

Maagang pagtuklas ng tungkol sa kanser sa bituka



Ang kanser sa bituka (kilala rin bilang colorectal cancer) ay ang pinakakaraniwang uri ng kanser sa Australya (maliban sa karaniwang mga kanser sa balat).

Ito ay madalas na matuklasan sa maagang panahon kung kailan may higit na pagkakataong magamot ang sakit. Mayroon ding ilang mga hakbang na magagawa upang mabawasan ang iyong panganib ng kanser sa bituka.

Ano ang bituka?

Ang bituka ay ang pinakamahabang bahagi ng may-panunaw na daanan ng pagkain (ang "bituka") Ito ay may dalawang bahagi:

- ang maliit na bituka, kung saan natutunaw ang pagkain
- ang malaking bituka, kung saan natutunaw ang tubig at asin.

Ang malaking bituka ay may dalawang bahagi – ang kolon at ang rektum (tumbong).

Ano ang kanser sa bituka?

Ang kanser sa bituka ay isang pagtubo ng kanser na kadalasang nagsisimula sa panloob na balot ng malaking bituka. Maaari itong tumubo nang mahabang panahon bago kumalat sa ibang mga bahagi ng katawan. (metastasising).

Ito ang dahilan kung kaya dapat maagang matuklasan ang kanser sa bituka para sa mas malaking pagkakataong magamot ito. May 90% na pagkakataong magamot kung ang kanser ay natuklasan sa maagang panahon.

Gaano kakaraniwan ang kanser sa bituka?

Ang kanser sa bituka ang pinakakaraniwang kanser na nakakaapekto sa mga kalalakihan at mga kababaihan sa Victoria. Mahigit sa 3,000 katao ang nasusuring may kanser bawa't taon.

Sino ang nanganganib na magkaroon ng kanser sa bituka?

Ang kanser sa bituka ay maaaring mangyari sa anumang edad, ngunit ang panganib ay mas malaki kung ikaw ay lampas sa limampung taon ang edad.

Ang panganib na ikaw ay magkaroon ng kanser sa bituka ay nadadagdagan din kung ikaw ay:

- may malakas na kasaysayan sa pamilya kaugnay ng kanser sa bituka
- nagkaroon ng malalang sakit na pamamaga sa bituka (ulcerative colitis or Crohn's colitis) sa mahigit na walong taon

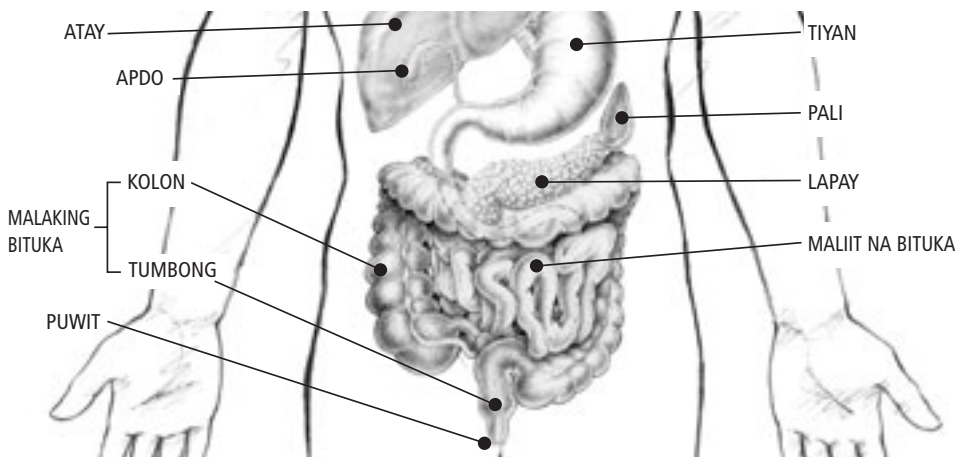
Kung ang mga bagay na ito ay angkop sa iyo, kausapin ang iyong doktor tungkol sa panganib ng kanser sa bituka.

Mga palatandaan ng kanser sa bituka

Hindi lahat ng mga uri ng kanser sa bituka ay nagpapakita ng mga palatandaan ngunit kailangan mong magpatingin sa doktor kung ikaw ay may napapansin na alinman sa mga sumusunod:

- pagdurugo mula sa puwitan o anumang palatandaan ng dugo matapos dumumi
- patuloy na pagbabago sa mga ugaling pagdumi: gaya halimbawa, malambot o mas madalas na pagdumi, madalas na pagtitibi, at/o pangangailangang pumunta sa palikuran nang mas higit sa karaniwan
- pakiramdam na hindi lumalabas nang husto ang dumi
- hindi maipaliwanag na kapaguran, kahinaan o kahirapan sa paghinga. Ang mga ito ay maaaring dahilan sa anemya na sanhi ng kawalan ng iron. Ang uri na ito ng anemya ay maaaring resulta ng kanser sa bituka
- sakit sa tiyan
- pagbaba ng timbang nang walang maliwanag na dahilan.

