

Li 50 Pêncî salî û wê ve ezê xwe bizanabûn bikim!

Penceşêra kolonê (roviya stûr) Pêşlêgirtin



swiss
cancer
screening

Naverok

Pêşîlêgirtina penceşêra kolonê – bi kurtasî	3
Derbarê penceşêra kolonê de	4
Xweparastin ji peydabûna penceşêra kolonê	6
Pêşîlêgirtin li peydabûna penceşêra kolonê	6
Pişkinîna pêşîlêgirtinê	7
Pişkinîna pêşîlêgir ya kolonê heta bi çi radeyê xwedan refatarek baş e?	10
Beşdarbûna di pêşîlêgirtinê de	12
Ferheng	16
Zaniyariyên berferehtir	18
Navûnîşan	20

Pêşîlêgirtina penceşêra kolonê – bi kurtasî

Di vê belavokê de babet û pêzanînên giring derbarê pêşîlêgirtina penceşêra kolonê de hene.

Pêşîlêgirtina penceşêra kolonê çi ye?

Hindek pişkinîn hene, ku penceşêra kolonê anku qunaxên pêşîn yên penceşêra kolonê destnîşan dikin. Ji bo vê çendê jî, du rêyên cuda hene.

Kî dikare di pêşîlêgirtina penceşêra kolonê de beşdar bibe?

Ev xizmet ji bo kesên di ser 50 salî re ye.

Çima pêşîlêgirtina penceşêra kolonê wisa giring e?

- Beşeke kêmtir ji mirovan bi penceşêra kolonê dikevin.
- Tedawîkirineke kêmtir ji penceşêra kolonê re pêdivê.
- Beşeke kêmtir ji mirovan bi nexweşiya penceşêra kolonê dimirin.

Çi sudmenidiyên te hene, heger tu beşdarî pêşîlêgirtina penceşêra kolonê bibî?

- Tu dikarî aram bibî, çaxê encama pişkinînê nexweşiya te ne berçav be.
- Tu yê bi xemwarî bê şîret kirin, eger encama pişkinînê nexweşiya te piştrast bibe. Her wisa dê li ser pêngavên din jî bi te re bê axaftin.
- Dibe ku li dema pişkinînê, qunaxa destpêka penceşêrê bê destnîşankirin û bihête binbir kirin. Bi vê çendê wê tehlûke û rîzîkoya nexweşiya te kêmtir bibe.

Çima giring e, ku penceşêra kolonê zû were destnîşankirin?

- Derfet û şans gelek in, ku penceşêrê hê jî were dermankirin.
- Çareserî pir hêsan û bar siviktir e berevajî qunaxeke dijwar ya nexweşiya penceşêra kolonê.

Derbarê penceşêra kolonê de

Hijmar û Rastî

Penceşêra kolonê li welatê swîsreyê, ji cûre nexweşiyên penceşêrê li ba mêran di rêza sîsiyan û li ba jinan di rêza duduyan de ye.

Çend mirov bi nexweşiya penceşêra kolonê dikevin?

Her Sal 4'300 mirov li swîsreyê bi penceşêra kolonê dikevin.

Çend mirov bi nexweşiya penceşêra kolonê dimirin?

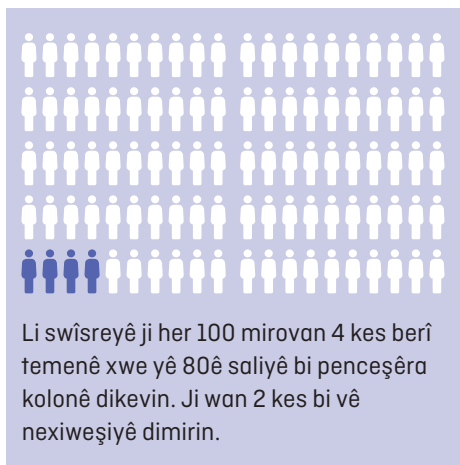
Her Sal 1'700 mirov li swîsreyê ji ber encamên paşinde yê nexweşiya penceşêra kolonê dimirin.

Kî dibe ku bi nexweşiya penceşêra kolonê bikeve?

Bi gelemperî mirov piştî 50 saliya xwe bi penceşêra kolonê dikevin. Serê 100î 4 kes li swîsreyê berî temenê xwe yê 80yî bi penceşêra kolonê dikevin.

Çareserîya penceşêra kolonê heye?

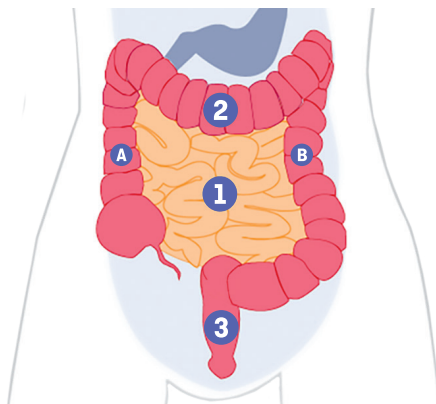
Çareserîya penceşêra kolonê pir mezin e, heger penceşêra kolonê zû bê destnîşan kirin.



