

རྒྱ་མའི་འབྲས་སྐྱབ་གྱི་འཚལ་བཤེར་འདིའི་ སྐར་བྱིད་ཅི་ཞིག་ཤེས་དགོས།

ཅི་ཞིག་ནི་རྒྱ་མའི་འབྲས་སྐྱབ།

རྒྱ་མའི་འབྲས་སྐྱབ་ནི་རྒྱ་ལོང་(འཇུ་ལམ་མ་ལག་གི་སྤྲོད་)ངམ་གཞང་དཀར་ལྷན་པའི་མཐའ་མའི་དེད་ཚུན་(6)གི་འབྲས་སྐྱབ་རེད། དེ་ཡང་མིང་ལ་རྒྱ་མའི་འབྲས་སྐྱབ་ཡང་ཟེར། འདི་ནི་ཁ་ན་
ཏའི་ཨུན་ཏུ་ལུའེ་ཞིང་ཆེན་ཆེས་རྒྱན་མཐོང་གི་འབྲས་སྐྱབ་ལས་རིགས་གཅིག་ཡིད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་། འོན་ཀྱང་། འབྲས་སྐྱབ་ནི་སྐོ་མོ་ནས་ཤེས་སྐབས་ནང་འདི་ཡོག་པའི་ནང་པ་10་རེའི་ནང་དུ་9་ལ་དྲག་སྐྱེས་
བྱུང་ཡོད།

འབྲས་སྐྱབ་འདིའི་འབྲུང་ཁུངས་ནི་ལོང་ངམ་གཞང་དཀར་ལྷན་པའི་སྤྱི་ལུང་གི་ཤུ།
ཤུ་ཚང་མ་འབྲས་སྐྱབ་དུ་འབྱུང་མི་སྲིད་མོད། འོན་ཀྱང་དུས་ཚོད་ཀྱི་འཕྲོ་དང་བསྐྱབ་ནས་ཤུ་ལག་ཅིག་སྐྱབ་ནང་དུ་འབྱུང་མིད།

ཅི་ཞིག་ནི་འབྲས་སྐྱབ་ལ་བརྟུན་དཔུང་བྱེད་པ་ཡིན།

འབྲས་སྐྱབ་ལ་བརྟུན་དཔུང་བྱེད་པ་ནི་འབྲས་སྐྱབ་ཀྱི་ཉེན་ཁ་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་ནང་རྟགས་མེད་པ་མ་ཟད་སྤྱིའི་
ཚོར་བ་བཟང་བའི་མི་ལ་ཞིབ་དཔུང་ཚོད་ལེན་བྱེད་པ་ཡིན།

རྒྱ་མའི་འབྲས་སྐྱབ་ལ་བརྟུན་དཔུང་བྱེད་པ་ནི་ཨུན་ཏུ་ལུའེ་ཞིང་ཆེན་གྱི་བརྟུན་དཔུང་འཚར་གཞི་ཞིག་ཡིན་ཞིང་།
རྒྱ་མའི་འབྲས་སྐྱབ་ཀྱི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པའི་མིས་དུས་བཅད་ལྟར་རྒྱ་མའི་འབྲས་སྐྱབ་ལ་བརྟུན་དཔུང་བྱེད་པར་སྐྱེས་
མ་གཏོང་གི་ཡོད།

སྤྱི་ཞིག་གིས་ལོང་སྐྱབ་བརྟུན་དཔུང་དང་ལེན་བྱེད་དགོས་ སམ།

གཞང་སྐྱབ་བརྟུན་དཔུང་བྱེད་པའི་ཆ་རྒྱུན་འཛུམས་པའི་མི་ཚོགས་ཁག་གཉིས་ཏེ་སྐྱབ་ནང་ཕོག་པའི་ཆ་སྐྱེམས་
ཉེན་ཁ་ཡོད་པའི་མི་ཚོགས་དང་སྐྱབ་ནང་ཕོག་པའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པའི་མི་ཚོགས་རེད།


