথবা লাল অথবা বেগুনী পানীয় নয়)। আপনার প্রদানকারী আপনাকে পান করার জন্য একটি ওষুধ (বাওয়েল প্রিপারেশন লিকুইড) প্রেস্ক্রাইব করবেন, যার কারণে আপনাকে বার-বার পেট পরিষ্কার করতে হবে। এটি পরীক্ষার আগে কোলন পরিষ্কার করে। আপনার সহজেই শৌচালয়ে পৌঁছানোর ব্যবস্থা করতে হবে। পরীক্ষার দিনে আপনি কোনও কিছু খাবেন অথবা পান করবেন না। আপনার কোলন পরিষ্কার করার জন্য আরও বেশি বাওয়েল প্রিপারেশন লিকুইড একটি ব্যতিক্রম হতে পারে।

এই পরীক্ষণের কি কোনও ঝুঁকি আছে? একটি কোলনোস্কোপি সাধারণতঃ নিরাপদ এবং সাধারণত ব্যথা-মুক্ত হয়। এটির কিছু বিরল জটিলতার ঝুঁকি আছে যেমন জলবিয়োজন, কার্ডিওভ্যাস্কুলার ঘটনা, সংক্রমণ, অথবা কোলন পারফোরেশন অথবা রক্তক্ষরণ। আপনার প্রদানকারীর সাথে ঝুঁকি এবং সুবিধা সম্পর্কে আলোচনা করুন।

আপনার জন্য কোন স্ক্রিনিং পরীক্ষণ সঠিক?

কোলন ক্যানসার স্ক্রিনিংয়ের ফারাক

পরীক্ষণের ফলাফল	কোলনো স্কোপি	FIT*	HSgFOBT*	FIT-DNA*
কোলন ক্যানসার সনাক্ত করতে পারে	✓	✓	✓	✓
কোলন ক্যানসার প্রতিরোধ করতে পারে	✓	*	*	*
ফলাফল অস্বাভাবিক হলে ফলো-আপ পরীক্ষার (কোলনোস্কোপি) প্রয়োজন	–	✓	✓	✓
পরীক্ষণ প্রক্রিয়া				
আপনি বাড়িতে এই পরীক্ষণ করেন	–	✓	✓	✓
এর জন্য আপনাকে মল নাড়াচাড়া করতে হয়	–	✓	✓	✓
আপনি বছরে একবার এই পরীক্ষা করান	–	✓	✓	–
আপনি প্রত্যেক তিন বছরে একবার এই পরীক্ষা করান	–	–	–	✓
আপনি প্রত্যেক 10 বছরে একবার এই পরীক্ষা করান	✓	–	–	–
একজন স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানকারী একটি মেডিক্যাল অফিস অথবা হাসাপতালে এই পরীক্ষা করে	✓	–	–	–
আগের দিন একটি বিশেষ খাদ্যের প্রয়োজন হয়	✓	–	–	–
কয়েক দিনের জন্য খাদ্যের সীমাবদ্ধতার প্রয়োজন হতে পারে	–	–	✓	–
সাধারণতঃ আগে অ্যানেসথেশিয়া অন্তর্ভুক্ত করা হয়	✓	–	–	–
কোলনের ভিতরে দেখার একটি প্রক্রিয়া	✓	–	–	–
বিরল জটিলতার ঝুঁকি অন্তর্ভুক্ত রযেছে যেমন কোলন পারফোরেশন অথবা রক্তক্ষরণ	✓	*	*	*
বাড়ি পৌঁছানোর জন্য একজন সঙ্গীর প্রয়োজন	✓	–	–	–

(পরীক্ষণের প্রকার)

*যদি এই পরীক্ষা অস্বাভাবিক ফলাফল উপস্থাপন করে, কোলনোস্কোপির মাধ্যমে পরবর্তী পরীক্ষণের প্রয়োজন হতে পারে। যদি ফলো-আপ কোলনোস্কোপি অস্বাভাবিক বৃদ্ধি অথবা পলিপ্স সনাক্ত করে তাহলে এগুলি অপসারণ করা হলে ক্যানসারে প্রতিরোধ করতে সাহায্য করতে পারে।

সংজ্ঞা:
FIT = ফেকাল ইমিউনোকেমিক্যাল টেস্ট
HSgFOBT = হাই-সেন্সিটিভিটি গোয়াইক-বেসড্ ফেকাল অকাল্ট ব্লাড টেস্ট
FIT-DNA = মাল্টি-টার্গেট স্টুল DNA টেস্ট

কোথায় কোলন ক্যানসার পরীক্ষা করাবেন: স্ক্রিনিংয়ের সময় নিশ্চিত করার জন্য আপনার স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানকারীর সঙ্গে কথা বলুন।

অর্থ পরিশোধ: Medicaid এবং Medicare সহ বেশিরভাগ বীমা প্ল্যানেই কোলন ক্যান্সারের স্ক্রীনিং কভার করা হয়। তবে, কভারেজ ভিন্ন হতে পারে। আপনার স্ক্রীনিং টেস্ট করানোর আগে কভারেজ সম্পর্কে জানতে আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী এবং বীমাকারীর সাথে যোগাযোগ করুন। যদি আপনার বীমা না থাকে, তাহলে আপনি কম খরচে বা বিনা খরচের কভারেজের জন্য সাইন আপ করার যোগ্য হতে পারেন। একটি প্ল্যানে সাইন আপ করার জন্য বিনামূল্যে সহায়তা পেতে আপনি **311**-এ কল করতে পারেন।

বীমা নেই এমন নিউ ইয়র্কবাসীরা কম খরচের বা বিনা খরচের স্ক্রীনিংয়ের জন্য যোগ্য হতে পারে।

কোলন ক্যান্সার এবং স্ক্রিনি বিকল্প সম্পর্কে আরও জানার জন্য nyc.gov/health-এ যান এবং “colon cancer” (কোলন ক্যানসার) অনুসন্ধান করুন।