Kolon

Kolon beşeke ji roviyan e. Rovî ji sê beşan pêk tê:

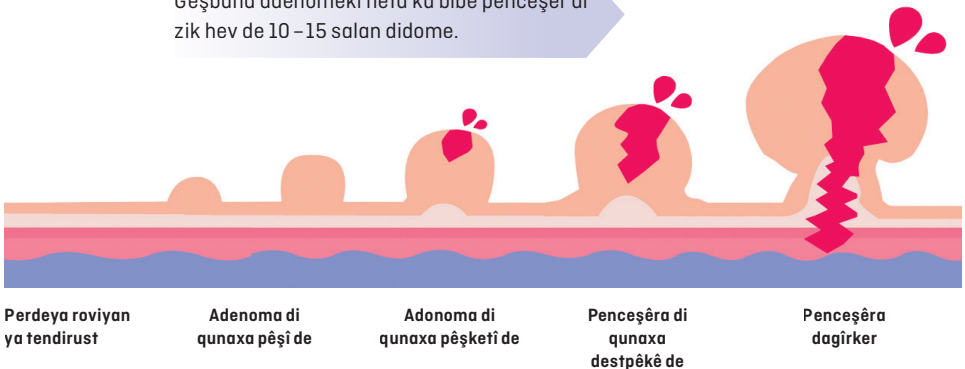
- 1 Roviyên zirav
- 2 Roviyên stûr
 - A serjor
 - B serjêr
- 3 Dawiya roviyan



Çawa penceşêra kolonê çêdibe?

- Perdeya çermî ya di nava roviyên stûr û di dawiya roviyan de dikare xwe biguherîne. Ligel vê guherînê dibe ku hindek goştê zêde tê de çêbibe. Ev goştê zêde bi polyp jî tê bi nav kirin.
- Ev polyp pir çêdibin. Ji 100 mirovên ku temenê wan di ser 65 salan re ye, 30 kes jî vê polypê di nava roviyên wan de hene.
- Gelek polyp metirsiya wan li ser tenduristiya mirov nîn in. Li derencamê geşeyên çewt yan jî li derencamê kumbûna bez û dûhn an jî ji ber birînên kûlbûyî çêdibin.
- Hindek polypên din hene, ku li derencama geşbûnên başreftar yê tenê laşî peyda dibin. Ev tê wê wateyê, ku ev polyp di nav perdeya roviyan de kad dide. Ev polypên taybet bi adenome têne bi nav kirin.
- Dibe ku ji van adenoman penceşêr çê bibe.
- Heta ku ji adenomekê penceşêr çêbibe, ev 10 heta bi 15 salan diajoye. Lê dibe ku bi tenê çend sal kêmtir dewam bike heta ku penceşêr peyda bibe.
- Ji 100 Adenoman kêmtir jî 5an jê dibine penceşêr.
- Adenomên mezin gelek caran xwîn ji wan tê. Lê ev xwîna di nava destava mezin de bi çavan naye dîtin.

Geşbûna adenomekî heta ku bibe penceşêr di zik hev de 10–15 salan didome.



Çawa mirov dikare pê bizane, ku tuşî penceşêra kolonê bûye?

Tu dikarî were kontrolkirin, jî ber ku semptomên te hene:

- Xwîn di destava mezin de
- Astengî di hêrandina xwarinê den
- Guherîna şeweyên destava mezin
- Lawazbûna laşî bi sedemeke ne diyar
- Sistbûna berdewam

Hêdî bi tevayî penceşêra kolonê bi pêşketiye. Lewma jî pêşîlêgirtin wisa giring e. Heger ev semptomên jorîn li ba te hebin, bi kesekî pispore re biaxive.

Xweparastin ji peydabûna penceşêra kolonê

Gelo xweparastineke ji penceşêra kolonê heye?

Xweparastineke sed parsedî (100%) tune ye. Lê tu dikarî tehlûkeya pêketina penceşêra kolonê kêmtir bikî.

Tu dikarî çi bikî?

Tu dikarî şêweyekî jiyane yê bi tendurist bişopîni:

- Her roj fêkî û hêşinayiyê bixwe.
- Goştê berhevkişî kêmtir bixiwe. Mîna sucuq û bastirme.
- Berdewam û gelekî liv û tevgerê bike.
- Hay ji qelewiya laşê xwe hebe.
- Alkololê gelekî venexwe û cixarê nekêşe.

Tu dikarî pêzanînen zêdetir derbarê penceşêra kolonê li ser malpera Krebsliga di malika «Prävention» de peyda bikî: www.krebsliga.ch/krebs-vorbeugen

Pêşilêgirtin li peydabûna penceşêra kolonê

Pêşilêgirtina peydabûna penceşêra kolonê çi ye?

Hindek pişkinîn hene, ku bi rêya wan, mirov dikare zûtir destnîşan bike, ka gelo penceşêra kolon heye yan na. Mirov dikare guherînen di roviyan de jî bibîne, yên ku dikarin paşerojê bibin sedema peydabûna penceşêra kolonê. Divê ev pişkinînen wisa bi berdewamî bêne encamdan û dubare kirin.

