香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong

香港中文大學醫學院
Faculty of Medicine
The Chinese University of Hong Kong

香港中文大學醫學院那打素護理學院
The Nethersole School of Nursing
Faculty of Medicine
The Chinese University of Hong Kong

Colorectal Cancer Screening:
ਕੋਲੋਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ :

Screening Saves Lives!
ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਜਿੰਦਗੀਆਂ ਬਚਾਉਂਦੀ ਹੈ!

Content

1.	The importance of colorectal cancer screening	*1*
2.	Why involve family members?	*1*
3.	What is colorectal cancer?	*2*
4.	Risk factors of colorectal cancer	*3*
5.	Signs and symptoms of colorectal cancer	*4*
6.	Preventive measures of colorectal cancer i. Healthy lifestyles ii. Colorectal cancer screening	*5*
7.	How to perform colonoscopy	*7*
8.	Potential complications associated with colonoscopy	*7*
9.	Colorectal cancer screening program: Who may enroll?	*8*
10.	Am I suitable for colorectal cancer screening?	*9*
11.	How to join the Electronic Health Record Sharing System (eHRSS)	*10*
12.	Before collect stool specimen - Tips	*11*
13.	Steps for collecting stool specimens	*11*
14.	Returning specimens	*11*
15.	Frequently asked questions	*12*
16.	Interpreter services	*12*
17.	References	*back*

ਵਿਸ਼ੇ-ਵਸਤੂ

1	ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ	*13*
2	ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਿਉਂ ਕਰੀਏ ?	*13*
3	ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਕੀ ਹੈ?	*14*
4	ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਜੋਖਮ ਦੇ ਕਾਰਕ	*15*
5	ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਅਤੇ ਲੱਛਣ	*16*
6	ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਦੇ ਉਪਾਅ 1. ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ 2. ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ	*17*
7	ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ	*19*
8	ਕੋਲਨੋਸਕੋਪੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸੰਭਾਵੀ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ	*19*
9	ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ: ਕੌਣ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?	*20*
10	ਕੀ ਮੈਂ ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਲਈ ਯੋਗ ਹਾਂ?	*21*
11	ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਹੇਲਥ ਰਿਕਾਰਡ ਸ਼ੇਅਰਿੰਗ ਸਿਸਟਮ (eHRSS) ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਹੈ	*22*
12	ਪਖਾਨਾ ਨਮੂਨਾ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ – ਸੁਝਾਅ	*23*
13	ਪਖਾਨਾ ਨਮੂਨਾ ਨੂੰ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਦਮ	*23*
14	ਨਮੂਨਿਆਂ ਦੀ ਵਾਪਸੀ	*23*
15	ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ	*24*
16	ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾਵਾਂ	*24*
17	ਹਵਾਲਾ	*back*

The Importance of Colorectal Cancer Screening

- Early cancer detection may increase chances of successful treatment.
- Successful treatment may prevent progression of cancer.
- Treatment for early stage cancer may be mild and lead to fewer side effects.

Colorectal cancer is one of the common cancers.

Why Involve Family Members?

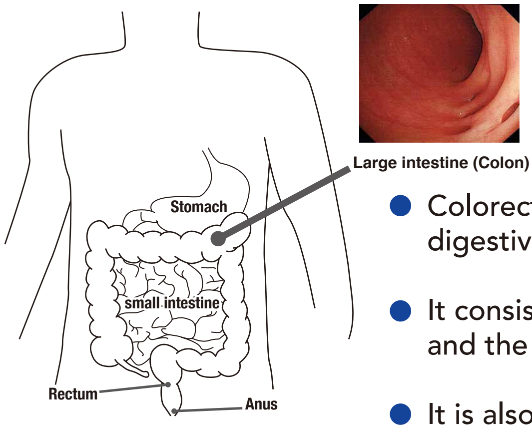
Due to an ageing population and changes in lifestyle, colorectal cancer has become the most common cancer in Hong Kong.

Younger family members may:

- Help interpret written materials and health information.
- Serve as important mediators for cancer screening.
- Accompany older family members to take part in cancer screening.

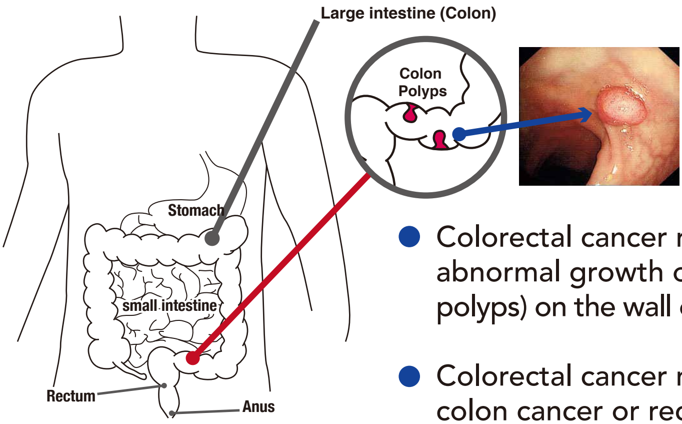
What is Colorectal Cancer?

Normal large intestine



- Colorectum is the last portion of the digestive system.
- It consists of the colon, the rectum and the anus.
- It is also called large intestine or large bowel.

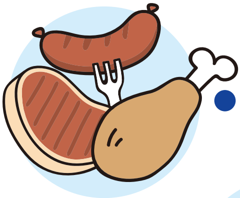
Large intestine with colon polyps



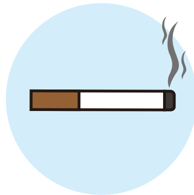
- Colorectal cancer results from an abnormal growth of tissues (colon polyps) on the wall of the large bowel.
- Colorectal cancer may also called colon cancer or rectal cancer, depending on where they originate.