ཆ་སྐྱེམས་ཉེན་ཁ། ལོ་50ནས་74་བར་ཡིན་པ་མ་ཟད་ལ་མ་དང་གཅེན་གཟུང་མིང་སྲིད་སོགས་ཀྱི་(ཐད་ཀའི་
གཉེན་ཚན་ལ་)ལོང་སྐྱབ་ཀྱི་སྐྱབ་ནང་ཕོག་མཁན་མེད།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་ནི་སྤྱི་བརྟུན་གི་ཉེན་ཁའི་མི་ཚོགས་ཡིན་ན། རྒྱ་ལོང་གིས་ལོ་50ནས་བརྒྱེད་ཕྱི་ fecal
immunochemical test (FIT)ལོ་གཉིས་རེའི་ནང་དུ་ཞིབ་བཤེར་ཐངས་གཅིག་བྱ་དགོས།

ཉེན་ཁ་ཆེ་ཅུ་འགྲོ་བ། གཅིག་གམ་ཡང་ན་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐད་ཀའི་གཉེན་ཚན་རྒྱ་མའི་འབྲས་སྐྱབ་ཀྱི་ནང་
ཕོག་པའི་མི།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་ཉེན་ཁ་ཇི་ཅེས་སོང་ན། རྒྱ་ལོང་གིས་ལོ་ལྷུ་བཅུ་ནས་བརྒྱུད་ཞིབ་བཤེར་དང་ལེན་བྱེད་དགོས་པ་དང་།
ཡང་ན་ལོ་ཚོད་འདི་ལས་ལོ་བཅུའི་རྒྱན་ལ། གལ་ཏེ་ཁྱོད་ལ་ཐད་ཀའི་གཉེན་ཚན་གྱི་ནང་རྟགས་ཡོད་ན། རྒྱ་ལོང་གིས་
སྤྱི་དུ་ཞིབ་བཤེར་དང་ལེན་བྱེད་དགོས། རྒྱ་ལོང་གིས་དུས་ལྷུན་གཞི་ལོ་རིང་ལ་བརྟུན་དཔུང་ཐངས་གཅིག་བྱེད་
པ་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་ཐད་ཀའི་གཉེན་ཚན་གྱི་གཏན་ལའེལ་བའི་ལོ་ཚོད་ལ་རག་ལས་པ་རེད།

ཁྱོད་ཀྱི་ཁྱིམ་ཚང་སྐྱབ་པར་བརྟུན་དཔུང་དང་ལེན་བྱེད་ པའི་སྐོར་གླེང་རོགས།



ལུང་གི་རིམས་འགོག་ཇུས་འགྲུར་ཚོད་ལྷན་གཅིན་སྐྱབ་མང་
གཞི་བྱས་པའི་ཚོད་ལྷན་ཞིག་ཡིན།

**ཅི་སྐྱར་ངས་ཞིབ་བཤེར་འདིར་སྐྱབ་
དགོས་པས།**

སྐྱབ་པར་སྤྲོད་ཆ་འདྲི་དང་ནང་གཞི་གཞི་
སྤྲོད་མོལ་དང་། དགོས་མཁོ་ཡོད་པས།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་ལ་སྐྱབ་པ་མེད་ན། ཨུན་ཏུ་
ལོས་ཁ་པར་1-866-828-9213ལ་
ཁ་པར་རྒྱབ་ནས་རོགས་རམ་བྱེད་ཐུབ།

ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱི་ཞིག་གི་བདེ་
ཐང་ལྷན་གནས་ལ་འབྲེལ་བ་བྱས་ཏེ་ཆ་
འཕྲིན་སྐྱར་ལས་མང་པོ་རྒྱས་ལོན་བྱེད་ཀྱི་
ཡོད།