Pêşilêgirtina kolonî ji bo kê ye?

Pêşilêgirtin ji bo kesên di ser temenê 50 salî re ye, yên ku hîç diyardyên nexweşiyê li ba wan nîn in.

Çima pêşilêgirtina kolonî pêdivî ye?

Çiqasî zûtir mirov pencêşêra kolonê yan jî asta destpêkê ya pencêşêrê destnîşan bike, hewqasî derfetên dermankirina wê baştir dibin. Bi rêya pêşilêgirtinê:

- kêmtir mirov ji ber sedema penceşêra kolonê dimirin.
- mirov dikare zûtir çareseriyê penceşêra kolonê bike.
- mirov dikare qûnaxên pêşîn yên pencêşêrê (Polyp) jê bibe û bi vê yekê rê li ber peydabûna penceşêra kolonê bigire.

Pêşilêgirtina penceşêra kolonê xwedan reftarek baş e. Ev çend bi rêya pişkinînen zanistî hate pesend kirin.

Gelo çî sînor ji bo pêşilêgirtina penceşêra kolonê hene?

Penceşêra kolonê dikare li ba behra bihtir ji mirovan di rêya pêşilêgirtinê de pêşwext were dîtin yan rê li ber peydabûna wê were girtin. Lê hema hîç pişkinînek nîn e, ku bikaribe hemî nexweşiyên penceşêrê yê berê bi rêjeya 100% destnîşan bike.

Di navbera du pişkinînên pêşlêgir de her dem metirsî heye, ku mirov bi nexweşiya penceşêra kolonê bikeve. Lewma jî gelekî giring e, ku tu ji bijîşkê xwe bipirsî, heger nîşanên vê nexweşiyê li ba te peyda bûn.

Pişkinîna pêşilêgirtinê

Du cûreyên giring yê pişkinînê hene, yê ku li swîsreyê têne pêşniyar kirin:

- Pişkinîna xwînê di destava mezin de (Kurtkirina wê: FIT e, pişkinîna îmunolojî ya destava mezin (Fäkal Immunologischer Test)
- Pişkinîna roviyan bi alîkariya dûrbîna tenduristiyê (Peyva tenduristî: Koloskopie e)

Pişkinîna xwînê di nava destava mezin de çî ye (FIT)?

Gelek caran penceşêra kolonê di qûnaxa destpêkê de piçekî xwîn jê tê. Lê hema mirov nikare vê xwîna di nava destava mezin de bi çavan bibîne. Ji bo wê ev cûreyê pişkinînê (FIT) heye. Mirov dikare bi şêweyekî gelekî hêsan şopên xwînê di destava mezin de bipîve. Ji bo vê çendê pêdivî ye, ku mirov nimûneyekê ji destava xwe ya mezin radest bike. Mirov dikare vê pişkinînê di mala xwe de jî bike.

Pişkinîna roviyan bi alîkariya dûrbîna tenduristî (Koloskopie) çî ye?

Pişkinîna gerandina kamîrayê di nava roviyan de pêdivî ye, ku ji aliyê bijîşkên pispor ve bê kirin. Peyva zanistî ji bo bijîşkên vê beşê re (Gastroenterologin) yan (Gastroenterologe) ye. Gastroenterologin yan Gastroenterologe pisporên nexweşiyên roviyan e. Bijîşka jin yan bijîşkê mêr boriyekê di qûna mirov re derbasî nava roviyan dike. Kamîrayeke biçûk bi vê boriyê ve girêdayî ye. Bijîşka jin yan bijîşkê mêr dikare bi vî hawî tevahiya roviyan bibîne. Ev borî bi (Koloskop)ê tê bi nav kirin.

Raberkirina herdu Metodan

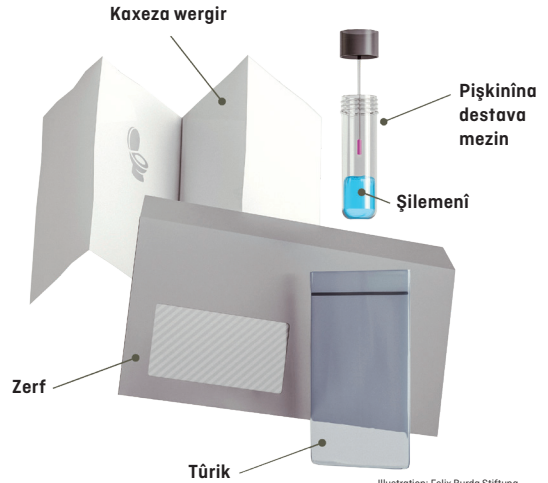


Illustration: Felix Burda Stiftung

Pişkinîna xwîna di nava destavêda mezin de, ku bi çawan nayê dîtin (FIT)