Remarks: Permission to use the pictures is obtained from the Department of Health

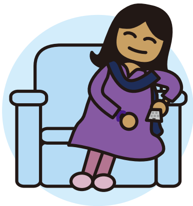
Risk Factors of Colorectal Cancer (Preventable)



- High consumption of red & processed meat



- Smoking



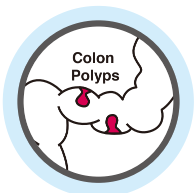
- Lack of physical activities

- Excessive alcohol consumption

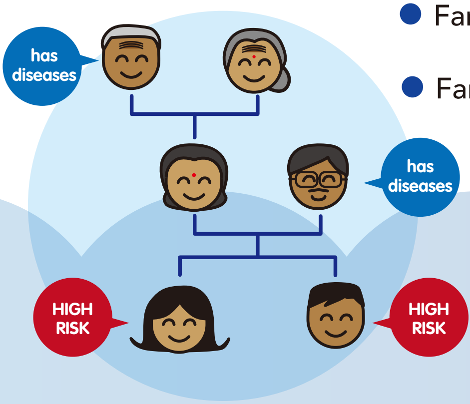
- Obesity

Risk Factors of Colorectal Cancer (Unpreventable)

- Being male and aged 50 or above
- Prolonged history of bowel inflammation



- History of colonic polyps
- Family history of bowel inflammation
- Family history of colorectal cancer



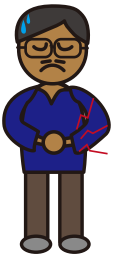
Signs and Symptoms of Colorectal Cancer

- Early stage colorectal cancer may not have any symptoms.
- Feces with blood

- Feces with mucus

- Changes in bowel habit (e.g. passing stool more often than usual or alternating between diarrhea and constipation)

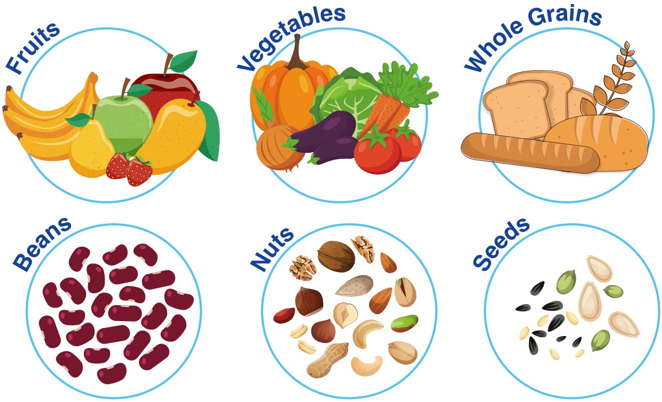
- Bloating (unpleasant feeling as if stomach is full of gas or fluid)



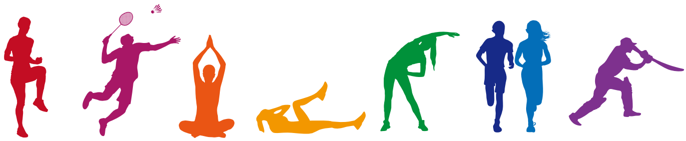
- Abdominal (tummy) pain
- Feeling unwell in general with tiredness and weight loss

Preventive Measures of Colorectal Cancer

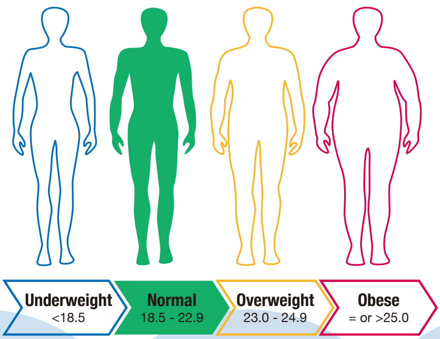
Healthy Lifestyles



- Have high fiber diets with lots of vegetables, fruits, whole grain, etc.
- Reduce consumption of red meat



- Exercise regularly 30 minutes every day



- Reduce alcohol intake

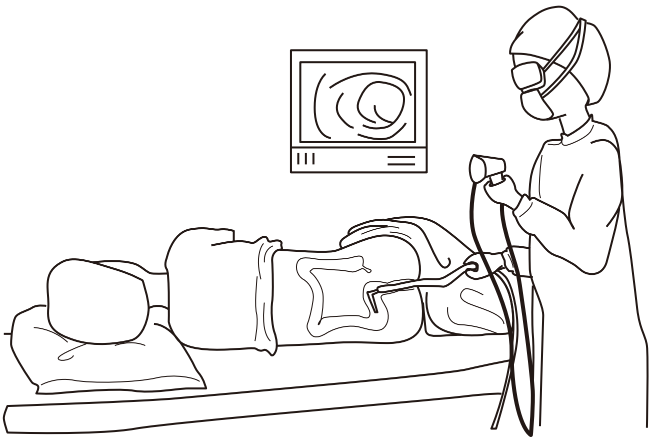
- Avoid smoking
- Maintain a healthy body weight

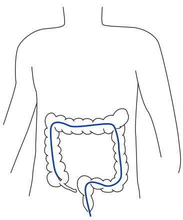
Colorectal Cancer Screening

Fecal Occult Blood Test (FOBT)

It is a stool test which detects hidden blood in stool samples.

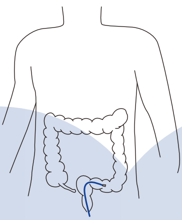
Colonoscopy & Sigmoidoscopy





Colonoscopy

- Colonoscopy is currently the best method to examine the lower digestive tract.
- A 1.6m scope (camera) is used to inspect the entire colon.
- The procedure takes about 15 minutes to 1 hour.



Sigmoidoscopy

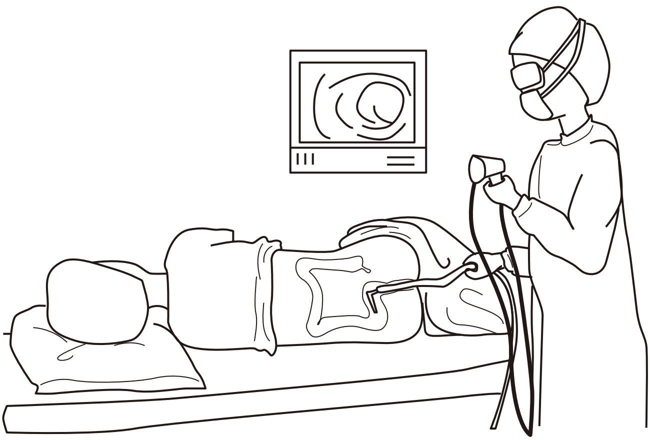
- The procedures of sigmoidoscopy are similar to those of colonoscopy.
- A flexible tube is used to inspect the walls of rectum and lower colon.

How to Perform Colonoscopy

- Bowel preparation and a low residue diet are required.
- To reduce anxiety and pain, sedative drugs and pain killers are injected right before the examination.
- During the procedure, tissue samples are obtained and polyps (abnormal growths of tissues) can be removed.

Potential Complications Associated with Colonoscopy

- Bowel perforation
- Significant bleeding
- Uncommon complications related to removal of polyps (abnormal growths of tissues)



Colorectal Cancer Screening Program: Who may enroll?

