A Simple Bowel Test – Tamil

சாதாரணமான குடல் பரிசோதனை ஒன்றை மேற்கொள்வது உங்களுடைய உயிரைக் காக்கக்கூடும்.

50 முதல் **74** வயது வரை உள்ளவர்களுக்குத் தபால் மூலமாக அனுப்பப்படும் இந்த வீட்டிலேயே மேற்கொள்ளக்கூடிய சோதனைக்கான உபகரணம் இலவசமானது, எளிதில் புரிந்துகொள்ளக் கூடியது மற்றும் இதனால் குடல் புற்றுநோய்க்கான ஆரம்ப நிலை அறிகுறிகளைக் கண்டுபிடிக்க இயலும்.

WWW.CANCERSCREENING.GOV.AU

Australian Government

NATIONAL BOWEL CANCER SCREENING PROGRAM

‘தேசிய குடல் புற்றுநோய்ச் சோதனைத் திட்டம்’ (The National Bowel Cancer Screening Program)

இந்த எளிதான சோதனையை மேற்கொள்வதானது உங்களுடைய உயிரைக் காக்கக்கூடும். நீங்கள் நினைப்பதை விட இது சுலபமானது - ஒவ்வொரு வருடமும் 10 லட்சம் ஆஸ்திரேலியர்கள் இச் சோதனையை மேற்கொள்கின்றனர்.

50 வயதிலிருந்து, குடல் புற்று நோய் ஏற்படுவதற்கான ஆபத்து உங்களுக்கு அதிகரிக்கும் - மற்றும் இதற்கான அறிகுறிகள் சிலவேளைகளில் நமக்குத் தெரியாமல் மௌனமாக இருக்கும்.

இச்சந்தர்ப்பத்தில்தான் இந்த சோதனை தேவைப்படும் - இந்த சோதனையை வீட்டிலேயே செய்துகொள்வதற்கான உபகரணப் பொதி ஒன்று 50 – 74 வயது உள்ளவர்களுக்குத் தபால் மூலமாக அனுப்பப்படும். உங்களுடைய மலத்தில் இரத்தம் இருப்பதற்கான அடையாளங்கள் இருக்கின்றனவா என்று இச்சோதனை பார்க்கும், மற்றும் புற்றுநோய்க்கான ஆரம்ப நிலை அறிகுறிகள் ஏதும் உள்ளனவா என்றும் இச்சோதனை பார்க்கும்.

ஆகவே, உங்களுடைய மலத்தின் முக்கியத்துவத்தினைக் குறைவாக மதிப்பிட்டுவிடாதீர்கள், இது உங்களுடைய உயிரைக் காக்கவும் கூடும்.

இச்சோதனையை மேற்கொள்ளுங்கள். இதனால் உங்களுக்குப் பலனே கிடைக்கும்.

90%

90 சதவீத குடல் புற்றுநோய்களுக்கு வெற்றிகரமாகச் சிகிச்சையளிக்க முடியும்.

இந்த சோதனையை மேற்கொள்ள வேண்டியது ஏன்?

உலகிலேயே அதிகமான குடல் புற்று நோய் விழுக்காடு கொண்ட நாடுகளில் ஆஸ்திரேலியாவும் ஒன்று - ஒவ்வொரு ஆண்டும் தோராயமாக 17,000 பேருக்கு குடல் புற்றுநோய் ஏற்படுகிறது.

நீண்ட, ஆரோக்கியமான வாழ்க்கையை வாழ்வதற்கான உங்களுடைய வாய்ப்புகளை இச்சோதனையினால் அதிகரிக்கச் செய்ய இயலும் - உங்களுடைய மலத்தில் இருந்து இரண்டு சிறிய மாதிரிகளை எடுத்து அவற்றைத் தபால் மூலம் அனுப்புங்கள் - நீங்கள் செய்ய வேண்டியது இவ்வளவுதான்.

இச்சோதனையை யாரெல்லாம் மேற்கொள்ள வேண்டும்?

ஆண்கள் மற்றும் பெண்கள் இருவருக்குமே குடல் புற்று நோய் ஏற்படும் ஆபத்து உள்ளது. ஆரம்பத்திலேயும், தவறாமலும் சோதனைகளை மேற்கொள்வதானது உங்களுக்குள்ள ஆபத்தினைக் குறைக்கும்.

