

## BOWEL CANCER SCREENING

### The Facts

#### تافیکردنه وهی نه خوشیی شیرپه نجه ی ریخۆله

#### چه ندراستیییه ك

#### مه به ست له ئاماده کردنی نه م نامیلکه په چیییه ؟

نه م نامیلکه په چه ندرانباریییه كت سه بارهت به نه خوشیی شیرپه نجه ی ریخۆله پیده دات، و له سوود و مه ترسییه کانی تافیکردنه وهی نه خوشیی شیرپه نجه ی ریخۆله ناگادارت دهکات. مه به ستی نه م نامیلکه په بریتیییه له وهی که ناگادارییه کی ته واوت هه بیت سه بارهت به به شداری کردن یان نه کردن له پرۆگرامی NHS بۆ تافیکردنه وهی نه خوشیی شیرپه نجه .

#### مه به ست له تافیکردنه وهی نه خوشیی شیرپه نجه ی ریخۆله چیییه ؟

- مه به ست له تافیکردنه وهی نه خوشیی شیرپه نجه ی ریخۆله بریتیییه له ناسینه وهی شیرپه نجه ی ریخۆله له فۆناغه کانی هه ره سه ره تاییه کانیدا (له و خه لکانه دا که هیچ نیشانه په کی نه م نه خوشیییه یان تیدا به دیار نه که وتوه)، له به ره نه وهی چاره سه ره کردن کاریکه ریییه کی باشتری ده بیت.
- تافیکردنه وهی شیرپه نجه ی ریخۆله هه ره ها ده توانی گریکانی ناو ریخۆله ده ستنیشان بکات. نه مانه نیشانه ی نه خوشی شیرپه نجه نین به لام له که ل تیبه ربوونی کاتدا له وانه په ببنه هوی نه خوشیی شیرپه نجه . نه وانه ده کریت به هاسانی لابیرین و له ناو بچن و له م رینگه په وه پینش به مه ترسی ته شه نه سه ندنی نه خوشیی شیرپه نجه بگریت.

#### ئایا نه نجامدانی تافیکردنه وهی نه خوشیی شیرپه نجه ی ریخۆله گرنکه ؟

- نزیکه ی یه ک له سه ره 20 ی خه لکی به ریتانی له ماوهی ژانیاندا توشی نه خوشیی شیرپه نجه ی ریخۆله ده بن.
- شیرپه نجه ی ریخۆله سیهه م نه خوشی شیرپه نجه ی هه ره باوه له به ریتانیا، و دووهه م هوی سه ره کی مردن به هوی نه خوشیی شیرپه نجه په ، هه موو سانیگ زیاتر له 16,000 که س به هوی نه م نه خوشیییه وه گیانیان له ده ست ده دن (تویزینه وه سه بارهت به نه خوشیی شیرپه نجه له به ریتانیا، 2005. کانسه رستاس).
- سه لمینراوه که تافیکردنه وهی ریکوپییکی نه خوشیی شیرپه نجه ی ریخۆله مه ترسی تووش بوون به شیرپه نجه ی ریخۆله به ریژه ی 16% که م ده کاته وه (کۆزانیاریی کۆچره یین سه بارهت به چاوپیداخشاندهن وه سیستماتیکیه کان، 2006. تافیکردنه وهی نه خوشیی شیرپه نجه ی ریخۆله به که لک وه رگرتن له تافیکردنه وهی خوینی پیسایی له ش: تازه کردنه وه یه ک).

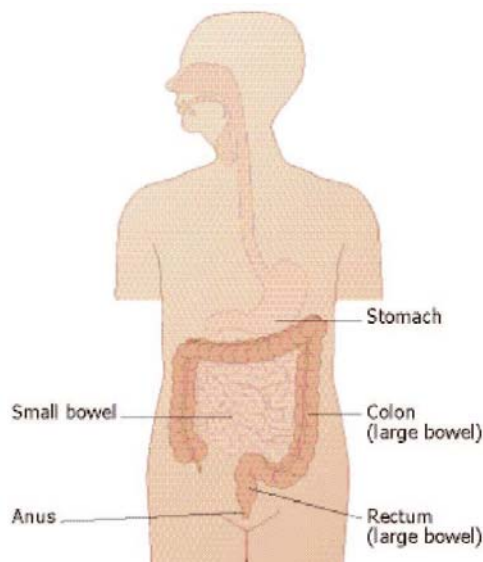
#### پرۆگرامی NHS بۆ تافیکردنه وهی نه خوشیی شیرپه نجه ی ریخۆله چیییه ؟