- Aged between 50 and 75
- Holding a valid Hong Kong Identity Card or Certificate of Exemption
- Registered in the Electronic Health Record Sharing System (eHRSS)

Register in eHRSS

↓

Consult a Primary Care Doctor
- Enroll in the Programme
- Obtain the Participant's Pack containing the FOBT tubes

↓

Collect stool specimens at home

↓

Return FOBT specimens to a Specimen Collection Point

↓

Primary Care Doctor notifies participant of the result

Negative FOBT result
- Continue to watch out for colorectal cancer symptoms
- Repeat FOBT every 2 years

Positive FOBT result

Consult the Primary Care Doctor for follow up
- Receive explanation on FOBT result
- Recevie referral for colonoscopy

Am I suitable for Colorectal Cancer Screening?

Not Suitable For The Program

- Having symptoms of colorectal cancer
- Having a history of colorectal cancer
- Having a history of chronic bowel inflammation, e.g. ulcerative colitis
- Diagnosed with hereditary colorectal cancer syndrome, or having first-degree relatives diagnosed with such syndrome
- Having two or more first-degree relatives diagnosed with colorectal cancer
- Having a history of colorectal polyp
- Previously advised against receiving colonoscopy by a doctor

Not Necessary To Enroll In The Program

- Having a record of receiving colonoscopy within the past 10 years with normal results
- Having a record of receiving flexible sigmoidoscopy within the past 5 years with normal results
- Having a record of receiving Fecal Occult Blood Test (FOBT) within the past 2 years with normal results

How to Join the Electronic Health Record Sharing System (eHRSS)

Register Myself (aged 16 or above)

Online Submission

- If you are aged 16 or above, you can join the Electronic Health Record Sharing System (eHRSS) online.
- Online submission is an easy way to input your personal particulars required for registration of eHRSS.
- Please visit the website: *https://apps02.ehealth.gov.hk/oles/?lang=en_US* for online registration.

In Person

- You may register in person at Electronic Health Record (eHR) Registration Centers when you visit:

I. Specified Hospital Authority (HA) hospitals
II. Specified clinics of the Department of Health (DH)
III. Private hospitals and other healthcare providers
IV. Mobile registration teams

In Writing

- You may submit your Electronic Health Record Sharing System (eHRSS) registration in writing by completing the Registration and Sharing Consent Form and returning it to the Electronic Health Record (eHR) Registration Office by one of the following ways:

I. By Fax [Fax number: 3467 6099]
II. By Post [Address: Unit 1193, 11/F, Kowloon Bay International Trade & Exhibition Centre, 1 Trademart Drive, Kowloon Bay, H.K.]
III. Through drop-in boxes located in the Electronic Health Record (eHR) Registration Office

Before Collecting Stool Specimen - Tips

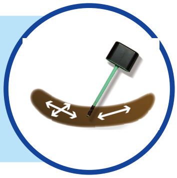
Tips

1. To store the FOBT tubes in a cool place.
2. To finish collecting two specimens within 4 days counting from the day of first specimen collection.
3. Do not collect specimens when there is bleeding from hemorrhoids (piles).
4. Do not collect specimens when there is diarrhea.

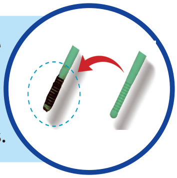
Steps for Collecting Stool Specimens

1 Prepare a holder, such as a plastic bag, for collecting the stool. Place the holder in the toilet bowl, then excrete.

2 Twist lid (yellow part) off the FOBT tube and scratch sampling probe across stool surface in all directions.



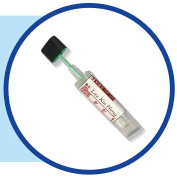
3 Specimen will be enough when the grooved part of the sampling probe has been completely filled up. Too much or too little specimen will affect the test results.



4 Insert the sampling probe back into the FOBT tube and screw the lid tightly.

5 Write the ***collection date*** and check if ***your name*** is correct. Place the FOBT tube into the small blue plastic bag and seal it. Keep the specimen in a cool place.

6 Repeat steps 1 to 5 above using the second FOBT tube during your next bowel movement.



Returning Specimens

Before returning the specimens, please ensure that:

7 Your full name and specimen collection dates are written clearly on each FOBT tube.

8 Each FOBT tube is placed and sealed in a separate small blue plastic bag.

9 FOBT tubes and laboratory request forms are placed in different pockets of the large plastic bag, and that the large plastic bag is sealed.

Remarks: Permission to use the pictures is obtained from the Department of Health

Frequently Asked Questions

About stool specimen collection	**1. What if I only manage to collect one stool specimen within 4 days (counting from the first day of stool specimen collection)?** • If you only manage to collect one stool specimen within 4 days, you should still return the single specimen to the Specimen Collection Point. • Your specimen will be analyzed and the result will be informative if it has been collected correctly. **2. I have hemorrhoids (piles), can I still carry out FOBT screening?** • As long as there is no active bleeding from the hemorrhoids, you may still carry out FOBT screening as appropriate. • You should seek prompt medical advice if you notice active bleeding of the hemorrhoids.
About results	**3. The result of my FOBT screening is positive, do I have colorectal cancer?** • A positive FOBT result means that blood is detected in your stool. This can be due to a number of conditions other than colorectal cancer. • You should discuss with your doctor regarding further investigations to look for the cause of bleeding. **4. The result of my FOBT screening is negative, when will I need to repeat FOBT screening?** • Under current guidelines, you are recommended to repeat FOBT screening every 2 years. • Remember that no screening test is 100% accurate, so you should continue to watch out for symptoms of colorectal cancer and seek prompt medical attention if you have any concerns.
About colonoscopy examination	**5. What happens if the colonoscopy examination was unsuccessful?** • If the colonoscopy examination was unsuccessful, for example due to inadequate bowel preparation, your doctor will discuss with you management options and may either repeat the colonoscopy examination without charging or refer you to suitable institutions for a computed tomographic colonography (CT colonography).
About Interpreter Service	**A. Hong Kong Christian Services** * Centre for Harmony and Enhancement of Ethnic Minority Residents (CHEER) Tel: 3106 3104 **B. HKSKH Lady MacLehose Center** * Services for Ethnic Minorities Tel: 2423 5101 *(Charges are needed for on-site interpreter.)

ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ

- ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਣ ਨਾਲ ਸਫਲ ਇਲਾਜ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਧ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਸਫਲ ਇਲਾਜ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪੜਾਅ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਇਲਾਜ ਧੀਮਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਘੱਟ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੋਲੋਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਆਮ ਕੈਂਸਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ

ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਿਉਂ ਕਰੀਏ ?

