NHS

জরুরী বাওয়েল ক্লিনিক সুপারিশর লাগি বেমারির তইথ্য

ই তইথ্য পত্রটায় ব্যাখ্যা করে যে আপনার GP কেনে আপনারে হাসপাতালও ভর্তির সুপারিশ করছুইন আর আপনারে কিতা কিতা করতে অইবো

আমারে কেনে জরুরীভাবে হাসপাতালও পাঠানির সুপারিশ করা হইছে?
আপনার GP মনো করইন যে আপনার ক্যান্সার হওয়ার সম্ভাবনারে বাতিল করার লাগি অন্ত্রর উপসর্গগুইনতর আরও বাড়তি তদন্তর দরকার আছে। আফনার কিতা সমইস্যা অটা তুকাইয়া বার করার লাগি আপনে যলদি দেখার আশা করতে পারইন।

এর মানে কিতা ইটানি যে আমার অন্ত্রর ক্যান্সার হইছে?
সাধারণ বেশকিছু বেমার আছে যেগুইনতর লগে আপনার ই উপসর্গগুইনতর যোগাযোগ থাকতো পারে যেগুইনতর মাঝে একটা অইলো ক্যান্সার। জরুরি দরখারর সুফারিশর বেশিরবাগর ক্যান্সার থাকে না। তবে, আপনার সাক্কাতখারও উপস্থিত থাকা দরখারি কারণ ক্যান্সার যদি ধরা পরে তে প্রাথমিকভাবেই ধরা পরা করা মানে চিকিৎসা বেশি কার্যকর হওয়ার সম্ভাবনা থাকা।

ই রেফারেলটা জরুরি হওয়ায় আফনারে দুই হাপ্তার মাঝে হাসপাতালও সাক্কাতখার দেওয়া অইবো, তবে ইটা আরও আগেও অইতো পারে। আগামী চাইর হাপ্তা আরও কিছু পরীক্ষা-নিরীক্ষার লাগি আফনারে উপলইভ্য থাকতে অইবো।

আমারে কিতা করতে অইব?

- আফনার উপসর্গর তদন্তর অংশ হিসাবে আপনার GP হয়তো আফনারে 'FIT' (Faecal Immunochemical Test) নামর পারখানার একটা পরীক্ষা করাইতা কইছুইন। ই পরীক্ষাটা পায়খানার (পায়খানা) মাঝে খুবই নগইন্য পরিমাণে থাকা রক্তর উপস্থিতি বার করে। পরীক্ষাটা পূরা করার আগে সংশ্লিষ্ট নির্দেশহক্কল সাবধানতার সাথে পড়উক্কা আর যত তাড়াতাড়ি সম্ভব আপনার GP-র গেছে দেউক্কা।
- নিশ্চিত অই যাইন যে আপনার GP-র গেছে আপনার সঠিক ঠিকানা আর একটা মোবাইল নম্বর সহ টেলিফোন নম্বর আছে (যদি আফনার গেছে মোবাইল নম্বর থাকে) কারণ হাসপাতালে টেলিফোনে আফনার লগে যোগযোগ করতো পারে।
- আফনে যদি সামনর চাইর হাপ্তার মাঝে সাক্কাতখারও যোগ দিতা না পারইন, তে দয়া করিয়া আপনার GP প্র্যাকটিসরে হিখান জানাইন।
- আফনার যদি কোনও অনুবাদকর দরকার হয়, অ্যাক্সেস সংশ্লিষ্ট কোনু দরকার থাকে, অথবা আফনে একজন নারী কনসাল্টেন্ট চাইন তে আপনার লগে যোগাযোগ করার সময় দয়া করিয়া হাসপাতালরে জানাইন।
- আপনে যদি দুই'হাপ্তার মাঝে হাসপাতাল থাকি সাক্কাতখার করার সুযোগ না পাইয়া থাকইন, তে দয়া করিয়া আফনার GP প্র্যাকটিসের লগে যোগাযোগ করউক্কা। বা, আফনে যদি জানইন যে আফনারে কুন হসপিটালরও সুফারিশ করা অইছে তাইলে আফনে তারার পেশেন্ট অ্যাডভাইস অ্যান্ড লিয়াজন সার্ভিসেস (PALS) বিবাগওযুগাযুগ করতে ফারইন।
- আফনে যদি মনো করইন যে আফনার উপসর্গ বা অবস্থার অবনতি অর, তে আলোচনা করার লাগি আফনার GP সার্জারির লগে যোগাযোগ করা খুবই দরকারি।