پرۆگرامی NHS بۆ تافیکردنه وهی نه خوشیی شیرپه نجه ی ریخۆله هه موو دوو سال جاریک تافیکردنه وه یه ک پینشکه ش به ژنان و پیاوانی ته مه ن نیوان 60 تا 69 سال ده کات. نه و که سانه ی خاوه نی نه و ته مه نانه ن به شیوه په کی ئۆتۆماتیکی بانگه یشتنیکیان بۆ ره وانه ده کریت و نه وانیش ده توانن نه م تافیکردنه وه یه له ماله وه نه نجام بدهن. دکتۆری گشتیت ورده کارییه کانی پیوه ندی کردن بۆ تۆ ده سته به ره ده کات، که واته گرنکه که دکتۆره که ت ناو و ناو نیشانی راست و دروست و بی هه له ی توی له لایبت.

له پاش نه نجامدانی په که م تافیکردنه وه ، هه موو دوو سال جاریک و تاکو ته مه نت ده بیته 69 سال بانگه یشتنیکت بۆ نه نجامدانی تافیکردنه وهی ریخۆله بۆ ره وانه ده کریت. نه گه ره ته مه نت 70 سال یان زیاتره ، ده توانی پیوه ندی به و ژماره ته له فۆنه به خۆراییییه بکه یت که له کۆتایی نه م نامیلکه په دا چاپ کراوه و داوا ی نامراز ی تافیکردنه وه یان لی بکه یت.

## ئەركى رېخۇلە چىيە؟

رېخۇلە بەشىكە لە كۆنە ندامى ھە زم كردن لە لە شماندا و دوو جۆر رېخۇلە ھە بە ، رېخۇلە ي بچووك و رېخۇلە ي گە و رە . رېخۇلە ي گە و رە لە كۆلۈن و كۆم پىك ھاتوھ .



وینە ی رېخۇلە

رېخۇلە ي بچووك Small bowel; كۆم Anus; مە عیدە Stomach  
كۆلۈن (رېخۇلە ي گە و رە) Colon (large bowel); رېكتووم (رېخۇلە ي گە و رە) Rectum (large bowel);

ئە و خۇراكى دەپخۇين لە مە عیدە وە دە چیتە ناو رېخۇلە ي بچووكە وە . دواى ئە وە ي رېخۇلە ي بچووك ماكە پىويستە كان بە لە ش دەگە يە نیت، ئە و خۇراكى ھە زم نابیت دە چیتە ناو رېخۇلە ي گە و رە وە و لە وى ئاوى ماكى زیادى لىھە لئە چۆریت. ماكى زیادى لە دەروازە ي كۆم (كونى پشته وە ي لە ش) رادەگىریت ھە تاكو لە ش ئە م ماكە زیادىيە لە كۆل خۇى دەكاتە وە (كە بە م ماكە فرىدراوہ دەگوتريت گوو يان پىسايى لە ش).

## شېرپە نچە ي رېخۇلە چىيە؟

شېرپە نچە ي رېخۇلە ھە روہا بە شېرپە نچە ي كۆلۈن، رېكتال يان كۆلۈرېكتالېش دەناسریت. ناوہ وە ي رېخۇلە لە چە ند سىلوولنىك پىك ھاتوہ كە بە رەوام نوئ دەبنە وە . جار جار ئە م سىلوولانە زۇر خىرا زیاد دەكە ن و لە دەورە ي يە كتر كۆدەبنە وە كە بە گرىي رېخۇلە دەناسرین (جار جار ئادىنۇمانېشيان پىدەگوتريت). ئە م گرىيانە نابنە ھۇى تووش بوون بە شېرپە نچە (زۇر جار بى نازارن) بە لام لە وانە يە بە درىزايى تە مە ن بگۆرن و بىنە ھۇى نە خۇشىي شېرپە نچە . شېرپە نچە ي بە نازار ئە و كاتە دیتە ئاراوہ كە سىلوولە كانى شېرپە نچە دەتوانن لە شوینى سە رەكى خۇيانە وە بلا و بىنە وە و بە رە و لايە نە كانى تری لە ش پە ل باويژن.