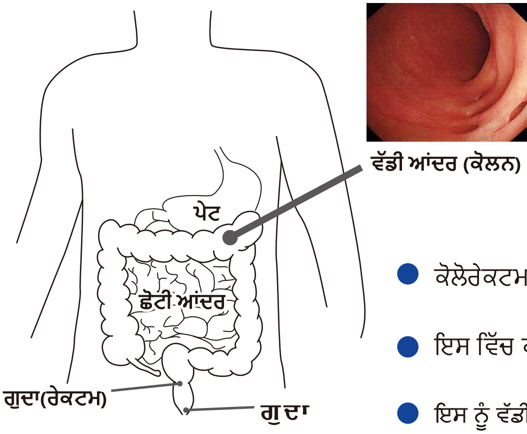
ਬੁਢਾਪੇ ਦੀ ਆਬਾਦੀ ਅਤੇ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਵ ਕਾਰਨ, ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਹਾਂਗਕਾਂਗ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਕੈਂਸਰ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ।

ਛੋਟੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਲਿਖਤੀ ਸਮੱਗਰੀ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ।
- ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕੜੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੇਵਾ।
- ਬਿਰਧ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਲਈ ਨਾਲ ਜਾਣਾ।

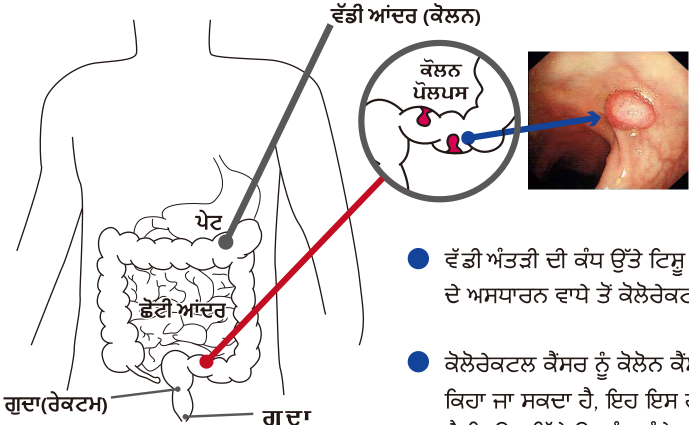
ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਕੀ ਹੈ?

ਆਮ ਵੱਡੀ ਅੰਤੜੀ



- ਕੋਲੋਰੇਕਟਮ ਪਾਚਣ **ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਆਖਰੀ ਹਿੱਸਾ** ਹੈ।
- ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੋਲੋਨ, ਗੁਦਾ ਅਤੇ ਗੁਦਾ ਦੁਆਰ **ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ**।
- ਇਸ ਨੂੰ ਵੱਡੀ ਅੰਤੜੀ ਜਾਂ ਵੱਡੀ ਆਂਦਰ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

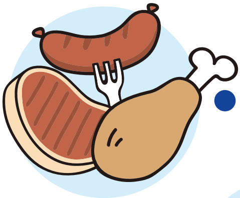
ਕੋਲਨ ਪੋਲੀਪਸ ਨਾਲ ਵੱਡੀ ਅੰਤੜੀ



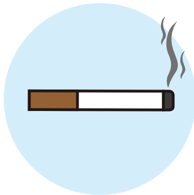
- ਵੱਡੀ ਅੰਤੜੀ ਦੀ ਕੰਧ ਉੱਤੇ ਟਿਸ਼ੂ (ਕੋਲਨ ਪੋਲੀਪਸ) ਦੇ ਅਸਧਾਰਨ ਵਾਧੇ ਤੋਂ ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਨਤੀਜੇ।
- ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਕੋਲੋਨ ਕੈਂਸਰ ਜਾਂ ਗੁਦਾ ਕੈਂਸਰ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਿੱਥੇ ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਟਿੱਪਣੀਆਂ: ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਆਗਿਆ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

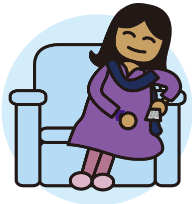
ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਜੋਖਮ ਦੇ ਕਾਰਕ (ਰੋਕਥਾਮ ਯੋਗ)



- ਲਾਲ ਅਤੇ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਮੀਟ ਦੀ ਵੱਧ ਵਰਤੋਂ



- ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ



- ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਘਾਟ

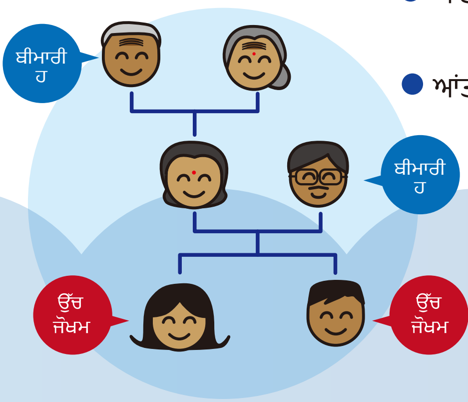
- ਜ਼ਿਆਦਾ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ

- ਮੋਟਾਪਾ

ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਜੋਖਮ ਦੇ ਕਾਰਕ (ਗੈਰ - ਰੋਕਥਾਮਯੋਗ)

- ਪੁਰਸ਼ ਹੋਣਾ ਅਤੇ 50 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹੋਣਾ।

- ਕੋਲੋਨਿਕ ਪੌਲੀਪਸ ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ ਹੋਣਾ।
- ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ।
- ਅਂਤੜੀ ਦੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ ।
- ਅਂਤੜੀ ਦੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਦਾ ਲੰਮਾ ਇਤਿਹਾਸ।

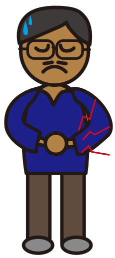


ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਅਤੇ ਲੱਛਣ

- ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪੜਾਅ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ।
- ਖ਼ੂਨ ਨਾਲ ਮਲ

- ਬਲਗ਼ਮ ਨਾਲ ਮਲ

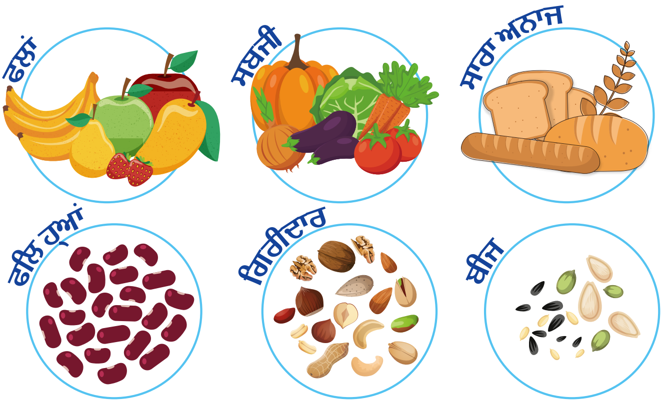
- ਪਖਾਨੇ ਦੀ ਆਦਤ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਵ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸਧਾਰਣ ਨਾਲੋਂ ਜਿਆਦਾ ਪਖਾਨਾ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਦਸਤ ਅਤੇ ਕਬਜ਼ ਬਦਲ ਬਦਲ ਕੇ ਹੋਣਾ)
- ਆਫਰਨਾ (ਅਸੁਖਾਵਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੇਟ ਗੈਸ ਜਾਂ ਤਰਲ ਨਾਲ ਭਰਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ)
- ਮਿਹਦੇ (ਪੇਟ) ਦਾ ਦਰਦ