আমার সাক্কাতখারও কিতা অইব?
আফনার উপসর্গর উপরে ভর করিয়া আফনারে নিচর লেখাগুইনতর মাঝে যেকোনু একটা প্রস্তাব করা অইবো:

1. একজন বিশেষজ্ঞর লগে দেখা করার লাগি **আউট-পেশেন্ট সাক্কাতখার**। হাসপাতাল আফনার লগে যোগাযোগ করিয়া ক্লিনিকও উপস্থিত হওয়ার লাগি একটা সাক্কাতখার নিশ্চিত করবো। তৈয়ার থাকইন যে অপেক্ষার সময় আর আফনার কিতা কিতা পরীক্ষা করতে অইবো হিখানর উপরে ভর করিয়া ই সাক্ষাৎকারগুইনতে কয়েক ঘন্টা সময় দরকার অইতো পারে।
2. আফনার উপসর্গগুইন সম্পর্কে আরও জানতে আর আফনার লাগি সবচেভালা পরীক্ষার পরামর্শ দেওয়ার লাগি একটা বিশেষভাবে প্রশিক্ষিত আন্ত্রিক নার্সর লগে **টেলিফোনর মাইধ্যমে একটি মূইল্যায়ন বা ভিডিও কল**। আফনার উপসর্গগুইন তৈয়ার হওয়ার কারণ সম্পর্কে আফনে কিতা মনো করইন হি বিষয়েও

তারা আফনার লগে মাতবা। ***দয়া করিয়া মনো রাখবা:*** *আফনে যদি কলটা রেকর্ড করতা চাইন বা কলও কোনু বন্ধু বা পরিবারর সদইস্যরে রাখতা চাইন তে আফনারে অবশ্যই ডাক্তররে জানাইতে অইবো।*

3. কোনু কোনু ক্ষেত্রে হাসপাতাল আফনারে পয়লা মূল্যায়ন করা ছাড়াই **সরাসরি পরীক্ষার কথা কইতো** পারে। পরীক্ষা লইয়া পরিকল্পনা করার সময় বিবেচনাযত নেওয়ার মতো অইন্য কোনু বেমার না থাকলে ইটা হইতো পারে। ই তদন্তত ক্যামেরা পরীক্ষা (এন্ডোস্কোপি) বা সিটি স্ক্যান থাকতো পারে। আফনার পরীক্ষার তারিখ লইয়া হাসপাতাল আফনার লগে যোগাযোগ করলে তদন্তর আরও বিস্তারিত দিবো। ই পর্যায়ে আফনারে জানানি হইবো যে পরীক্ষার প্রস্তুতির লাগি আফনার যদি কিচ্ছু করতেই হয় তে কিতা করা অইবো। ই ধরনর সাক্ষাতখার পয়লা আফনারে ক্লিনিকর বিশেষজ্ঞ দলে দেখতা নায় বা কোনো বিশেষজ্ঞ নার্স মূল্যায়ন করদা নায়, অতারলাগি দয়া করিয়া সাবধানতার সাথে সাথে নির্দেশাগুইন অনুসরণ করউক্কা।