## چ كە سىك لە ژىر مە ترسى تووش بوون بە نە خۇشىي شېرپە نچە ي رېخۇلە داپە؟

- پىاو و ژن ھە ر دووكيان لە ژىر مە ترسى تووش بوون بە نە خۇشىي شېرپە نچە ي رېخۇلە دان.
- لە گە ل بە رە ژوور جوونى تە مە ندا مە ترسى تووش بوون بە نە خۇشىي شېرپە نچە ي رېخۇلە زياتر دەبیت. ھە شت لە سە ر 10 ي ئە و كە سانە ي كە تووشى شېرپە نچە ي رېخۇلە دەبن تە مە نيان لە سە رووى 60 سالە وە يە .
- ئە و خە لكانە ي كە لە ناو خىزانىاندا نە خۇشىي شېرپە نچە ي رېخۇلە يان بۇ ماوہ تە وە زياتر لە ژىر مە ترسىي تووش بوون بە م نە خۇشىيە ن.
- ئە و كە سانە ي كە كە م وەر زش دەكە ن، ئە وانە ي كە قورسايى لە شيان زياتر لە ئاستى پىويستە ، و ئە و كە سانە ي كە گۇشتى سوور زۇر دە خۇن و سە وزە ، ميوہ و فاير كە م دە خۇن زياتر لە ژىر مە ترسى تووش بوون بە نە خۇشىي شېرپە نچە ي رېخۇلە ن.

## تاقىكردنه وەكە بە چ شىۋە يەك بە رېۋە دەجىت؟

- لە تاقىكردنه وەكە دا سە يىرى نە ختېكى وردى خوين لە ناۋئاخنى ريخۇلە دەكرىت كە ديارە ناتوانى بېيىنىت. پىي دەگوتىت تاقىكردنه وەي خوينى شاراۋەي بە رماۋى لەش (FOB).
- گرىكان و شىرپە نچە ي ريخۇلە جار جار دەبنە ھۇي خوينىزى، ھە ر بۇيە شە سە يىريان دەكرىت بۇ ئە ۋەي بزانرىت ئايا خوين لە بە رماۋى لە شدا ھە يە يان نا.
- تاقىكردنه وەي FOB نە خۇشى شىرپە نچە ديار ناخات، بە لام ئە نجامى ئە م تاقىكردنه وەيە پىت دە ئىت ئايا پىۋىستىت بە تاقىكردنه وەي ريخۇلە كانت ھە يە يان (تاقىكردنه وەكە كۆلۈنۈسكۆپى پىدەگوتىت).

## تاقىكردنه وەي (FOB) بە چ شىۋە يەك ئە نجام دەدرىت؟

خۇت لە مالى خۇت و بە تە نيا تاقىكردنه وەي FOB ئە نجام دەدەيت. كە رستە ي تاقىكردنه وە رىگە يە كى ھاسانت بۇ ۋە رگرتنى نمونە يە كى بچووك لە بە رماۋى ناۋ ريخۇلە ت پىشان دەدات. ئە و نمونە يە لە كارتىكى تايپە تە ۋە دەدەيت و دەيخە يتە ناۋ زە رھىكى سە رگراۋى تايپە ت و بە پۇستە ي بە خۇرايى بۇ تاقىگە يە كى دەنيرىە ۋە بۇ ئە ۋەي سە يىرى نمونە كە بگە ن. ھە موو كە رستە يە كى تاقىكردنه وە رىنمايە كە ي تىر و تە سە لى لە گە لدايە . لە ۋانە يە پىت ۋابىت كە ئە نجامدانى ئە م تاقىكردنه وە يە لە ۋانە يە نە ختېك ناخۇش بىت يان ئازارت پى بگە يە نىت، بە لام ئە م تاقىكردنه وە يە تە نيا چە ند خولە كىك دە خايە نىت و رىگە يە كى زۇر كاريگە رە بۇ پىشگرتن لە تووش بوون بە نە خۇشى شىرپە نچە ي ريخۇلە .

## ئە نجامى تاقىكردنه وەكە كە ي ۋە ر دەگرە ۋە و واتاي چىيە ؟

لە ماۋە ي دوو ھە فته پاش ناردىنى نمونە كە بۇ تاقىگە دەبىت ئە نجامى تاقىكردنه وەكە ت بە دەست بگات. ئە ۋە نجامە ي بە دەست دەگات لە ۋانە يە سى جۇر بىت.