Çend caran?	Divê ev pişkinîn serê du salan carekê were kirin
Çawa tê encamdan?	<ul style="list-style-type: none"> • Parçeyekî ji detsava mezin tê wergirtin. Mirov vê yekê li malê dike. • Mirov nimûneya destava mezin bi rêya postê dişîne. • Taqîgehek vê nimûneya destava mezin kontrol dike. • Heger xwîn hate dîtin, wî çaxî pişkinînek ji bo destnîşankirina egeran bi rêya dûrbîna tenduristiyê tê kirin.
Bihayê wê çiqas e?	Bihayê pişkinînê erzan e.
Sûdmendiyên wê çi ne?	<ul style="list-style-type: none"> • Pêdivî bi pêş amadekariyê nake. • Mirov dikare pişkinînê bi hêsanî û lezgîni pêk bîne. • Kêm caran pişkinînê rojê ne giring hene.
Ev pişkinîn çend pêbawer e?	Eger serê 2 salan carekê ev pişkinîn bê kirin, bawerpêkiriya wê jî pir gelek e.
Ziyanên wê çi ne?	<ul style="list-style-type: none"> • Ev pişkinîn divê her serê 2 salan carekê were dubare kirin. • Dibe ku xwîn were dîtin, lê ne ji ber derencama penceşêrê yan jî adenomê be.

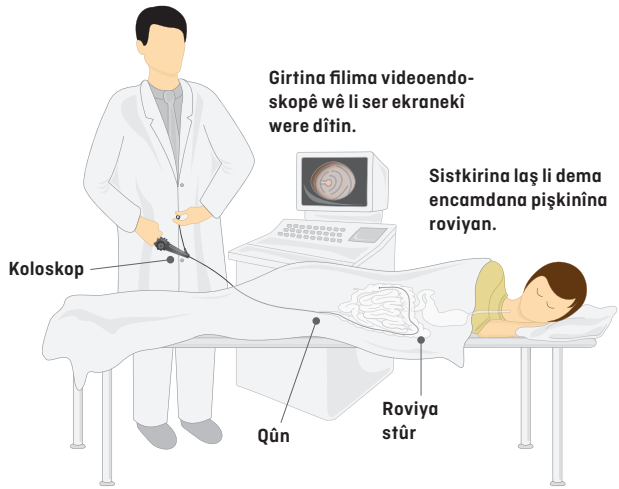


Illustration: Felix Burda Stiftung

Pişkinîna roviyan bi alîkariya dûrbîna tenduristî

Çend caran?	Ev pişkinîna roviyan divê her 10 salan carekê were encamdan.
Çawa tê encamdan?	<ul style="list-style-type: none"> • Divê mirov xwe ji bo vê pişkinînê bi şeweyekî taybet birçî bihêle «Diät» û dermanan bixwe. Ev roviyan paqij dikin. Mirov van tiştan li malê dike. • Ev pişkinîn li Muayenexaneyê bijîşk yan jî li nexweşxaneyê tê kirin. • Di dema pişkinînê de dermanekî arambûnê didene te, daku tu bikaribî xwe li dema encamdana pişkinîna roviyan rabigirî. • Ev pişkinîn nêzikî 30–45 xulekan didome. Lê heger pêdivî bi birrîna goştê zêde hebe, dibe ku behtir bidomîne.
Bihayê wê çiqas e?	Ev pişkinîn bihayê wê giran e.
Sûdmendiyên wê çi ne?	<ul style="list-style-type: none"> • Ev baştirîn pişkinîn e, ku goştê zêde «polyp» werin destnîşan kirin, berî ku bibin penceşêr. • Goştê zêde «polyp» dikarin yekser di dema encamdana pişkinînê de werin birîn.
Ev pişkinîn çend pêbawer e?	Derencamên wê gelekî cihê baweriyê ne, heger mirov amadekariyên wê li malê baş encam bide.
Ziyanên wê çi ne?	<ul style="list-style-type: none"> • Peydabûna pirsgirêkên dijwar di dema pişkinîyan de gelekî kêman (Birîndarbûna roviyan yan jî xwînhatina dijwar). Ji serê 1000 pişkinînên roviyan nêzikî 2. • Heger tu dermanê sistbûna laş bixwî, çênabe tu piştî hingî 12–24 demjimêran terembêlan biajoyî.

Pişkinîna pêşilêgir ya kolonê heta bi çi radeyê xwedan refatarek baş e?

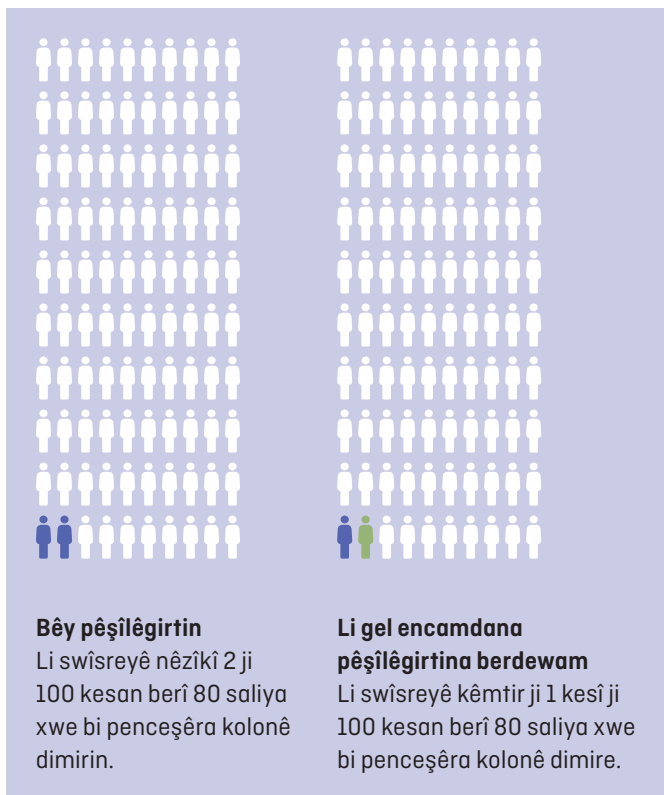
Randimana pêşilêgirtinê bi şêweyekî zanistî hatiye isbat kirin. Di dema kirina pişkinînan bi berdeyamî de, rêjeya mirinê li derencamê penceşêra kolonê ji nivî hindiktir dibe.