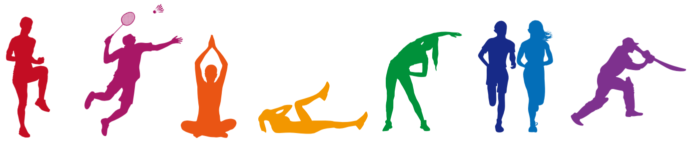
- ਥਕਾਵਟ ਨਾਲ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਬੀਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਭਾਰ ਘਟਣਾ

ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਦੇ ਉਪਾਅ

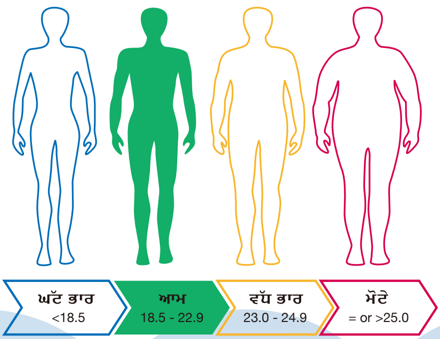
ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ



- ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਫਲ਼, ਸਾਬਤ ਅਨਾਜ ਆਦਿ ਦੇ ਨਾਲ ਵੱਧ ਫਾਈਬਰ ਵਾਲੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਲਵੋ।
- ਲਾਲ ਮੀਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਘਟਾਓ



- ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਸਰਤ ਕਰੋ (ਹਰ ਰੋਜ਼ 30 ਮਿੰਟ)



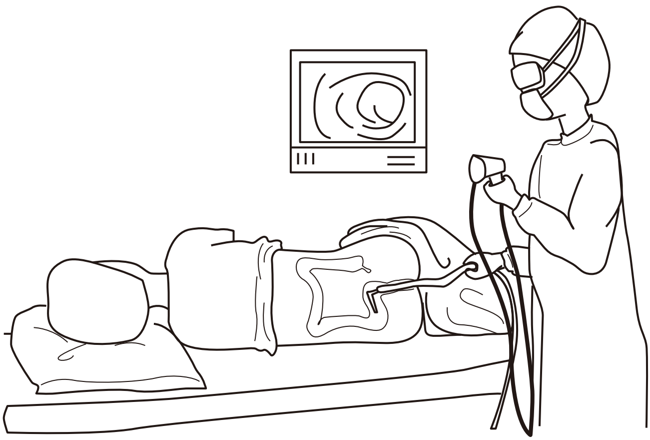
- ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਘਟਾਓ

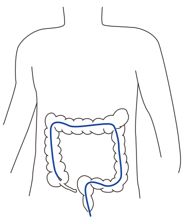
- ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਨਾ ਕਰੋ
- ਸਰੀਰ ਦਾ ਭਾਰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖੋ

ਫੇਕਲ ਓਕੁਅਲਟ ਬਲੱਡ ਟੈਸਟ (FOBT)

ਇਹ ਪਖਾਨਾ ਟੈਸਟ ਹੈ ਜੋ ਪਖਾਨਾ ਦੇ ਨਮੂਨਿਆਂ ਵਿਚ ਲੁਕੇ ਲਹੂ ਨੂੰ ਖੋਜਦਾ ਹੈ।

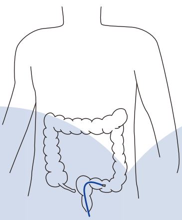
ਕੋਲਨੋਸਕੋਪੀ & ਸਿਗਮਾਓਡੋਸਕੋਪੀ





ਕੋਲਨੋਸਕੋਪੀ

- ਕੋਲਨੋਸਕੋਪੀ ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਹੇਠਲੇ ਪਾਚਣ ਟ੍ਰੈਕਟ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।
- ਇੱਕ 1.6m ਸਕੋਪ (ਕੈਮਰਾ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਪੂਰੇ ਕੋਲਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਲਗਭਗ 15 ਮਿੰਟ ਤੋਂ 1 ਘੰਟਾ ਲੈਂਦੀ ਹੈ।



ਸਿਗਮਾਓਡੋਸਕੋਪੀ

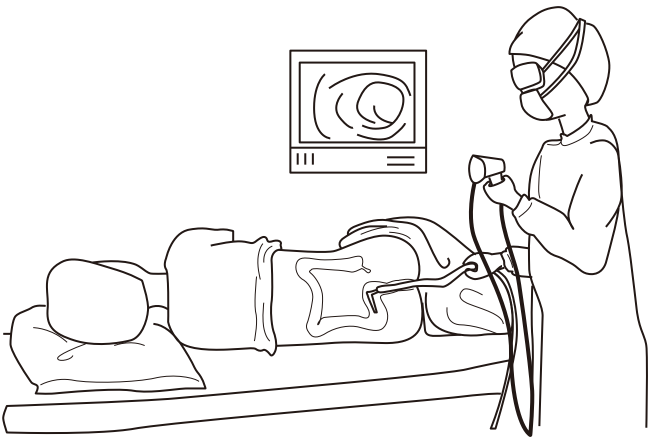
- ਕਾਰਜ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਵਰਗੀ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਇੱਕ ਲਚਕੀਲੀ ਟਿਊਬ ਨੂੰ ਗੁਦਾ ਦੀਆਂ ਕੰਧਾਂ ਅਤੇ ਹੇਠਲੇ ਕੋਲਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ

- ਆਂਤੜੀ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਅਤੇ ਇੱਕ ਘੱਟ ਰਹਿੰਦ ਖੂੰਹਦ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਚਿੰਤਾ ਅਤੇ ਦਰਦ ਘਟਾਉਣ ਲਈ, ਸੈਡੇਟਿਵ ਡ੍ਰੱਗਜ਼ ਅਤੇ ਪੀੜ ਨਾਸ਼ਕ ਟੀਕਾ ਇਮਤਿਹਾਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਟਿਸ਼ੂ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪੋਲੀਪਸ (ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਦਾ ਅਸਧਾਰਨ ਵਿਕਾਸ) ਹਟਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੋਲਨੋਸਕੋਪੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸੰਭਾਵੀ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ

- ਆਂਤੜੀ ਸੁਰਾਖ
- ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਖ਼ੂਨ
- ਪੋਲੀਪਸ (ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਦਾ ਅਸਧਾਰਨ ਵਿਕਾਸ) ਹਟਾਉਣ ਨਾਲ ਸੰਬਧਿਤ ਅਸਧਾਰਨ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ



ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ: ਕੌਣ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?