- ئە نجامىكى ئاسايى بە و واتايە يە كە خوين لە نمونە كە تدا نە بىنراۋە . زوربە ي خە لك (ۋاتە 98 لە سە ر 100) ئە نجامىكى ئاسايى ۋە ر دەگرە ن. ژمارە يە كى كە م لە م خە لكە بە ھۇي روون نە بوونى ئە نجامى تاقىكردنه وەكە پىۋىستە جارىكى تر تاقىكردنه وەكە ئە نجام بدەنە ۋە .
- ئە نجامىكى ئاسايى تاقىكردنه وە ئە ۋە مسۇگە ر ناكات كە ئىستاكە نە خۇشى شىرپە نچە ي ريخۇلە ت نىيە پاخود لە داھاتوودا تووشى ئە م نە خۇشىيە نابىت، كە ۋاتە زۇر گرنگە كە ناگادارى نىشانە كانى نە خۇشى شىرپە نچە ي ريخۇلە بىت (كە لە لاپە رە 5 دا شىكراۋە تە ۋە). لە ماۋە ي دوو سالى دواتردا جارىكى تر داۋاي تاقىكردنه وەي شىرپە نچە ي ريخۇلە ت لىدە كرىتە ۋە .

- ئە نجامىكى نادىيار بە و واتايە يە كە مە ترسىيە كى زۇر كە م ھە يە كە خوين لە تاقىكردنه وەي FOB كە تدا بىنرابىت. ئە مە لە ۋانە يە بە ھۇي ھە لمسانى چە ند رە گىكى دەورى كۆم يان قورحە ي مە عىدە ۋە ھاتبىتە ئاراۋە . ۋە رگرتنى ئە نجامىكى نادىيار بە و واتايە نىيە كە نە خۇشى شىرپە نچە ت ھە يە ، بە لكو پىۋىستە تاقىكردنه وەي FOB جارىكى تر ئە نجام بدەيتە ۋە .
- ئە گە ر ئە نجامىكى نادىيار بە دەست بگات، داۋات لىدە كرىت تاقىكردنه وەي FOB دوو جارى تر ئە نجام بدەيتە ۋە . ئە مە بۇيە گرنگە چونكە گرىكان و شىرپە نچە كان ھە مىشە خوين نارىژن و گرنگە لە ۋە ئاگادار بىت كە ئايا پىسايى لە شت خوينى تىدايە يان نا. نزىكە ي چۈار لە سە ر 100 كە س ئە نجامىكى نادىيارى تاقىكردنه وە يان بە دەست دەگات. زوربە ي ئە ۋە كە سانە ي كە دوبارە تاقىكردنه وەكە ئە نجام دەدەنە ۋە ئە نجامىكى ئاسايى ۋە ر دەگرە ن.

- ئە نجامىكى ئاسايى پىشان دەدات كە لە تاقىكردنه وەي FOB تدا لە ۋانە يە خوين دىترابىت. ئە مە نىشانە ي ھە بوونى نە خۇشى شىرپە نچە نىيە ، بە لام بە و واتايە يە كە تاقىكردنه وەي كۆلۈنۈسكۆپىت بۇ دەكرىت. ئە م ئە نجامە ئاسايى بە ۋانە يە بە ھۇي خوينىزىيى گرىكانى ريخۇلە ۋە ھاتبىتە ئاراۋە و پىۋەندى بە شىرپە نچە ي ريخۇلە ۋە نە بىت. ھە رۋە ھا لە ۋانە يە بە ھۇي ھۇكارى دىكە بۇ نمونە ھە لمسانى رەگە كانى دەورى كۆمە ۋە ھاتبىتە ئاراۋە .
- ئە گە ر ئە نجامىكى ئاسايى ۋە ر بگرت، كاتىكى چاۋپىكە ۋە تن لە گە ل نىرسىكى پىسپورت بۇ دىيارى دەكرىت بۇ ئە ۋە ي بە شىۋە يە كى قولتۇر باسى تاقىكردنه وە ي ريخۇلە (كۆلۈنۈسكۆپى) بگە يت، ھە رۋە ھا بۇ ئە ۋە ي بزانىت كە ئايا ھىچ ئاستە نگىكى ئە ۋە ۋە ھە يە كە پىۋىستى بە چارە سە ر كرىن ھە بىت يان نا. نزىكە ي دوو لە سە ر 10 ي ئە ۋە كە سانە ي تاقىكردنه وەكە ئە نجام دەدەن ئە نجامىكى ئاسايى بە دەست دەگات.

## كورتە يەك سە بارەت بە ئە نجامى تاقىكردنه وەكان

ئاسايى	پىويست بە تاقىكردنه وەى زياتر ناكات. بانگىشتن دەكرىت بۇ ئە وەى لە دوو سالى تردا نامادەى تاقىكردنه وەى بەى كى تر بىت.
ناديار	تاقىكردنه وەى FOB ئە نجام بدە وە.
نااسايى	كاتىكى چاوپىكە وتنت بۇ ديارى دەكرىت بۇ باس كردنى كۇلۇنۇسكۇپى.