Ev tê wê wateyê, ku ji her 100 kesî:

Bêyî pêşilêgirtinê: 2 kes berî 80 saliya xwe bi penceşêra kolonê dimirin.

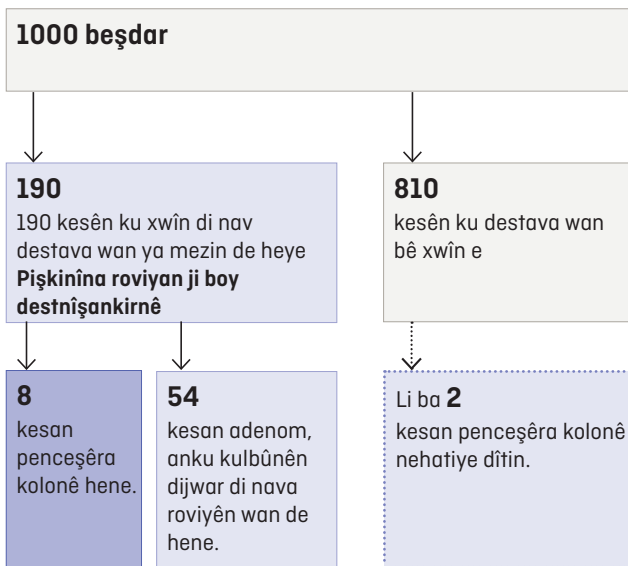
Bi Sexbêriyek berdeyam: kêmtirî 1 kesî berî 80 saliya xwe bi penceşêra kolonê dimire.

Ev hejmar derencamên pişkinîna ne, lewma tenê hejmarên texmînkirinê ne. Lêkolînên zanistî hewl didin, ku van texmînan rastir bikin. Lewma giring e: Mirov nikare sed parsedî (100%) ji bo her takekesekî van texmînan pêşbînî bike û bibêje, ka gelo ew kes wê nexweş bikeve ya na.



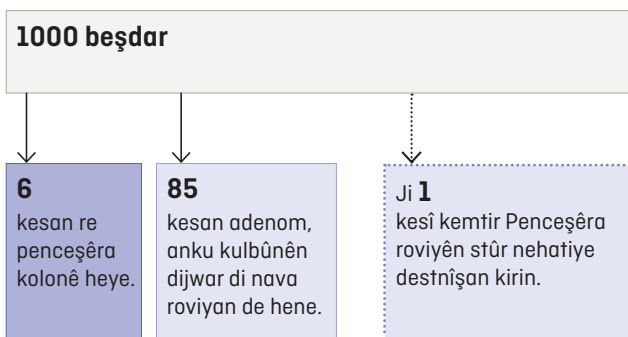
Başıya pişkinîna xwînê-di nava-destava mezin de

(Çaxê ku beşdariya berdewam di qûnaxa 10 salan de)



Başıya pişkinîna roviyan

(Beşdarbûna yekcarî)



Ev derencamên li vê derê amaje pê hatine kirin ji lêkolîna E. J. Grobbee et al. hatine wergirtin, ku li sala 2019an di Clinical Gastroenterology and Hepatology [DOI: <https://doi.org/10.1016/j.cgh.2019.08.015>] de hatiye belavkirin.

Beşdarbûna di pêşîlêgirtinê de

Heger tu bixwazî beşdarî pêşîlêgirtinê bibî, bala xwe bide van xalên li jêr:

1. Xwe agahdarkirin

Xwe derbarê derfetên encamdana pêşîlêgirtina penceşêra kolonê agahdar bike. Di derbarê metodên pêkan de û zîyan û başîyan bixwîne. Heger pirsên te hebin, serdena bijîşkê xwe yan dermanxaneyê xwe bike.