আমরা জানি যে আফনার অন্ত্রর বিষয়ে মাতা বিব্রতকর হইতো পারে কিন্তু বিশেষজ্ঞ অন্ত্র দলর সদইস্যঅকল (কলোরেক্টাল টিম নামেও পরিচিত) ই বিষয়ে খুবই অভ্যস্ত। আফনার উপসর্গ লইয়া আলোচনা করাত বা প্রশ্ন জিকা করতে বিব্রত বা অস্বস্তি বোধ না করার চেষ্টা করউক্কা। আফনে সাধারণত আফনার পায়খানার লাগি যে শব্দ ব্যবহার করইন যেমন "পু" বেবহার করতে সংকোচ করবা না।

আফনার রেফারেলর 28 দিনর মাঝে আফনের পরীক্ষার ফলাফল সম্পর্কে আফনার লগে যোগাযোগ করা হইবো। কিছু কিছু ক্ষেত্রে, আফনার উপসর্গ কেনে অর হাসপাতাল আফনারে হিখানই কইয়া দিবো আর আফনারে সরাসরি চিকিৎসার প্রস্তাব দিবো বা আফনারে চিকিৎসার লাগি রেফার করবো। আফনার পরীক্ষার কয়েক হাপ্তার মাঝে যদি কিচ্ছু না জানিয়া থাকইন তে দয়া করিয়া হাসপাতালর লগে যোগাযোগ করইন।

সাপোর্ট দেওয়ার লাগি অথবা মেডিকেল টিম আফনার লগে কিতা আলোচনা করবা হিখান বোঝার বিষয়ে আফনার চিন্তা থাকলে আফনে সাক্ষাতখারও আফনার লগে কোনু বন্ধু বা পরিবারর সদস্যরে আনতা পারইন। দর্শনার্থী সম্পর্কিত নির্দেশিকার লাগি দয়া করিয়া আফনার সাক্ষাতখার পত্র দেখি লাইন।

আমার কিতা কিতা পরীক্ষার দরকাই হইতো পারে?

আলাদা আলাদা পরীক্ষার মাইধ্যমে আফনার আর আফনার অন্ত্র সম্পর্কে আমরা আলাদা আলাদা তইথ্য পাইমু। আন্ত্রিক দলর করা সবচেয়ে প্রচলিত পরীক্ষাগুইন হইলো:

- ফ্লেক্সিবল সিগমায়েডোস্কোপি
- কোলনোস্কোপি
- সিটি কোলোনোগ্রাফি
- সিটি স্ক্যান
- এম.আর. আই স্ক্যান
- আল্‌ট্রাসাউন্ড স্ক্যান

ই পরীক্ষাগুইন সম্পর্কে ই লিফলেটর পিছনর শব্দকোষও ব্যাখ্যা করা হইছে। ই পরীক্ষাগুইনতর যেকোনু একটা (বা কোনু কোনুসময় আরও বেশি) আফনারে দেওয়া হইতো পারে। যে বিভাগও পরীক্ষাগুইন করা হয় হি বিভাগটা এরপরে আফনারে একটা সাক্ষাতখার পত্র আর পরীক্ষার ঝুঁকি ও সুবিধাঅকল আর পরীক্ষার লাগি আফনার অন্ত্ররে কিলাকান তৈয়ার করতা হি সম্পর্কে তইথ্যসহ পরীক্ষার বিষয়ক আরও তইথ্য পাঠাইবা।

সুপারিশকরা পরীক্ষাগুইন আমি না করতে চাইলে কিতা হইবো?

ইটা লইয়া আফনে আফনার টেলিফোন মূল্যায়ন/সাক্ষাৎকারও কোলোরেক্টাল বিশেষজ্ঞর লগে আলোচনা করতা পারইন। আফনে যদি হেরপরেও পরীক্ষাগুইন করতা না চাইন তে আফনার GP-র লগে ইটা লইয়া আলোচনা করা উচিত।

আফনার সাক্ষাতখারর আগর দরকারি পরামর্শ

ই প্রশ্নগুইন আফনার টেলিফোন মূল্যায়ন/সাক্ষাৎকারও আফনারে জিকা করা হইতো পারে, অতারলাগি আফনার উত্তরগুইন আগে থাকি তৈয়ার করতে পারলে হিখান সহায়ক অইবো।

<u>আফনার উপসর্গগুইন</u>

- আফনার অন্ত্র নিয়ে কিতা সমস্যা অর?
- ই উপসর্গগুইন কতদিন ধরি চলের?
- ইগুইন কিতা একলাগা থাকেনি না আয় আবার যায়গি?
- কোনু ধরণর প্যাটার্ন আছেনি? যেমন দিনর কোনো নির্দিষ্ট সময় বা খানির পরে ইত্যাদি?