## كۇلۇنۇسكۇپى چىيە ؟

كۇلۇنۇسكۇپى تويۇنە وەى بە كە برىتايە لە سە ير كردنى راستە وخۇى ناو ريخۇلە . سۇندەى كى بارىك كە كامىرا بە كى بچووكى بە سە رىە وە نووسىنراوہ (بە ناوى كۇلۇنۇسكۇپ) لە كونى پشته وەت دەخرىتە ناو لە شتە وە و دەنيردرىتە ناو ريخۇلە كانتە وە . ئە گەر گرىيە ك بە رچا و بکە وىت، دەكرىت بە ناردىنى واىە رىكى بارىك بە ناو سۇندەى كۇلۇنۇسكۇپە كە وە زوربەى ئە م گرىيانە بە بىن هىچ ئىش و نازارىك لابرېن . نمونەى هە لگىر او سە ير دەكرىت بۇ ئە وەى بزائرىت كە نايا هىچ سلوولىكى نااسايى تىدايە كە ببىتە هۇى نە خۇشى شىرپە نچەى ريخۇلە يان نا .

- نزيكەى پىنج لە سە ر 10 ى ئە و كە سانەى كە كۇلۇنۇسكۇپى ئە نجام دەدەن ئە نجامىكى ئاسايى وەردەگرن (واتە نە خۇشى شىرپە نچە يان گرىيان نىيە) .
- نزيكەى چوار لە سە ر 10 ى ئە و كە سانەى كە گرىيان لە ناو ريخۇلە ياندا هە يە ، ئە م گرىيانە لە لە شىيان هە لدەگىرئىت بۇ پىشگرتن بە تە شە نە سە ندىنى نە خۇشى شىرپە نچە .
- يە ك لە سە ر 10 ى خە لك لە ئە نجامى كۇلۇنۇسكۇپىدا بۇيان دەردەكە وىت كە نە خۇشى شىرپە نچە يان هە يە .

كۇلۇنۇسكۇپى باشتىن و كارىگە رترىن رىگە يە بۇ ناسىنى نە خۇشى شىرپە نچەى ريخۇلە . زوربەى خە لك تاقىكردنه وەى كۇلۇنۇسكۇپى بە شىوہەى كى زۇر هاسان ئە نجام دەدەن . بە لام وەكو هە موو كردارىكى پزىشكى تر، لە وانە يە هە ندىك ناستە نك بىنە ئاراوہ . ئە مە لە وانە يە برىت بىت لە خوينىرئىيە كى فورس (نزيكەى يە ك لە سە 150 كە س) كە پىويستىان بە تويۇنە وەى زياتر يان نامۇزگارى پزىشكى هە يە . كۇلۇنۇسكۇپ لە وانە يە ناوہ وەى ريخۇلە كون بكات (يە ك لە سە ر 1,500 حالە ت) . لە حالە تى يە كجار دەگمە ندا، كۇلۇنۇسكۇپى لە وانە يە ببىتە هۇى مردن . ئە و راستيانەى ئىستاكە لە بە ر دەستىن پىشان دەدەن كە ئە مە لە وانە يە يە ك لە سە ر 10,000 حالە ت روو بدات .

بۇ وەرگرتنى زانبارىى زياتر سە بارەت بە كۇلۇنۇسكۇپى، دەتوانى نامىلكەى ئىمە بە ناوى 'تويۇنە وەى كۇلۇنۇسكۇپى' بخوينە وە . ئىمە هە روہا ئە م نامىلكە يە بۇ هە موو كە سىك دەنيرىن كە كاتىكى چاوپىكە وتنى بۇ ئە نجامدانى كۇلۇنۇسكۇپى وەرگرتوہ . لە بىر بىت كە زوربەى ئە و كە سانەى كە تاقىكردنه وەى FOB ئە نجام دەدەن پىويستىان بە ئە نجامدانى كۇلۇنۇسكۇپى نىيە .

## ئايا ئە گەر تاقىكردنه وەى كى نااسايى FOB م بە دەست بگات پىويستە كۇلۇنۇسكۇپى ئە نجام بدەم ؟

ئە گەر ئە نجامىكى نااسايىت وەرگرتوہ، كاتىكى چاوپىكە وتن لە گە ل نىرسىكى پىسپورت بۇ ديارى دەكرىت . ناوبراو شىوہەى ئە نجامدانى كۇلۇنۇسكۇپىت بە تە واوى بۇ روون دەكاتە وە و لە وە دەكۇلىتە وە كە بارى تە ندروستىت بۇ ئە نجامدانى ئە م تاقىكردنه وەى بە بارە يان نا . ئە گەر دەتە وىت كۇلۇنۇسكۇپى ئە نجام بدەيت، نىرسە كە كاتىكى چاوپىكە وتنت بۇ وەردەگىرئىت .