གལ་ཏེ་དུས་ཐོག་དུ་ཡོང་སྐྱོན་ཤེས་ན།མི་10ནང་དུ་9་ཡོད་སྐྱོན་བཅོས་བྱེད་ཐུབ།

རྒྱ་མའི་འབྲས་སྐྱོན་བརྟག་དཔྱད་ཇི་ལྟར་བྱེད་དགོས།

གཅིན་སྐྱུག་རིམས་ཐར་རྗེས་འགྲུར་རིག་པ་ཚོད་ལྷ་

དེས་ཕྱིད་ཀྱི་སྐྱུག་གཅིན་ཚོད་དུ་སྐྱོན་ནད་དང་རིགས་ཁག་གི་ཤུལ་ལས་བྱུང་བའི་ཁྲག་བཟུང་ཡོད་མེད་ལ་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་མིན།

- ཞིབ་བཤེར་འདི་བདེ་འཇགས་ཡིན་ལ་ན་ཟུག་མེད།
- རྩོད་ཀྱིས་ཁྱིམ་ནས་འགྲུབ་ཐུབ་སྐྱར་མ་འགའ་ལས་མི་དགོས།
- རྩོད་ཀྱིས་གཅིན་སྐྱུག་མ་དཔེ་གཅིག་མ་གཏོགས་པ་སྐྱུ་མི་དགོས།
- རྩོད་ཀྱིས་ནམ་རྒྱུན་དང་འདྲ་བར་ཟ་མ་ཟ་བ་དང་སྐྱོན་ཟས་ཚོགས།
- བརྟག་དཔྱད་འདི་རྒྱ་མའི་འབྲས་སྐྱོན་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་འཆར་གཞི་བརྒྱུད་ནས་ཆ་རྒྱུན་དང་མཐུན་པའི་མི་ལ་རིན་མི་དགོས།
- དེ་སྐྱུག་ཐོག་ནས་ཕྱིད་ཀྱིས་སྤྱད་པའི་ས་གནས་སུ་བསྐྱར་ཚོགས།

བརྟག་དཔྱད་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་རྒྱུན་ལྡན་མིན་པ་དེས་ཕྱིད་ཀྱི་སྐྱུག་གཅིན་ཚོད་ཁྲག་ཡོད་པ་མཚོན་ཐུབ། འོན་ཀྱང་ཕྱིད་ལ་སྐྱོན་ནད་ཡོག་པ་མཚོན་མི་ཐུབ། ཕྱིད་ཀྱིས་ཡོང་ཤེས་ཀྱིས་བརྟག་དཔྱད་བྱས་ན་དག་ཟེད་ཤེས་ཐུབ།

རྒྱ་མའི་འབྲས་སྐྱོན་གྱི་ཡོང་ཤེས་ཞིབ་བཤེར།

རྒྱ་མའི་འབྲས་སྐྱོན་གྱི་ཡོང་ཤེས་ཞིབ་བཤེར་ནི་སྐྱོན་ཁང་དམ་ནད་བརྟག་ཁང་དུ་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་པའི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ལ།སྐྱོན་པས་རྒྱ་མའི་ནད་ཁུལ་ཡོངས་ལ་ཞིབ་བཤེར་བྱས་པ་བརྒྱུད་ནས་གཞན་དོན་ཡོད་མེད་གཏུན་ཁེལ་བྱེད་ཐུབ། ཞིབ་བཤེར་བྱེད་པའི་གོ་རིམ་ཚོད་དུ་སྐྱོན་པས་མཚུགས་དུ་བརྟག་མིག་རྒྱུད་ཞིག་བཞག་ཡོད་པའི་སྐྱུག་རིང་རྒྱུ་མ་དང་རྒྱུ་མར་བཞག་ལ་རེད།