2. Helsengandin

Helsengandinê bike, ka gelo ev xizmeta pêkanîna pêşîlêgirtinê ji aliyê tenduristiyê ve bikêrî te tê yan na. Tu dikarî li ser vê çendê bersiva van pirsan bidî:

Diyardeyek ji van yên jêrîn li ba te heye?	Erê	Na
Tu lawaz bûyî û sedemên vê yekê nizanî çi ne.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Te azar û janên ne asayî di dema hêrtina xwarinê de hene. (bo mînak: Jan û êş, zikçûn)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Şêweyê destava te ya mezin hatiye guhertin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Xwîn di nava destava te ya mezin de heye.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tu gelek caran westayî û nizanî çima.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Yek ji van hêmanên metirsîdar yên li jêr bi te re heye?	Erê	Na
Te bi xwe penceşêra kolonê yan jî polyp hene yan jî hebûne û pêdivî ye, ku tu berdewam ji bo çavdêriyê pişkinînên roviyan encam bidî.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Te bi xwe penceşêra kolonê yan jî polyp heye yan jî hebûye û pêdivî ye, ku tu bi berdewamî ji bo çavdêriyê pişkinînên roviyan bidî kirin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tu bi nexweşiyêke roviyan ya domdirêj û dijwar û kûlbûyî ketiyî (bo mînak: nexweşiya Colitis ulcerosa û Morbus Crohn).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Te yek yan jî gelek pirs bi erê bersivandin?

Naxwe bi bijîşkî xwe yan bi bijîşkê xwe yê malê re derbarê tedbîrên pêdivî biaxive.

Te hemû pirs bi na bersivandin?

Heger tu di navbera 50 û 69 salan de bî: beşdarî li pêşlêgirtina pêşwext bibe ji ber ku bi vê çendê şansê te mezintir dibe daku tu bi penceşêra roviyan nekevî û pê nemirî.

3. Biryardan

Binere, ka tu dixwazî kîjan pişkinînê ji bo pêşlêgirtinê encam bidî. Hemû pişkinîn bi dilê xwe ne. Gava ku tu ji pêzanînan ne piştrast bî, ji bijîşk an jî ji dermansazê xwe bipirse.

4. Beşdarbûn

Tu dikarî li ser rûpelên 14 heta 15an bixwînî, ka pêngavên din ji bo metoda pişkinînê ku te ji bo xwe helbijartîye, çi ne.

Bernameyên ji bo pêşlêgirtina li penceşêra kolonê hatine saz kirin

Li hinek kanton û herêman bernamêyên rêxistî ji bo pêşlêgirtina penceşêra kolonê hene. Li van Kanton û herêman, mirovên ku temenê wan di navbera 50 û 69 salan de be, ji ber xwe nameyêke vexwendinê ji bo beşdarbûna di van bernamêyan de ji wan re tê şandin. Tu dikarî li ser vê malperê binerî, ka gelo li kantona te bernamêyêke bi vî rengî heye ya na: www.swisscancerscreening.ch/angebote-in-ihrem-kanton

Bihayê pişkinîna pêşlêgirtinê çiqas e?

Bi şêweyekî fermî bîmeya saxlemiyê lêçûna pişkinîna pêşlêgirtinê dide.

Heger tu li kantoneke ku ev cûre bernamê lê tîne rêxistin, dijî:

Hewce nake, ku tu diravê ewlehiya bazirganî «Franchise» li ofîsa bîmeya saxlemiyê bidî. Lê gelek caran divê, ku tu bi tenê deh pîsedan (10%) ji lêçûnê bidî.

Heger tu li kantoneke ku bernamêyên rêxistnkirî tune ne, dijî:

Wî çaxî divê tu bi xwe, pereyên seredana bijîşk û her wisa deh pîsedan (10%) ji lêçûnê bidî.

Pêvajoyê çawa ye?

Te biryara xwe da, ka tu kîjan pişkinînê dixwazî? Tu dikarî li vê derê pêvajoyê pişkinînê bibînî.

Te biryara xwe ji bo pişkinîna xwîna di nava-destava mezin de (FIT) da



Here cem dermanxaneyekê, bila ew rawêjkariya te bike.

- Navê te ji bo pêşilêgirtinê tê tomarkirin.
- Pişkinîn ji te re tê şîrovekirin.
- Wê pişkinînê û rênemayên wê bidin te, ku tu bi xwe re bibî malê.

Yan jî



Civanekî li cem bijîşkê malê ji xwe re çêke, daku rawêjkariya te were kirin.

- Navê te ji bo pêşilêgirtinê tê tomarkirin.
- Pişkinîn ji te re tê şîrovekirin.
- Tu diçî dermanxaneyê û pişkinîn û rênemayên wê tînî yan bijîşkê malê wan dide te.



Nimûneyekê ji desteva xwe ya mezin li malê bigre û wê bişîne bo laborê, anku taqîgehê.

Giring: Çênabe jin vê pişkinînê di dema dewra xwîna xwe ya mehane de bikin. Dibe ku encam şaş be.

Encama pişkinînê bi rêya postê ji te re tê şandin.

Pişkinîn diyar dike, ku xwîn di nava destava te ya mezin de nîn e.

Ev **encameke neyînî ye**. Hiç amajeyek ji bo penceşêra kolonê tune ye. Ji 100 kesî 93 kes encama neyînî digirin.

- Pişkinînê her 2 salan carekê dubare bike.
- Heger heta pişkinîna di pey re nîşanên nexweşiyê li te peyda bûn, here cem bijîşkê xwe an bijîşka xwe.