## تاقىكردنه وەى شىرپە نچەى ريخۇلە تاج رادەىك جىى باوہرپىكردنه ؟

- تاقىكردنه وەى شىرپە نچەى ريخۇلە سە لاندوويە تى كە رىزەى مە ترسى تووش بوون بە نە خۇشى شىرپە نچەى ريخۇلە كە م دەكاتە وە .
- وەكو هە موو تاقىكردنه وەى ترى پزىشكى، تاقىكردنه وەى FOB بە شىوہەى كى 100% جىى برواپىكردن و پشت پى بە ستىن نىيە .
- ئە گەر لە كاتى ئە نجامدانى تاقىكردنه وەى كە دا شىرپە نچە كە خوينىرئىزى نە بووبىت ئە وا لە وانە يە بوونى لە لە شدا نە بىنرىت .
- شىرپە نچەى ريخۇلە لە وانە يە لە ماوہى دوو سالى نيوان تاقىكردنه وە كاندا دەست بە پە رەسە ندىن بكات .
- گرنگە لە نىشانە كانى سە رھە لدانى نە خۇشى شىرپە نچەى ريخۇلە لە ماوہى دوو سال نيوان تاقىكردوہ كاندا ناگادار بىت .

## نیشانە كانى نە خۇشپى شىرپە نچە ي ريخۇلە چين؟

نیشانە كانى ھەر ھە باو و بە رىلاوى ئە م نە خۇشپىيە كە پىئويستە ئاگادارىيان بىت بىرتىن لە :

- گۇرانكارىيە كى بە ردهوام لە كار كىردنى ريخۇلە ، بە تايپە تى زوو زوو چوون بۇ تە والىت يان تووش بوون بە زگچوونى سە خت بۇ ماوہى چە ندىن ھە فته ؛
- خوينىزى لە كونى پشته وەى لە ش بە بى ھىچ ھۇيە كى ئاشكرا ؛
- نازارى سك ، بە تايپە تى ئە گە ر بە تە وژم بىت ؛ و
- ھە ئمسانى سك .

تكاپە لە بىرت نە چىت كە ئە م نیشانانە ي سە ر دەو بە واتاى ئە وە نىيە كە نە خۇشپى شىرپە نچە ي ريخۇلە ت ھە يە ، بە لام ئە گە ر بۇ ماوہى چواريان شە ش ھە فته دوچارى ئە م نیشانانە بوويت ، دەبىت بچىتە لاي دكتورى گشتىت .

## چۇن دەبىت ئە گە ر پىئويستىم بە چارەسە ر كىردنى نە خۇشپى شىرپە نچە ھە بىت؟

لە حالە تىكدا كە بزانتى نە خۇشپى شىرپە نچە ي ريخۇلە ت ھە يە ، تىمىكى پىسپور چاودىرپىت لىدە كات . ئە وان لە وە دننیا دەبن كە لە ھە موو كاتىكدا باشتىن چاودىرى و چارەسە رى وە ر دە گرىت .

ئە گە ر نە خۇشپى شىرپە نچە ي ريخۇلە لە قۇناغە سە رە كىيە كانىدا دەستنىشان بكرىت ، 90% شانسى زال بوون بە سە ر ئە م نە خۇشپىيە و مانى نە خۇشە كە ھە يە (تويژىنە وە سە بارەت بە نە خۇشپى شىرپە نچە لە بە رىتانيا ، 2005 . كانسرساتس) .

چارەسە رى سە رە كى شىرپە نچە ي ريخۇلە بىرتىيە لە نە شتە رگە رى . لە ھە ندىك حالە تدا ، لە وانە يە كىمىوتراپى يان رادىولۇجىش بە كار بە يىرتىت .

ئە گە ر شىرپە نچە كە لە ناو گرىيە ك دابوہ كە لە ماوہى كۇلۇنۇسكۇپىدا لاپراوہ ، لە وانە يە تە نىا پىئويست بە ئە نجامدانى تافىكردنە وەى ناسايى بكات .

ھە موو ئە و شىرپە نچە ي ريخۇلانە ي كە بە تافىكردنە وە دەستنىشان دەكرىن چارەسە ر ناكرىن .