<u>আমার লাইফস্টাইলর বদলানি</u>
- আফনে কিতা আফনার খাওয়া দাওয়া বা ব্যায়ামও কোনো পরিবর্তন আনছইননি?
- ইদানিং কিত কোনু মানসিক চাপ অনুভব করইননি?
- সম্প্রতি কিতা বিদেশ গেছলানি?
- আফনার বন্ধুবান্ধব, পরিবার বা সহকর্মীঅকলর কিতা একই সমস্যা আছেনি?
- আফনে কিতা নতুন কোনু ওষুধ খাইরানি?

<u>আফনার চিকিৎসার ইতিহাস</u>
- অতীতও আফনার কিতা অন্ত্র বা হজমর কোনু সমস্যা আছিলনি?
- আফনার কিতা কোনুসময় কোনু অপারেশন হইছেনি?
- অতীতও আফনার কিতা কোনু কার্ডিয়াক (হার্ট) চিকিৎসা করার ইতিহাস আছেনি?
- আফনে কিতা রক্ত পাতলা করার কোনু ওষুধ খাইননি?
- আফনার কিতা ডায়াবিটিস আছেনি? যদি থাকে তে কিতা আফনে ট্যাবলেট খাইননি না ইনসুলিন লইন?

<u>পারিবারিক চিকিৎসার ইতিহাস</u>
- আফনের পরিবারর কোনু সদস্যর কিতা কোনুসময় ক্যান্সার হইছেনি, বিশেষ করি অন্ত্রর ক্যান্সার?
- আফনের পরিবারর কোনু সদস্যর কিতা অন্ত্রর কোনু বেমার আছেনি যেমন, ক্রোন ডিজিজ বা কোলাইটিস?

<u>আফনের ব্যক্তিগত অবস্থা</u>
- আফনি কিতা একলা থাকইননি?
- আফনের চলাফেরা কেমন / চলাফেরা করতে আফনার কিতা কোনু সাহায্যর দরকার হয়নি?
- আফনে কেমন ধরণর সাহাইয্য পাইন?
- আফনে কিতা অখনকু কোনু কাম কররানি?
- যোগাযোগর লাগি আফনার কোনু প্রয়োজনীয়তা আছেনি?
- আফনার কিতা যাতায়াতর কোনো ইস্যু আছেনি?

<u>সবরহেযে, মনো রাখবা যে</u>
আন্ত্রিক উপসর্গ থাকা বেশিরভাগ মানুষরই ক্যান্সার **হয় না** তবে আফনের উপসর্গগুইন পরীক্ষা করা দরখারি। কারণট প্রায়শই ছোটখাটো কিচ্ছু, যেমন পাইলস বা ইরিটেবল বাওয়েল সিনড্রোম।
আফনারে কওয়া কোনু কিচ্ছু সম্পর্কে আফনে যদি অনিশ্চিত হইন বা বুঝতা না পারইন তে **দয়া করিয়া জিকা করইন।**

আরো তইথ্য
অন্ত্রর ক্যান্সার ইউকে https://www.bowelcanceruk.org.uk/about-bowel-cancer/diagnosis/visiting-your-gp/
ম্যাকমিলান ক্যান্সার সাপোর্ট 0808 808 0000
ক্যান্সার রিসার্চ UK 0808 800 4040