Pişkinîn diyar dike, ku xwîn di nava destava te mezin de heye.

Ev **encameke erênî ye**. Ji 100 kesî nêzikî 7 kes an encamên erênî digirin. Divê sedema peydabûna xwîna di nava destava mezin de bê kontrolkirin.

- Civanekî li cem bijîşkê xwe an bijîşka xwe bigire û here cem.
- Wê êdî bijîşkê pêşniyar bike, ku tu pişkinîna roviyan ji xwe re çêkî.
- Hatina xwîna gelek caran ji hinek sedemên din ji bilî penceşêrê hene.

Tu biryarê ji bo ku pişkinîna roviyan bi rêya dûrbîna tenduristiya didî.



Civaneke li cem bijîşk ji xwe re bigre:

- Tu yê bê şîret kirin.
- Navê we wê ji bo pêşilêgirtinê were tomarkirin.

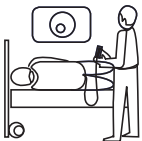


Tu yê dure civaneke li cem bijîşkekê pispore yan jî li cem bijîşkeke pispore ji bo kirina pişkinîna roviyan bigirî.



Roviyên xwe ji boy pişkinîna roviyan amade bike:

- Berî kirina pişkinînê peyrewiyê bi şîretên birçîkirinê anku «Diät» bike.
- Êvara berî kirina pişkinînê û roja pişkinînê jî, wî dermanê taybet ji bo paqijkirina roviyên xwe bixwe.
- Gelekî giring e, ku roviyên te berî encamdana pişkinînê bi diristî paqij bin.



Tu yê bê kontrolkirin û piştê wê bi te re di derbarê encamê de bê axivîn.

Bijîşk ji binî tiştêk nedît.

Ji pişkinîna roviyan **tiştêk nehatiye dîtîn**. Ji 100 kesî nêzikî 70 kesan ji pişkinîna roviyên wan tiştêk nayê dîtîn.

- Piştî 10 salan careke din pişkinîna roviyan ji xwe re çêke.
- Heger heta pişkinîna di pey re diyardayên nexweşiyê li ba te peyda bûn, her cem bijîşka xwe yan bijîşkê xwe.

Bijîşk goştê zêde, anku polyp yan jî penceşêr destnîşan kir.

Encama pişkinîna roviyan **balkêş bû**. Her ji 100 kesî nêzikî 30 kesan ji derencameke balkêş li ba wan tê dîtîn.

- Ev goştê zêde, anku polyp têne birîn û kontrolkirin.
- Heger penceşêr hate destnîşan kirin, wê çaxê pêdivî bi ronvekirinek û pişkinînê zêdetir heye.
- Bijîşk wê li ser pêngavên din bi te re biaxive.

Ferheng

Adenom	Adenom polyp e, anku goşteki zêde ye, ku dikare bibe penceşêr.
Colitis ulcerosa	Ev nexweşiyeye domdirêj, dijwar û kûlbûyî ya roviyan e.
Destava mezin	Gotineke din ji bo destava mezin: Gû
Diyarde	Diyarde nîşana pêketina bi nexweşiyekê ye.
FIT, Her wisa FOBTi yan jî FiOBT	Ev kurtasî ye ji bo: pişkinîna imûnolojî û kîmiyayî ya destava mezin. Ev pişkinîneke ji bo pesendkirina hebûna xwînê di nava destava mezin de ye, ku mirov bi çavan nabîne.
Gastroenterologin, Gastroenterologe	Ev bijîşkeke jin yan bijîşkekî mêr yê pispor e ku ji bo nexweşiyên sîstema hêrtina xwarinê ye.
Gazinên hêrtina xwarinê	Ev hindek gazindên hinavan e, anku ûr û rovî. Bo mînak: zikçûn, qebizbûn, werimîna zik û êşana zik.
Guherînên baş	Guherînên baş ji bo tenduristiyê ne tehlêke ne.
Guherînên xirab	Guherîneke xirab ji bo tenduristiyê metrsîdar e. Ev çend penceşêr e.
Kolon (roviya stûr)	Ev beşeke ji roviyan e. Ew dikeve navbera roviyên zirav û beşa derketina paşkoyê. Roviya stûr ew qad e ku herî zêde penceşêr li wir bi pêş dikeve.

Koloskop

Ev borîyeke nerm e ku serê wê kamîrayek e. Mirov bi alîkariya Koloskopê di dema pişkinîna roviyan de kolonê kontrol dike.

Nexweşiya Morbus Crohn

Ev nexweşiyeke domdirêj û dijar û kulbûyî ya roviyan e.

Nexweşiya sîndroma Lynch

Ev nexweşiyeke mîratî ye ku tê de penceşêra kolonê û di organên din yên mirovên ciwan de dikare çêdibe.

Pencesêra kolonê

Ev Pencesêr e, ku li nava roviyên stûr û dawîya roviyan peyde dibe.

Pişkinîns roviyan bi rêya dûrbîna tenduristiye

Ev pişkinîna bi harîkariya borîyekê ya kolonê ye. Di serê wê borîyê de kamîrayek heye. Ji vê borîyê re Koloskop tê gotin. Peyva tenduristiye ji bo pişkinîna kolonê Koloskopie yan jî Endoskopie ye.