## دواى تافىكردنە وەى نمونە كە م چى بە سە ر دىت؟

دواى و ردىبوونە وە و سە ىرى كىردنى نمونە ي FOB ، ئە نجامى تافىكردنە وە كە لە شوينىكى تايپە تدا تۇمار دەكرىت و كارتى ھە لگىرى نمونە كە ت لە ناو دە بىرت . ئىمە بە شىوہ يە كى رىكوپىك سە ىرى ھە موو تۇمارە كانى تافىكردنە وە كان دە كە ين ، ئە مە ش لە چوار چىوہى ناوانمان بۇ دەستە بە ر كىردنى خزمە تگوزارىيە كى جۇرى باش و ھە روہا بۇ بە رز كىردنى ناستى زانىارىيى كارمە ندانى پىسپورمان . ئە مە ش بە و واتايە يە كە ئە و كارمە ندانە ي كە شوينىكى تر بۇ خزمە تگوزارىيى تە ندروستى كار دە كە ن پىئويستە چاويان بە تۇمارە كانت بكة وىت .

بۇ وە رگرتنى زانىارىيى زياتر سە بارەت بە شىوہ ي ھە لگرتنى تۇمارە كان ، دەتوانى پىوہ ندى بە NHS Direct وە بكة پت ، تە لە فۇن : 0845 4647 .

## كورتە

پىش ئە وەى بىرپار بە دىت كە ئايا دە تە وىت بە شدارى لە تافىكردنە وەى نە خۇشپى شىرپە نچە ي ريخۇلە دا بكة پت يان نا ، پىئويستە سە ىرى لايە نە بە سوودە كان و زىانبە خشە كانى ئە م تافىكردنە وە يە بكة پت و بىر لە و شتانە بكة پتە وە كە بۇت گرىنگن .

- نە خۇشپى شىرپە نچە ي ريخۇلە دووہە م ھۇى ھە رە باوى مە رگ بە ھۇى شىرپە نچە لە بە رىتانيا يە . بە شدارى كىردن لە تافىكردنە وەى نە خۇشپى شىرپە نچە ي ريخۇلە دەتوانى پىش بە تووش بوونت بە م نە خۇشپىيە و مردنت بگرىت .
- تافىكردنە وەى نە خۇشپى شىرپە نچە ي ريخۇلە ھە روہا دەتوانى ئە و گرىيانە ش دەستنىشان بكات كە لە گە ل تىپە ربوونى تە مە ندا لە وانە يە تووشى نە خۇشپى شىرپە نچە ي ريخۇلە ت بكة ن . لاپردنى ئە م گرىيانە بە ھۇى كۇلۇنۇسكۇپى دەتوانى پىش بە تووش بوونت بە نە خۇشپى شىرپە نچە ي ريخۇلە لە داھاتوودا بگرىت .
- ئە گە ر لە كاتى ئە نجامدانى تافىكردنە وە كە دا شىرپە نچە كە خوينىزى ئە بووبىت ئە وا لە وانە يە بوونى لە لە شدا نە بىرتىت .

- ئەنجامى ئاناسايى تاقىكىردنە وە بە و واتايە يە كە پېشنيارت پىندە كرىت كۆلۈنۈسكۆپپىيە ك ئە نجام بدەيت. زور بە ي ئە و كە سانە ي كە كۆلۈنۈسكۆپپى ئە نجام دەدن نە خۇشسى شىرپە نچە يان نىيە . ھەر چە ندە زۆر دەگمە نىشە ، ئە نجامدانى كۆلۈنۈسكۆپپى چە ند مە ترسىيە كى ھە يە .
- ھە موو ئە و نە خۇشسى شىرپە نجانە ي كە بە ھۇى تاقىكىردنە وە دەستنىشان دە كرىن بە شىوہ يە كى سە ركە وتوانە چارە سە ر ناكرىن.
- ھەر چە ندە ھە ندېك خە لك ھە ن كە ئە نجامدانى تاقىكىردنە وە ي FOB بە لايانە وە كارىكى ناخۇش و زە حمە تە ، بە لام دە توانى لە مالە وە و بە تە نيا ئە نجامى بدەيت.

ئە م نامىلكە يە لە لايە ن توئىزىنە وە سە بارەت بە شىرپە نچە لە بە رىتانىا ئامادە كراوہ بە ھاوكارى پروگرامى NHS سە بارەت بە تاقى كىردنە وە ي شىرپە نچە ي رىخۇلە لە بە رىتانىا و ئامۇزگارى لە لايە ن پايلۇتى ئىنگلىزى بۇ تاقىكىردنە وە ي شىرپە نچە ي رىخۇلە .