- 50 ਅਤੇ 75 ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਉਮਰ
- ਇੱਕ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਹਾਂਗ ਕਾਂਗ ਪਛਾਣ ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਛੋਟ ਦਾ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਦਾ ਅਧਿਕਰਨ ਹੋਣਾ
- ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਸਿਹਤ ਰਿਕਾਰਡ ਸ਼ੇਅਰਿੰਗ ਸਿਸਟਮ (eHRSS) ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਹੋਇਆ

eHRSS ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰੋ

↓

ਇਕ **ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ** ਦੇਖ ਰੇਖ ਸੰਬੰਧੀ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰੋ

- ਪਾਇਲਟ **ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ** ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ
- **FOBT ਟਿਊਬਾਂ** ਵਾਲੇ ਸਹਿਭਾਗੀ ਦੇ ਪੈਕ ਨੂੰ **ਪ੍ਰਾਪਤ** ਕਰੋ

↓

ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਟੂਲ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਲਓ

↓

ਇੱਕ ਨਮੂਨਾ **ਸੰਗ੍ਰਿਹ** ਪੁਆਇੰਟ ਤੇ FOBT ਨਮੂਨਾ ਵਾਪਸ ਕਰੋ

↓

ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ ਦੇਖ ਰੇਖ ਸੰਬੰਧੀ ਡਾਕਟਰ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਭਾਗੀਦਾਰ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੇਗਾ

↙ ↘

FOBT ਦੇ ਨੈਗੇਟਿਵ ਨਤੀਜੇ

- ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ **ਕੈਂਸਰ** ਦੇ **ਲੱਛਣਾਂ** ਲਈ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ
- ਹਰੇਕ 2 **ਸਾਲਾਂ** ਵਿੱਚ FOBT ਦੁਹਰਾਓ

FOBT ਦੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਨਤੀਜੇ

ਫਾਲੋ ਅੱਪ ਲਈ **ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ** ਦੇਖ ਰੇਖ ਸੰਬੰਧੀ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰੋ

- ਨਤੀਜੇ ਤੇ ਵਿਆਖਿਆ **ਪ੍ਰਾਪਤ** ਕਰੋ
- **ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ** ਲਈ ਰੈਫਰਲ **ਪ੍ਰਾਪਤ** ਕਰੋ

ਕੀ ਮੈਂ ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਲਈ ਯੋਗ ਹਾਂ?

ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਯੋਗ ਨਹੀਂ

- ਕੋਲੋਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹੋਣੇ
- ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਹੋਣਾ
- ਪੁਰਾਣੀ ਆਂਤੜੀ ਦੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਹੋਣਾ, ਜਿਵੇਂ ਅਲਸਰੇਟਿਵ ਕੋਲਾਈਟਿਸ
- ਖ਼ਾਨਦਾਨੀ ਕੋਰੋਲੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਹੈ ,ਜਾਂ ਅਜਿਹੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਣ ਵਾਲੇ ਪਹਿਲੇ ਡਿਗਰੀ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਦਾ ਹੋਣਾ
- ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਣ ਵਾਲੇ ਦੋ ਜਾਂ ਵੱਧ ਪਹਿਲੇ ਡਿਗਰੀ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਦਾ ਹੋਣਾ
- ਕੋਲੋਰੈਕਟਲ ਪੋਲੀਪ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਹੋਣਾ
- ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ

ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿਚ ਦਾਖਲੇ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ

- ਸਧਾਰਨ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨਾਲ ਪਿਛਲੇ 10 ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਹੋਣਾ
- ਸਧਾਰਨ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨਾਲ ਪਿਛਲੇ 5 ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਲਚਕਦਾਰ ਸਿਗਮੋਇਡੋਸਕੋਪੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਹੋਣਾ
- ਸਧਾਰਨ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨਾਲ ਪਿਛਲੇ 2 ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਫੇਕਲ ਓਕੁਅਲਟ ਬਲੱਡ ਟੈਸਟ (FOBT) ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਹੋਣਾ

ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਹੇਲਥ ਰਿਕਾਰਡ ਸ਼ੇਅਰਿੰਗ ਸਿਸਟਮ (eHRSS) ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਹੈ

(eHRSS)

ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰੋ (ਉਮਰ 16 ਜਾਂ ਵੱਧ)

ਔਨਲਾਈਨ ਬੇਨਤੀ

- ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 16 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕਸ ਹੈਲਥ ਰਿਕਾਰਡ ਸ਼ੇਅਰਿੰਗ ਸਿਸਟਮ (eHRSS) ਵਿਚ ਔਨਲਾਈਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- eHRSS ਦੇ ਪੰਜੀਕਰਣ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਸਬਮਿਸ਼ਨ ਤੁਹਾਡੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਨਿਜੀ ਵੇਰਵਿਆਂ ਨੂੰ ਇਨਪੁਟ ਕਰਨ ਦਾ ਆਸਾਨ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।
- ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵੇਖੋ: *https://apps02.ehealth.gov.hk/oles/?lang=en_US* ਔਨਲਾਈਨ ਪੰਜੀਕਰਣ ਲਈ।

ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ ਤੇ

- ਤੁਸੀਂ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਹੈਲਥ ਰਿਕਾਰਡ (eHR) ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿਚ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ ਤੇ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਦੌਰਾ ਕਰਦੇ ਹੋ:

I. ਸਪੈਸੀਫਾਈਡ ਹੋਸਪੀਟਲ ਅਥੌਰਿਟੀ (HA) ਹੋਸਪੀਟਲਸ

II. ਸਪੈਸੀਫਾਈਡ ਕਲੀਨਿਕਸ ਆਫ਼ ਦਾ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਆਫ਼ ਹੇਲਥ (DH)

III. ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਹੋਸਪੀਟਲਸ ਅਤੇ ਹੋਰ ਹੈਲਥਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ

IV. ਮੋਬਾਈਲ ਰਜਿਸਟਰੇਸ਼ਨ ਟੀਮਾਂ

ਲਿਖਤੀ ਤੌਰ ਤੇ

- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਹੈਲਥ ਰਿਕਾਰਡ ਸ਼ੇਅਰਿੰਗ ਸਿਸਟਮ (eHRSS) ਰਜਿਸਟਰੇਸ਼ਨ ਲਿਖਤੀ ਤੌਰ ਤੇ ਰਜਿਸਟਰੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਸ਼ੇਰਿੰਗ ਫਾਰਮ ਨੂੰ ਭਰ ਕੇ ਦਰਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਹੇਲਥ ਰਿਕਾਰਡ (eHR) ਰਜਿਸਟਰੇਸ਼ਨ ਦਫ਼ਤਰ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਕਿਸੇ ਇਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਾਪਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

I. ਫੈਕਸ ਦੁਆਰਾ [ਫੈਕਸ ਨੰਬਰ: 3467 6099]

II. ਡਾਕ ਦੁਆਰਾ [ਪਤਾ: Unit 1193, 11/F, Kowloon Bay International Trade & Exhibition Centre, 1 Trademart Drive, Kowloon Bay, H.K.]

III. ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਹੇਲਥ ਰਿਕਾਰਡ (eHR) ਰਜਿਸਟਰੇਸ਼ਨ ਦਫਤਰ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ ਡਰੋਪ-ਇਨ ਬਾਕਸਾਂ ਦੁਆਰਾ

ਪਖਾਨਾ ਨਮੂਨਾ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ –ਸੁਝਾਅ

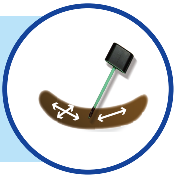
ਸੁਝਾਅ

1. *FOBT **ਟਿਊਬਾਂ ਨੂੰ ਠੰਢੇ ਸਥਾਨ ਤੇ ਸਟੋਰ ਕਰੋ।***
2. ***ਪਹਿਲੇ ਨਮੂਨੇ ਨੂੰ** ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਦੇ ਦਿਨ **ਤੋਂ ਚਾਰ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੋ ਨਮੂਨੇ** ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨਾ।*
3. *ਨਮੂਨਿਆਂ ਨੂੰ ਇਕੱਤਰ **ਨਾ ਕਰੋ ਜਦੋਂ** ਬਵਾਸੀਰ (ਮੱਸੇ)**ਤੋਂ ਖ਼ੂਨ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ।***
4. ***ਜਦੋਂ ਦਸਤ ਲੱਗੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਨਮੂਨੇ** ਇਕੱਤਰ ਨਾ ਕਰੋ ।*

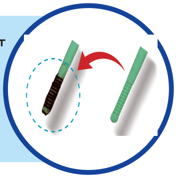
ਪਖਾਨਾ ਨਮੂਨਾ ਨੂੰ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਦਮ

1 ਪਖਾਨਾ ਇੱਕਠਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਹੋਲਡਰ ਤਿਆਰ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਪਲਾਸਟਿਕ ਬੈਗ। ਉਸ ਹੋਲਡਰ ਨੂੰ ਟੋਆਇਲਟ ਬਾੱਲ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ, ਫੇਰ ਮਲ ਤਿਆਗੋ।

2 FOBT ਟਿਊਬ ਤੋਂ ਉਸਦਾ ਢਕਣ (ਪੀਲਾ ਹਿੱਸਾ) ਘੁੰਮਾਓ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਜਾਂਚ ਸੰਦ ਨੂੰ ਟੱਟੀ ਦੀ ਸਤੱਰ 'ਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਰਗੜੋ ।



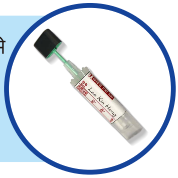
3 ਨਮੂਨਾ ਕਾਫੀ ਹੋਵੇਗਾ ਜਦੋਂ ਨਮੂਨਾ ਪੜਤਾਲ ਦਾ ਝਿਰੀ ਵਾਲਾ ਹਿੱਸਾ ਪੂਰੀ ਤਰਾਂ ਭਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਜਿਆਦਾ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਨਮੂਨਾ ਟੈਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਏਗਾ।



4 ਨਮੂਨਾ ਪੜਤਾਲ ਦੁਬਾਰਾ FOBT ਟਿਊਬ ਵਿੱਚ ਪਾਓ ਅਤੇ ਢੱਕਣ ਦੇ ਪੇਚ ਨੂੰ ਕੱਸੋ।

5 *ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਰੀਖ* ਲਿਖੋ ਅਤੇ ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਕਿ *ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਂ* ਸਹੀ ਹੈ। FOBT ਟਿਊਬ ਨੂੰ ਛੋਟੇ ਨੀਲੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਬੈਗ ਵਿਚ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸੀਲ ਕਰੋ। ਨਮੂਨੇ ਨੂੰ ਠੰਡੇ ਸਥਾਨ ਤੇ ਰੱਖੋ।

6 ਅਗਲੀ ਵਾਰੀ ਆਂਤੜੀ ਗਤੀ ਵਿਧੀ ਦੌਰਾਨ ਦੂਜੇ FOBT ਟਿਊਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਉਪਰੋਕਤ 1 ਤੋਂ 5 ਕਦਮਾਂ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਓ।



ਨਮੂਨਿਆਂ ਦੀ ਵਾਪਸੀ

ਨਮੂਨੇ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉ ਕਿ:

7 ਤੁਹਾਡਾ ਪੂਰਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਨਮੂਨਾ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਤਾਰੀਖਾਂ ਹਰ ਇੱਕ FOBT ਟਿਊਬ ਉੱਤੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਲਿਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

8 ਹਰੇਕ FOBT ਟਿਊਬ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵੱਖਰੇ ਛੋਟੇ ਨੀਲੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸੀਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

9 FOBT ਟਿਊਬ ਅਤੇ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਦੇ ਬੇਨਤੀ ਫਾਰਮ ਵੱਡੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਬੈਗ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਜੇਬਾਂ ਵਿੱਚ ਰੱਖੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਹ ਕਿ ਵੱਡੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਬੈਗ ਨੂੰ ਸੀਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਟਿੱਪਣੀਆਂ: ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਆਗਿਆ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਦੁਆਰਾ ਪਾਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ

ਪਖ਼ਾਨਾ ਨਮੂਨੇ ਨੂੰ ਇੱਕਤਰ ਕਰਨ ਬਾਰੇ

1. ਜੇ ਮੈਂ ਸਿਰਫ 4 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇੱਕ ਪਖ਼ਾਨੇ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਦਾ ਹਾਂ (ਪਖ਼ਾਨਾ ਨਮੂਨਾ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਤੋਂ)?