Polyp

Ev belavbûneke di nava çermê di nava roviyan de ye. Gelek ji van polypan, anku zêdegoştan ji bo tenduristiye ne tehlûke ne. Li ser çermê nava roviyan bi tenê guherînên biçûk in, kombûna bez û dûhn yan jî kulbûnên biçûk in.

Zaniyariyên berferetir

Heger tu bixwazî zêdetir zaniyariyan werbigirî, tu dikarî li vê derê xwe agahdar bikî:

- **Swiss Cancer Screening**, malperê zaniyariyan li derbarê destnîşankirna pêşwext ya penceşêrê u pêşkeşkirna xizmetan li seranserê Siwîsrayê: www.swisscancerscreening.ch
- Di **bernama te de**: www.swisscancerscreening.ch/angebot-in-ihrem-kanton
- **Krebsliga**: www.krebsliga.ch/darmkrebs
- **PharmaSuisse**: www.nein-zu-darmkrebs.ch
- **Magendarmliga**: www.gastromed.ch
- **Li cem bijîşkê te yê malê yan jî li cem dermanxaneya te.**

Jêder

- Rêvebiriya giştî ji bo amaran: www.bfs.admin.ch
- www.iarc.fr
- cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/de

Mafê nexweşan

www.bag.admin.ch/bag/de/home/medizin-und-forschung/patientenrechte.html

Başiya xizmetguzariyan berdewam tê çavdêrî kirin. Ji bo vê meremê encamên pişkinîna berdewam bi şêweyekî navendî têne nirxandin. Ji bo vê yekê pêdivî bi nav û adres û zaniyariyên kesên nake û ew ji bo layenên din nayêne belav kirin. Anku di dema nirxandinê de tu kes nikare bizane ka ew zaniyarî yê kê ne. Bikaranîna zaniyariyên kesên li gorî yasaya parastina zaniyariyan têne parastin. Erkê nehêniyê ji hemû karmendên tenduirstiyê digire.

Mercên başiyê

Ev belavok li gorî mercên başiyê ji bo materyalên zaniyarî yê nexweşan (PIM+) ji aliyê Dialog Ethik û FMH/SAQM FMH / SAQM ve hatiye berhevkirin û nîqaş li ser hatiye kirin.

Ziman

Tu dikarî vê belavokê bi hindêk zimanên din jî li ser vê malperê peyda bikî: www.swisscancerscreening.ch.

Zaniyariyên belavkirinê

© Swiss Cancer Screening
Bern, Kanûna yekem 2019

Desteya nivîskaran û serperêştîya projê

Swiss Cancer Screening (PhD Manuela Ocaña)
û Unisanté, Lausanne

Rawêjkariya pispor

Prof. Dr. med. Reto Auer, Guido Biscontin,
Prof. Dr. med. G. Dorta, Esther Kraft, Prof. Dr. med. Urs Marbet,
Dr. Kevin Selby, Daniela Stebler

Li gel sipasiya me ji bo beşdarvanên grûpa Fokus û rêveberên berna-
meyê ji bo bersiv û serincên wan yê bihagiran.

Serrastkirin

Eva Ebnöther, Rojnamevana tenduristi û zanisti
Bettina Nagler, Capito

Nexşesazi

Gisela Burkhalter, peywendiyên bînahî

**swiss
cancer
screening**

Swiss Cancer Screening

Effingerstrasse 33
3008 Bern
info@swisscancerscreening.ch
www.swisscancerscreening.ch



krebsliga

Krebsliga

Krebstelefon 0800 11 88 11
helpline@krebssliga.ch
www.krebssliga.ch

Bernameya kantona we ji bo pêşîlêgirtina penceşêra kolonê

Programm Basel-Stadt

Vorsorge & Früherkennung
Krebsliga beider Basel
Petersplatz 12
4051 Basel
Tel. 061 319 91 71

Programm Freiburg

Krebs-Früherkennung Freiburg
Rte. St-Nicolas-de-Flüe 2
Postfach
1701 Freiburg
Tel. 026 425 54 00

Programm Genf

Fondation genevoise
pour le dépistage du cancer
Bd de la Cluse 43
1205 Genève
Tel. 022 708 10 90

Programm Graubünden

Darmkrebsvorsorge Graubünden
Krebsliga Graubünden
Ottoplatz 1
7001 Chur
Tel. 0800 300 888

Programm Jura/Neuenburg

Association pour le dépistage
du cancer BEJUNE
Rue des Moulins 12
2800 Delémont
Tel. 032 422 58 06

Programm Uri

Kantonsspital Uri
Sekretariat Medizin
Tel. 041 875 51 32

Programm Waadt

Programmes vaudois
de dépistage du cancer
(PVDC) – Unisanté
Route de Berne 113
1010 Lausanne
Tel. 0848 990 990

Programm Wallis

Walliser Zentrum
für Krebsfrüherkennung
Rue de Condémines 14
Postfach
1951 Sion
Tel. 027 329 04 10