শব্দকোষ: আমরা যে শব্দ ব্যবহার করি হিটার ব্যাখ্যা
কলো - বড় অন্ত্ররে বোঝায় (কোলন নামে পরিচিত)
কোলনোস্কোপি - ধারও ক্যামেরা থাকা একটা পাতলা নমনীয় টেলিস্কোপ যিটা আপনার পিছুর পথ দিয়া অন্ত্রর মাঝে হারানি হয় আর পুরা বড় অন্ত্র পরীক্ষা করা হয়। ই পরীক্ষার আগর দিন আফনারে কিছু শক্তিশালী ক্লিয়ার-আউট পাউডার পাঠানি হইবো। ই পরীক্ষার লাগি আফনারে একটা ঘুমর ইনজেকশন দেওয়া হইবো।
কম্পিউটারাইজড এক্সিয়াল টমোগ্রাম (সিটি স্ক্যান) - একটা বিশেষ স্ক্যান যিখানে আফনে টেবিলও হুতি থাকারসময় একটা ডোনাট আকৃতির এক্স-রে মেশিন আফনার ক্রস সেকশনাল এক্স-রে ছবি তোলে। ই পরীক্ষার লাগি আসলে আফনারে একটি বিশেষ ডাই ইনজেকশন দেওয়া অইবো আর কিছু বিশেষ কনট্রাস্ট তরল পান করতা কওয়া হইবো।
সিটি কোলোনোগ্রাফি - কোনু কোনুসময় ভার্চুয়াল কোলোনোস্কোপি কওয়া হয়। ইটা একটা বিশেষ সিটি স্ক্যান যিটা একটা ডাই ড্রিঙ্কর পরে বা কোনু কোনুসময় পরীক্ষার আগর দিন শক্তিশালী ক্লিয়ার-আউট পাউডারর পরে কোলন আর পায়খানাররাস্তার ভিতরর খুব বিশদ ছবি বানানির লাগি একট সিটি স্ক্যানার ব্যবহার করে।
ফ্লেক্সিবল সিগমায়েডোস্কোপি - ধারও ক্যামেরা থাকা একট পাতলা নমনীয় টেলিস্কোপ যিটা আপনার পিছুনর পথ দিয়া অন্ত্রর মাঝে হারানি হয় আর বড় অন্ত্রর নিচের অংশ পরীক্ষা করা হয়। ই পরীক্ষার আগর দিন খাওয়ার লাগি আফনারে কিছু ক্লিয়ার-আউট ট্যাবলেট পাঠানি হইবো।
ম্যাগনেটিক রেজোন্যান্স ইমেজিং (MRI স্ক্যান) - ই পরীক্ষত একটা খোলা মুখর মেটাল সিলিন্ডারও হুতাইয়া আফনার বিস্তারিত এক্স-রে ছবি তোলা হয়।
প্রক্টোস্কোপি - একটা হুরু প্লাস্টিকর টেলিস্কোপ দিয়য পিছুনের পথ (গুহ্যদ্বার আর গুহ্যদেশ) পরীক্ষা করা।
রেকটাল - দিয়া গুহ্যদেশরে বোঝায় (পায়খানার রাস্তার নিকটবর্তী বড় অন্ত্রর সব নিচর অংশ)।
আলট্রাসাউন্ড স্ক্যান - একট স্ক্যান যিটা শব্দ তরঙ্গ ব্যবহার করিয়া আফনার ভিতরর অংশ পরীক্ষা করে। ইটা গর্ভাবস্থায় বেটিনতর যে ধরণর স্ক্যান করা হয় হিটার মতো।

লিফলেটটি লন্ডন পেশেন্ট গ্রুপ আর ট্রান্সফর্মিং ক্যান্সার সার্ভিসেস টিম ফর লন্ডন আপডেট করছে।

আফনার তদন্ত আর ফলাফলর লাগি একটা আনুমানিক টাইমলাইন নিছে দেওয়া অইছে, তবে আফনার লক্ষণহখল জটিল অইলে বা আফনার একর বেশি ফরিক্কার দরখার অইলে ইটা আরও লম্বা অইতে ফারে।

রেফারেল আরম্ব

পায়খানা পরীক্ষা (FIT পরীক্ষা)