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ 4 ਦਿਨ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇੱਕ ਪਖ਼ਾਨੇ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਿਰ ਵੀ ਇਕ ਨਮੂਨੇ ਨੂੰ ਸਪੇਸੀਮੈਨ ਕਲੈਕਸ਼ਨ ਪੁਆਇੰਟ ਵਿਚ ਵਾਪਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਨਮੂਨੇ ਦਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਨਤੀਜਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇਗਾ ਜੇਕਰ ਇਹ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਇੱਕਤਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

2. ਮੈਨੂੰ ਬਵਾਸੀਰ (ਮੱਸੇ) ਹੈ, ਕੀ ਮੈਂ ਅਜੇ ਵੀ FOBT ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਾ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

- ਜਦੋਂ ਤਕ ਬਵਾਸੀਰ ਤੋਂ ਕੋਈ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਖ਼ੂਨ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਦਾ, ਤੁਸੀਂ ਅਜੇ ਵੀ ਉਚਿਤ ਤੌਰ ਤੇ FOBT ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਵਾਸੀਰ ਤੋਂ ਕੋਈ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਖ਼ੂਨ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਪਤਾ ਚਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਮੈਡੀਕਲ ਸਲਾਹ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ

3. ਮੇਰਾ FOBT ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਹੈ, ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਕੋਲੋਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਹੈ?

- ਇੱਕ ਸਕਾਰਾਤਮਕFOBTਨਤੀਜੇ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਪਖ਼ਾਨੇ ਵਿੱਚ ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਹੈ। ਇਹ ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਹਾਲਾਤਾਂ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਖ਼ੂਨ ਨਿਕਲਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਹੋਰ ਅੱਗੇ ਜਾਂਚ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

4. ਮੇਰਾ FOBT ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਹੈ, ਮੈਨੂੰ FOBT ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਦੋਂ ਦੁਹਰਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਏਗੀ?

- ਮੌਜੂਦਾ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂਅਨੁਸਾਰ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ FOBT ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੁਹਰਾਉਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ 100% ਸਹੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਲੋਰੇਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਵੋ।

ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਬਾਰੇ

5. ਜੇ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਜਾਂਚ ਅਸਫਲ ਰਹੀ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

- ਜੇ ਕੋਲਨੋਸਕੋਪੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਅਸਫਲ ਰਹੀ ਹੈ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਬੱਲ ਦੀ ਅਧੂਰੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰਕੇ, ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਜਾਂ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬਿਨਾਂ ਖਰਚਾ ਕੀਤੇ ਕੋਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦੁਹਰਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਮਪਿਊਟਿਡ ਟੋਮੋਗ੍ਰਾਫਿਕ ਕੋਲੋਨੋਗ੍ਰਾਫੀ (ਸੀਟੀ ਕੋਲੋਨੋਗ੍ਰਾਫੀ) ਲਈ ਢੁਕਵੀਂਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਕੋਲ ਭੇਜ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ

ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾਵਾਂ

A. ਹਾਂਗ ਕਾਂਗ ਕਰਿਸ਼ਚਨ ਸਰਵਿਸਿਜ਼*

ਅਲਪ-ਸੰਖਿਅਕ ਵਸਨੀਕਾਂ ਲਈ ਸਦਭਾਵਨਾ ਤੇ ਸੁਧਾਰ ਕੇਂਦਰ

TEL / ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ : 3106 3104

B. ਅਲਪ-ਸੰਖਿਅਕ **ਲੋਕਾਂ** ਲਈ HKSKH*

ਲੇਡੀ ਮੈਕਲੇਹੋਜ਼ ਸੈਂਟਰ

TEL / ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ : 2423 5101

*(ਮੌਕੇ ਤੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਸੇਵਾ ਲਈ ਖਰਚਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।)

References

The Nethersole School of Nursing, The Chinese University of Hong Kong. (2021). Say "No" to Chronic Diseases. Retrieved from
http://minorityhealth.nur.cuhk.edu.hk/

Department of Health, The Government of HK, SAR. (2020). Prevent Colorectal Cancer. Retrieved from
https://www.colonscreen.gov.hk/en/service/index.html

Department of Health, The Government of HK, SAR. (2020). Colorectal Cancer Screening Programme Before specimen collection - Tips. Retrieved from
https://www.colonscreen.gov.hk/en/public/programme/before_specimen_collection_tips.html

Department of Health, The Government of HK, SAR. (2020). Colorectal Cancer Screening Programme How to collect stool specimen. Retrieved from
https://www.colonscreen.gov.hk/en/public/programme/how_to_collect_stool_specimen.html

Department of Health, The Government of HK, SAR. (2020). Colorectal Cancer Screening Programme Returning specimens. Retrieved from
https://www.colonscreen.gov.hk/en/public/programme/returning_specimens.html

Department of Health, The Government of HK, SAR. (2020). Colorectal Cancer Screening Programme FAQs. Retrieved from
https://www.colonscreen.gov.hk/en/public/programme/faqs.html

Hong Kong Cancer Fund. (2021). Funded Projects Cancer Research. Retrieved from
http://www.cancer-fund.org/en/early-colorectal-cancer-detection-prevention.html

Hong Kong Anti-cancer Society. (2021). Colorectal Cancer.
Retrieved from
https://www.hkacs.org.hk/en/knowcancer_detail.php?id=2

Hong Kong Cancer Registry, Hospital Authority. (2021). Cancer Facts : Colorectum, 2019.
Retrieved from
http://www3.ha.org.hk/cancereg/facts.html

American Cancer Society. (2022). Survival Rates for Colorectal Cancer, by Stage. Retrieved from
https://www.cancer.org/cancer/colon-rectal-cancer/detection-diagnosis-staging/survival-rates.html

Electronic Health Record Sharing System (eHRSS), The Government of HK, SAR. (2021). Register Myself (Aged 16 or above). Retrieved from
https://www.ehealth.gov.hk/en/healthcare_recipient/registration/register_myself/index.html

2022

The project is funded by
Health Care and Promotion Scheme,
Food and Health Bureau, HKSAR

香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong

香港中文大學醫學院
Faculty of Medicine
The Chinese University of Hong Kong

香港中文大學醫學院那打素護理學院
The Nethersole School of Nursing
Faculty of Medicine
The Chinese University of Hong Kong

Copyright© 2022The Nethersole School of Nursing
Faculty of Medicine, The Chinese University of Hong Kong. All rights reserved.