ANG SISTEMA NG PANUNAW



► Filipino

Finding Bowel Cancer Early

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa kanser tumawag sa:

- Filipino (03) 9209 0169
- Ingles 13 11 20

Proudly sponsored by

ExxonMobil



1 Rathdowne Street
Carlton Vic 3053
Australia
Telephone: 61 (0)3 9635 5000
Facsimile: 61 (0)3 9635 5270
enquiries@cancervic.org.au
www.cancervic.org.au

August 2004

Maagang pagtuklas ng tungkol sa kanser sa bituka



Kailangang matyagan ng **mga taong lampas sa apatnapung taon ang edad** ang mga palatandaang babala ng kanser sa bituka. Kung ikaw ay may anuman sa mga palatandaang ito, magpatingin sa iyong doktor na magbibigay sa iyo ng reperal para sa anumang mga pagsusuri na maaari mong kailanganin. Kadalasan mayroong simpleng paliwanag, ngunit kung ito ay kanser sa bituka, mas mabuti na matuklasan ito nang maaga.

Pagsusuri para sa kanser sa bituka

Ang pagsusuri para sa kanser sa bituka ay kinapapalooban ng pagsusuri sa mga tao na walang malinaw na mga palatandaan ng kanser sa bituka. Ang pagsusuri sa pamamagitan ng tinatawag na faecal occult blood test (FOBT) o pagsusuri ng di-karaniwang dugo sa pagdumi ay inirekomenda para sa mga malusog na tao na lampas sa limampung taon ang edad.

Faecal occult blood test (FOBT)

Ang FOBT ay isang simpleng pagsusuri para sa maagang mga palatandaan ng kanser sa bituka. Nakapaloob dito ang pagkuha ng mga maliliit na sample mula sa dalawa o tatlong beses na pagdumi sa pamamagitan ng paggamit ng kit para sa pagsusuri. Ang mga sample ay kinokolekta sa bahay at pagkatapos ay ipinapadala sa isang laboratoryo upang masuri.

Ang FOBT ay naghahanap ng mga kakaunting dami ng dugo sa pagdumi (ang dugong di maaaring makita ng iyong sariling mga mata). Ang dugo sa pagdumi ay maaaring sanhi ng isang polyp (tumutubo sa loob ng bituka na maaaring mauwi sa kanser) o isang kanser sa bituka na dumudugo. Kung may matagpuang dugo sa pagdumi, kakailanganin ang karagdagang mga pagsusuri upang malaman kung ano ang sanhi ng pagdurugo.

Tandaan, ang kanser sa bituka ay malaki ang pagkakataong (90%) magamot kung matutuklasan sa maagang panahon. At ang mga polyp na natagpuan sa pamamagitan ng FOBT ay maaaring maalis bago mauwi ang mga ito sa kanser.

Saan ako maaaring makakuha ng FOBT?

Ang mga lalaki at babaeng lampas sa limampung taon ang edad ay dapat makipagkita sa kanilang doktor tungkol sa pagkakaroon ng FOBT tuwing ikalawang taon.

Pagbawas ng panganib ng kanser sa bituka

Ikaw ay makatutulong na mabawasan ang panganib ng kanser sa bituka sa pamamagitan ng:

- diyetang may pampalusog na pagkain, kabilang ang maraming gulay at prutas at kaunti lamang na taba mula sa hayop
- pagpapanatili ng malusog na timbang ng katawan
- pag-eehersisyo nang palagian
- hindi paninigarilyo

Sa pamamagitan ng pagsunod sa payong ito, hindi nangangahulugan na hindi ka kailanman magkakaroon ng kanser sa bituka, ngunit maaari nitong mabawasan ang panganib at mayroon ding iba pang pangkalusugang mga pakinabang.

► Filipino

Finding Bowel Cancer Early

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa kanser tumawag sa:

- Filipino
(03) 9209 0169
- Ingles
13 11 20

Proudly sponsored by

ExxonMobil



1 Rathdowne Street
Carlton Vic 3053
Australia
Telephone: 61 (0)3 9635 5000
Facsimile: 61 (0)3 9635 5270
enquiries@cancervic.org.au
www.cancervic.org.au

August 2004