اردو
Urdu

Bowel Cancer UK

آنتوں کے کینسر سے متعلق حقائق

آنتوں کا کینسر برطانیہ میں چوتھا سب سے عام کینسر ہے

آنتوں کے کینسر کا جتنا جلد پتہ چل جائے، اس کے قابل علاج ہونے کا امکان اتنا ہی زیادہ ہوتا ہے۔

10 میں سے 9 سے زیادہ لوگ آنتوں کے کینسر سے بچ جاتے ہیں جب اس کی ابتدائی مرحلے پر تشخیص ہو جاتی ہے۔ تاہم، آخری سٹیجز پر تشخیص ہونے سے یہ قدر نمایاں طور پر کم ہو جاتی ہے۔

وہ علامات جن پر نظر رکھنی چاہیے

- آپ کے مقعد سے خون آنا
- آپ کے پاخانے میں خون آنا
- پاخانہ کرنے کی عادات میں تبدیلی، یا باقاعدگی سے اسہال ہونا یا قبض رہنا
- وزن کم ہونا لیکن آپ کو اس کی وجہ معلوم نہ ہو
- ہر وقت بہت تھکاوٹ محسوس کرنا لیکن آپ کو ٹھیک سے معلوم نہیں ہے کہ ایسا کیوں ہے
- آپ کے پیٹ میں درد یا گانٹھ کا احساس

یہ علامات ہونے کا ہمیشہ یہ مطلب نہیں ہوتا کہ آپ کو آنتوں کا کینسر ہے۔ لیکن یہ جاننا اب بھی ضروری ہے کہ ان کی وجہ کیا ہے۔

اگر آپ کو ان علامات میں سے کوئی بھی ہے، تو اپنے GP سے بات کریں اور گھر پر ٹیسٹ کے بارے میں پوچھیں۔

NHS آنتوں کے کینسر کی اسکریننگ کا پروگرام

آنتوں کا اسکریننگ ٹیسٹ آپ کے پاخانے میں خون کی تلاش کرتا ہے اور علامات شروع ہونے سے پہلے آنتوں کے کینسر کی نشاندہی کرنے میں مدد کرتا ہے۔

آپ کو جس عمر میں پہلی بار ٹیسٹ بھیجا جاتا ہے وہ آپ کے رہائشی علاقے کے لحاظ سے مختلف ہے۔ جب آپ اس عمر کو پہنچ جائیں گے، آپ کو ہر دو سال بعد ایک ٹیسٹ ملے گا۔

آپ کہاں رہتے ہیں	اسکریننگ کی عمر	اسکریننگ کی ہیلپ لائن
انگلینڈ	50-74	0800 707 60 60
اسکاٹ لینڈ	50-74	0800 0121 833
ویلز (Wales)	50-74	0800 294 3370
شمالی آئرلینڈ	60-74	0800 015 2514

Bowel Cancer UK

آپ کو خطرہ زیادہ ہے اگر:

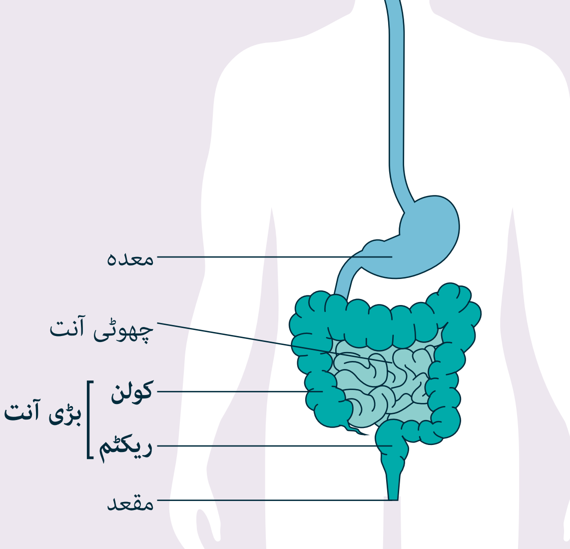
- آپ کی خاندانی تاریخ (فیملی ہسٹری) میں آنتوں کا کینسر ہے
- آپ کی آنتوں میں پہلے کبھی غیر کینسر والی رسولیاں (پولیپس) رہی ہوں،
- آپ 50 سال سے زیادہ عمر کے ہیں، لیکن یہ کسی بھی عمر کے کسی بھی فرد کو متاثر کر سکتا ہے
- آپ کو آنتوں کی سوزش کی بیماری ہے، مثال کے طور پر کروہن کی بیماری یا السری کولائٹس
- آپ کو ٹائپ 2 کی ذیابیطس ہے

آپ درج ذیل سے اپنے خطرے کو کم کر سکتے ہیں:

- صحت مند جسمانی وزن برقرار رکھنے کے لیے اقدامات کرنا
- جسمانی طور پر فعال رہنا
- شراب نوشی سے پرہیز کرنا
- تمباکو نوشی نہ کرنا
- پروسیس شدہ گوشت سے بچنا اور سرخ گوشت کو محدود کرنا
- صحت بخش اور متوازن غذا کھانا
- جب آپ کو اپنا آنتوں کے کینسر کی اسکریننگ کا ٹیسٹ ملے تو اسے استعمال کرنا

آپ کی آنت آپ کے نظام انہضام کا حصہ ہے

آنتوں کا کینسر بڑی آنت کو متاثر کرتا ہے، جو کولن اور ریکٹم سے مل کر بنتی ہے۔



رجسٹرڈ چیریٹی نمبر 1071038 (انگلینڈ اور ویلز) اور SC040914 (سکاٹ لینڈ)

Bowel Cancer UK برطانیہ کا آنتوں کے کینسر کا سرکردہ خیراتی ادارہ ہے۔ ہم زندگیاں بچانے اور بیماری سے متاثرہ ہر شخص کی زندگی کے معیار کو بہتر بنانے کے لیے پرعزم ہیں۔ اپنی زبان میں آنتوں کے کینسر کی اسکریننگ کے بارے میں مزید معلومات کے لیے **bowelcanceruk.org.uk/publications** ملاحظہ کریں۔

@bowelcanceruk /bowelcanceruk

bowelcanceruk.org.uk

ورژن 1.0 اشاعت کے وقت معلومات درست ہیں: فروری 2025۔
نظرثانی کی تاریخ: فروری 2028