குடலில் ஏற்படும் மாற்றங்களை ஆரமபத்திலேயே கண்டறிந்தால் இதற்குச் சிகிச்சையளிப்பது எளிது என்பதால், இந்த நோய்க்கான அறிகுறிகள் ஏதும் இல்லாத 50-74 வயதிற்கு உட்பட்டவர்கள் இரண்டு ஆண்டுகளுக்கு ஒரு முறை இச்சோதனையை மேற்கொள்ள வேண்டுமென மருத்துவர்கள் பரிந்துரைக்கின்றனர்.

குடல் புற்றுநோயானது வயதானவர்களை மட்டும் பாதிப்பதில்லை - 50 வயதில் இருந்தே குடல் புற்றுநோய் ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்பு உங்களுக்கு அதிகரிக்கும்.

இச் சோதனையானது எதைக் கண்டறிய முயலும்?

உங்களுடைய மலத்தில் சிறியளவு இரத்தம் இருப்பதற்கான அடையாளங்கள் ஏதும் உள்ளனவா என்று இச்சோதனை பார்க்கும். குடல் புற்றுநோய் என்று சொல்லப்படும் சிறு 'கட்டிகள்' (polyps) குடலின் உட்புறத்தில் வளரக்கூடும். இந்த கட்டிகளில் இருந்து சிறு அளவில் இரத்தம் கசிந்து அது மலத்தில் தென்படக்கூடும். எல்லா விதமான கட்டிகளும் புற்று நோயாக மாறுவது இல்லை. இந்தக் கட்டிகளை அகற்றுவதால் உங்களுக்குக் குடல் புற்று நோய் ஏற்படும் ஆபத்து குறையும்.

அறிகுறிகள்

எவ்விதமான அறிகுறிகளும் இல்லாமலேயே குடல் புற்று நோய் உருவாகலாம். ஆகவேதான், இரண்டு ஆண்டுகளுக்கு ஒரு முறை இந்த இலவச சோதனையை நீங்கள் மேற்கொள்ள வேண்டியது அவசியம். இந்த நோய்க்கான அறிகுறிகளில் பின் வருவன உள்ளடங்கும்:

- உங்களுடைய மலம் அல்லது 'டாய்லெட்' தொட்டியில் இரத்தம்
- உங்களுடைய மலம் கழிக்கும் பழக்கத்தில் சமீபமாக ஏற்பட்ட தொடர்ந்த மாற்றம் - உதாரணமாக, அதி தளர்வான மலம், கடும் மலச்சிக்கல் மற்றும்/அல்லது வழக்கத்திற்கு மாறாக அடிக்கடி மலம் கழிக்கவேண்டிய தேவை
- காரணமற்ற களைப்பு மற்றும் எடை குறைவு
- வயிற்று வலி

இந்த அறிகுறிகளில் எதையும் நீங்கள் அவதானித்தால், உங்களுக்குக் குடல் புற்றூ நோய் இருக்கிறது என்று அர்த்தமல்ல, ஆனால் கூடிய விரைவில் உங்களுடைய மருத்துவருடன் நீங்கள் இதைப் பற்றிப் பேசவேண்டியது மிக முக்கியம்.

50 வயதிற்குக் கீழ்ப்பட்டவர்களையும் குடல் புற்றுநோய் பாதிக்கக்கூடும், ஆகவே உங்கள் குடும்ப அங்கத்தவர்கள் அல்லது நண்பர்கள் யாருக்காவது இந்த அறிகுறிகள் இருப்பது தெரிந்து இதைப் பற்றி அவர்கள் கவலைப்பட்டால் அவர்களது மருத்துவர்களுடன் அவர்கள் இதைப் பற்றிப் பேசுவதை உறுதிப்படுத்த வேண்டும்.

மேலதிகத் தகவல்கள்

நீங்கள் 50-74 வயதிற்கு இடைப்பட்டவர் என்றால் தபால் மூலமாக இந்த சோதனைப் பொதி வருகிறதா என்று பாருங்கள்.

இந்தத் திட்டத்தைப் பற்றிய மேலதிகத் தகவல்களுக்காகாவும், உங்களுடைய சோதனைப் பொதி எப்போது உங்களுக்கு வரும் என்று தெரிந்துகொள்ளவும் www.cancerscreening.gov.au எனும் வலைத்தளத்திற்குச் செல்லுங்கள், அல்லது 1800 118 868 -ஐ அழையுங்கள்.

PINK SARI

Interpreter

மேலதிகத் தகவல்களை உங்களுடைய மொழியில் பெற, ‘மொழிபெயர்ப்பு மற்றும் மொழிபெயர்த்துரைப்பு சேவை’யை 13 14 50 - இல் அழையுங்கள் அல்லது www.cancerscreening.gov.au/translations என்ற வலைத்தளத்திற்குச் செல்லுங்கள்.