পরীক্ষাসমূহ

আফনার ডাক্তাররে আফনার উপসর্গর মূল কারণ বুঝাত সহায়তা করার লাগি আফনার GP যেসময় আফনারে পরীক্ষা করানির কথা কইবো হিসময় আফনার পায়খানা পরীক্ষা করার কথা কওয়া হইতো পারে।

হসপিটালর সাক্কাতখার 14 দিন

GP সুফারিশ

আফনার উপসর্গ র উপরে ভর করিয়া, আফনার GP আফনারে একজন বিশেষজ্ঞর লগে দেখা করার লাগি হাসপাতালও পাঠাইতা পারইন বা অন্ত্রর একজন প্রশিক্ষিত নার্সর লগে একট ভিডিও বা টেলিফোন কলর ব্যবস্থা করতা পারইন, অথবা আরও তদন্তর লাগি আফনারে সরাসরি পরীক্ষার লাগি পাঠাইতা পারইন।

সিগমায়েডোস্কোপি, কোলনোস্কোপি, সিটি স্ক্যান ইত্যাদির আরও তদন্ত অইতো পারে

বাড়তি আরও যে ফরিক্কা

বিশেষজ্ঞ যাতে আফনার উপসর্গগুইনতর কারণ বার করতা পারইন অতার লাগি আফনারে আরও কিছু পরীক্ষা করা হইতো পারে। দয়া করিয়া ই সাক্কাতখাররে গুরুত্ব দিবা।

আফনার অ্যাপয়েন্টমেন্টটা কুনো স্পেশালিষ্টর লগে আফনার লক্ষণহখল আর ফলাফলহখল লইয়া আলোছনা করার লাগি অইবো। আফনে আফনার লগে একজন ফরিবারর সদইস্য বা বন্দু আনতে ফারইন

হসপিটালর সাক্কাতখার

আফনারে একজন বিশেষজ্ঞর লগে জরুরি সাক্ষাৎকারর লাগি হাসপাতালও রেফার করা হইলে দয়া করিয়া ই অগ্রাধিকার দেইন

ক্যান্সার নির্ণীত বা খারিজ 28 দিন

ফলাফল

আফনার সুপারিশর 28 দিনর মাঝে পরীক্ষার ফলাফল সম্পর্কে আফনার লগে যোগাযোগ করা হইবো, তবে আফনারে হঔ দিনও আপনার পরীক্ষার ফলাফল কওয়া হইতো পারে।

ক্যান্সারর সম্ভাবনা খারিজ

আফনার ক্যান্সারর সম্ভাবনা নাই আর এরপরে কিতা করতে হইবো হি বিষয়ে আফনার বিশেষজ্ঞ চিকিৎসক আফনারে জানাইবা

এরফরেও আফনার এমন কুনো লক্ষণ থাখতে ফারে যেটা ফরিক্কা করিয়া দেখার দরখার ফরতে ফারে আর ইগুন যদিন থাকি যায় বা আরও বেশি খারাফ অবস্থা লইলায় তাইলে আফনারে অবশ্যই আফনার GP-র লগে যুগাযুগ খরতে অইবো।

চিকিৎসা খরার সিদ্ধান্ত 31 দিন

ফয়লা চিকিৎসা 62 দিন

ক্যান্সার নির্ণয় করা হইছে

আফনার ক্যান্সার ধরা পড়ছে হিখান জানানির লাগি আপনার স্পেশালিস্ট আফনার লগে যোগাযোগ করবা আর আফনার কিতা চিকিৎসা চলবো হিখান লইয়া আলোচনা করবা

আফনার চিকিৎসা আরমবো অইলে আফনে কিতা আশা করতে ফারইন আর কুনানো আফনে আরও সায্য ফাইতে ফারইন ই বেফারে আফনার কুনো প্রশ্ন থাখলে আফনার ক্যানসার কেয়ার টিম আর আফনার GP য়ে অগুনতর উত্তর দিবো।