རྒྱ་མའི་མེ་ལོང་ཞིབ་བཤེར་ནི་སྐྱུག་གཅིན་ཞིབ་བཤེར་མཚུགས་རྒྱུན་ལྡན་མིན་པའི་མེ་ལོང་ཡང་ན་པ་མ་དང་ཕུ་ལུ་མིང་གི་སྐྱོན་ཐེགས་ཐད་ཀྱི་གཉེན་ཚན་ལ་ཡོང་སྐྱོན་བྱུང་ནས་སྐྱོན་ནད་ཡོག་པའི་ཉེན་ཁ་ཇི་ཚེར་འགྲོ་བའི་མིར་སྤྱད་འབྲས་པ་ལས། སྤྱིར་བཏང་གི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པའི་མི་ཚོགས་ལ་ཡོང་ཤེས་ཞིབ་བཤེར་བྱ་རྒྱུ་འོག་ལ་འགོ་བརྟེན་མེད།

རྒྱ་མའི་འབྲས་སྐྱོན་གྱི་ནད་རྟགས་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན།

ནད་པར་རྒྱུན་པར་སྐྱོན་ནད་ཀྱི་སྤྱད་སྤྱོད་རྟགས་གང་ཡང་མེད། སྐྱོན་ནད་ཀྱི་ཚད་ཇི་ཚེར་སོང་བ་དང་བསྐྱོན་ནས་གཤམ་གྱི་ནད་རྟགས་འབྱུང་མིན།

- ཁྲག་བཟུང་གྱིན་པའི་འབྲས་སྐྱོན་ལས་བྱུང་བའི་ཁྲག་ཉུང་བའི་ནད།
- སྐྱུག་པ་ལས་ཁྲག་བཟུང་(མདོག་དམར་རྒྱུད་དང་དམར་པོ།)
- ལུས་པོའི་ལྗིད་ཚད་ཇི་ཚེར་དུ་སོང་།
- གཅིན་པ་གཏོང་བའི་གོ་མས་གཤིས་ཀྱི་འགྲུར་ཕྲོག་ཤོད་པ་བཤམ་པ་འམ་རྩ་འགག་པ།
- པོ་བ་མི་བདེ་པ།

གལ་ཏེ་ཕྱིད་ལ་གོང་གི་ནད་རྟགས་འདི་དག་བྱུང་ན།ཕྱིད་ཀྱི་ཕྱིམ་ཚང་སྐྱོན་པའམ་ཚད་ལས་ནད་གཡོག་ལ་འདྲི་རིགས།

སྐྱོན་ནད་འདྲིར་ཕོག་པའི་ཉེན་ཁ་ཇི་ལྟར་རྒྱུད་དུ་གཏོང་དགོས།

- བདེ་ཐང་གི་ལུས་པོའི་ལྗིད་ཚད་རྒྱུན་འབྲེངས་བྱ་དགོས།
- རྒྱུན་ལྡན་འགྲུལ་སྐྱོད་མང་པོ་འདུག
- ཚི་སྐྱ་མང་པོ་འདུས་པའི་བཟུང་བཏུང་ཟ་བ།སྐྱོ་ཚལ་དང་ཤིང་འབྲས།འབྲུ་རིགས་སོགས་འདུས།
- ཤ་རིགས་ལས་སྐྱོན་མི་བྱེད་པར་འབད་དགོས(དཔེར་ན་གཡོས་རྒྱུ་དང་དབྱི་མ་ལིའི་རྒྱ་མ།)
- ཚང་ལུང་ཚམ་འབྲུང་།
- མ་མག་གཅོད་པ།
- འོ་མའི་ཐོན་རྗེས་མང་པོ་ཟས།
- དུས་ལྟར་རྒྱ་མའི་འབྲས་སྐྱོན་གྱི་བརྟག་དཔྱད་དང་ལེན་བྱེད་དགོས།

གལ་ཏེ་ཕྱིད་ཀྱིས་ཡོང་སྐྱོན་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་པའི་སྐོར་གྱི་ཆ་འཕྲིན་མང་པོ་ཤེས་འདོད་ན།གཤམ་གྱི་དྲ་ཚིགས་ལ་འདྲི་རིགས། cancercareontario.ca/colon