ئە م نامىلكە يە ھە روہا بە راوئىزكىردن لە گە ل ئە م رىكىخراوہ خىر خوازانە ئامادە كراوہ :

- زال بوون بە سە ر شىرپە نچە ي رىخۇلە
- شىرپە نچە ي رىخۇلە لە بە رىتانىا
- كە نسە ربە كئاپ
- فۇرومى تە ندروستىي پياوان

## زانبارى و پشتگىرى زياتر

ئەگەر ھەر جۈرە پىرسىپارىكت ھە يە ، يان دەتە وىت زانبارى زياتر دەربارە تافىكردنه وەى نە خۇشى شىرپە نچە ى رىخۇلە وەربگىرىت، دەتوانى:

- پىوھندى بە مە كۇى پىرۇگرامى خۇتە وە بىكە یت، تە لە فۇنى بە خۇراپى 0800707 60 60.
- لە گە ل دىكتورى گشتى خۇت قسە بىكە یت،
- بە م ناوونىشانە ى خوارە وە سە یرى مالىپە رى پىرۇگرامە كانى تافىكردنه وە كانى شىرپە نچە ى NHS بىكە :  
[www.cancerscreening.nhs.uk](http://www.cancerscreening.nhs.uk)
- بىروانە مالىپە رى NHS Direct : [www.nhsdirect.nhs.uk](http://www.nhsdirect.nhs.uk)
- بىروانە مالىپە رى كانسە رىباكتاپ [www.cancerbackup.org.uk](http://www.cancerbackup.org.uk) يان تە لە فۇنىان بۇ بىكە : 0808 8001234
- بىروانە مالىپە رى كانسە رىھىلپ [www.cancerhelp.org.uk](http://www.cancerhelp.org.uk) يان تە لە فۇنىان بۇ بىكە : 0800 226237
- بىروانە مالىپە رى شىرپە نچە ى رىخۇلە لە بە رىتانىا [www.bowelcanceruk.org.uk](http://www.bowelcanceruk.org.uk) يان تە لە فۇنىان بۇ بىكە :  
08708 506050
- بىروانە مالىپە رى زال بوون بە سە ر شىرپە نچە ى رىخۇلە [www.beatingbowelcancer.org](http://www.beatingbowelcancer.org) يان تە لە فۇنىان بۇ بىكە :  
02088925256
- بىروانە مالىپە رى فۇرومى تە ندروستى پىاوان [www.menshealthforum.org.uk](http://www.menshealthforum.org.uk) يان تە لە فۇنىان بۇ بىكە :  
02073884449

ئەگەر تە مە نت 70 سال يان زياترە و دەتە وىت كە رستە يە كى تافىكردنه وەى شىرپە نچە ى رىخۇلە وەربگىرىت، تىكايە پىوھندى بە م ژمارە بە خۇراپى بە 0800 707 60 60.

بلا وىكراوہى بە رىوہ بە رايە تى تە ندروستى بە ھاوگارى پىرۇگرامە كانى NHS سە بارەت بە تافىكردنه وەى نە خۇشى شىرپە نچە ، بە نامۇزگارى و پشتگىرى گرووپى پە روہ رەدى چاودىرى كىردنى سە رەتايى بە رىتانى بۇ توئىزىنە وە دەربارە نە خۇشى شىرپە نچە .

لىكۇلىنە وەى سە بارەت بە شىرپە نچە لە بە رىتانىا (Cancer Research UK)

© Crown copyright 2006  
273372 1p Nov06

بە رھە مى COI بۇ بە رىوہ بە رايە تى تە ندروستى  
چاپى يە كە م ماى 2006

دەقى ئە م بە لگە نامە يە دەكرىت چاپ بىكرىتە وە بە بى وەرگرتنى رەزامە ندى فە رمى يان وەرگرتنى ھىچ خە رچىك بە مە رچىك كە بۇ كە لكى تاكە كە سى بىت.

ئەگەر پىوېستىت بە كۆپى زياترى ئە م نامىلكە يە ھە يە ناماژە بە م رىفرەنسە بىكە 273372/Bowel cancer - The Facts و پىوھندى بىكە بە :

DH Publications Orderline  
PO Box 777 London SE1 6XH  
ئىمىل: [dh@prolog.uk.com](mailto:dh@prolog.uk.com)  
تە لە فۇن: 08701 555 455  
فاكس: 01623 724 524

تىكستفون: 08700 102 870 (لە 8 ى بە يانى تا 6 ى ئىروا، دووشە م تا ھە ينى)

[www.cancerscreening.nhs.uk](http://www.cancerscreening.nhs.uk)