د کولمو سرطان: پښتو

Bowel cancer: Pashto

دغه معلومات د کولمو د سرطان او د کولمو د سرطان د درملنې په اړه دي.

که چیرې تاسو د دې معلوماتو په اړه څه پوښتنې لرئ، په کوم روغتون کې چې ستاسو درملنه کیږي هلته د خپل ډاکټر یا نرس څخه پوښتنه وکړئ.

همدارنګه تاسو کولی شئ د وړیا تلیفوني شمېرې 0808 808 00 00 له لارې په اونۍ کې 7 ورځې د سهار له 8 بجو څخه تر د شپې 8 بجو پورې د Macmillan د سرطاني ناروغیو د ملاتړ ځانګې ته زنګ ووهئ. موږ ژباړونکي لرو، نو تاسو کولی شئ چې زموږ سره په خپله ژبه کې خبرې وکړئ. کله چې تاسو موږ ته زنګ ووهئ، مهرباني وکړئ موږ ته په انګلیسي کې وواياست چې تاسو کومې ژبې ته اړتيا لرئ.

دلته macmillan.org.uk/translations د سرطان په اړه ستاسو په ژبه او نورو ژبو کې ډېر معلومات موجود دي

دا معلومات د دې په اړه دي:

- کولمې
- د کولمو سرطان
- درملنه څه ډول پلان کیږي
- د خپل روغتیا پالنې ټیم سره خبرې کول
- د کولمو د سرطان درملنه
- ستاسو د درملنې احتمالي جانبي عوارض
- تعقیب
- ستاسو احساسات
- د خپل ځان لپاره مناسب پاملرنه او ملاتړ ترلاسه کول
- Macmillan له تاسې سره څرنګه مرسته کولی شي
- ستاسې په ژبه کې نور معلومات
- مأخذونه او مننې

کولمې

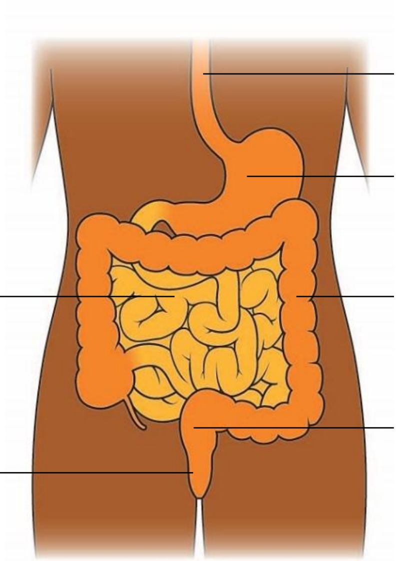
کولمې د هضمي سیستم یوه برخه ده. هضمي سیستم خواړه میده کوي او جذبوي ترڅو بدن وکولای شي استفاده ځنې وکړي.

کولمې 2 برخې لري:

- کوچنۍ کولمه
- لوی/غټه کولمه.

لویې کولمې درې برخې لري. چې په لاندې ډول دي:

- اپنډېکس
- د ښې طرف کولمه
- مقعد.



د کولمو سرطان

د بدن ټولې برخې له وړوکو حجرو څخه جوړې شوې دي. د کولمې سرطان هغه وخت پیښیږي کله چې د کولمې حجرې بې کابو وده وکړي او د تومور په نوم یوه غده رامنځته کړي.

په کوم ځای کې چې کله په لومړي ځل سرطان وده پیل کوي، هغه ابتدایي سرطان بلل کیږي. ابتدایي سرطان د بدن هغه برخې ته ویل کیږي، له کوم ځای څخه چې دا پیل شوی وي، د مثال په توګه، د کولمو سرطان.

د کولمو سرطان هغه سرطان دی چې کولون (لوی/غټه کولمه) یا رېکتوم (د ستری کولمی لاندی برخه) باندې اغیزه کوي. د کولمو سرطان ته د کلورېکټل سرطان هم ویل کیږي.

ځیني وختونه، د کولمو سرطان حجرې د وینې او لنفاوي سیستم/نظام له لارې د بدن نورو برخو ته خپریږي. دې ته ثانوي سرطان ویل کیږي.

د کولمو سرطان ساري نه دی او نورو خلکو ته لیږدول کیدی نشي.

سرطان په کوچنۍ کولمه یا مقعد باندې هم اغیزه کولی شي. د دې سرطانونو د کولمو سرطان څخه په مختلف/بېل ډول درملنه کیږي. مونږ د سرطان د دې ډولونو په اړه په انګلیسي ژبه کې معلومات لرو.

لنفاوي سیستم
د لنفاوي سیستم/نظام زمونږ سره د انتانو او ناروغیو څخه مخنیوي کې مرسته کوي. دا د عروق لنفاوي په نامه له نازکو پیپونو څخه تشکیل شوی دی. دغه عروق په ټول بدن کې د کوچنیو لنفاوي غدو ډلو سره وصل دی.

د کولون (لوی/غټې کولمې) او ریکتوم (د ستری کولمی لاندی برخه) ته نږدې لنفاوي غدې شتون لري. د کولمو سرطان د کولمو سره نږدې لنفاوي غدو ته خپریدی شي.

د کولمو سرطان مرحلې او درجې
د سرطان مرحله پدې معنی ده چې دا څومره لوی دی او دا چې سرطان خپور شوی دی که نه.

د سرطان درجه دا ده چې سرطان څومره ژر وده کولی شي.

درملنه څه ډول پلان کیږي

ستاسو د روغتیا پاملرنې ټیم به ستاسو لپاره د غوره درملنې پلان کولو لپاره ملاقات وکړي. ستاسو ډاکټر یا نرس به بیا له تاسو سره په دې اړه خبرې وکړي:

- د سرطان مرحله او درجه
- ستاسو عمومي روغتیا
- درملنې او احتمالي اړخیزې اغیزې
- تاسو د شته درملنو په اړه څه فکر کوئ.

د خپل روغتیا پالنې ټیم سره خبرې کول

دا مهمه ده چې د خپل ډاکټر سره د هرې درملنې په اړه خبرې وکړئ.

ستاسو روغتون کولای شي تاسو ته یو ژباړن برابر/ترتیب کړي. که چیرې یوې ته اړتیا ولرئ نو نرس مو خبر کړئ. تاسو کیدای شي دا هم وغواړئ چې له خپل ځان سره داسې څوک بوځئ چې ستاسو په ژبه او انګلیسي کې خبرې کولی شي.

ستاسو سره د خبرو کولو وروسته، ستاسو ډاکټر به معمولاً له تاسو څخه وغواړي چې یوه فورمه لاسلیک کړئ ترڅو وښیي چې تاسو د درملنې معنی په اړه پوهیږئ او د دې ترلاسه کولو سره موافق یاست. دې ته د خپل رضایت څرګندول وایي. تاسو ته به ترهغه علاج نه درکول کیږي، ترڅو چې تاسو د دې سره موافقه نه وي کړي.

ستاسو د درملنې په اړه د پوښتنې کولو لپاره پوښتنې دلته ځینې پوښتنې دي چې تاسو یې کیدای شي غواړئ د خپل سرطان ټیم څخه ستاسو د درملنې په اړه وپوښتئ:

- زما تشخیص څه څرګندوي؟
- د سرطان مرحله او درجه څه ده؟
- زما درملنه به څه ډول وي؟
- د هرې درملنې ګټې، خطرونه او جانبي عوارض څه دي؟
- درملنه زما په ورځني ژوند باندې څنګه اغیزه کوي؟
- زه له چا سره خبرې کولی شم چې زه څنګه احساس کوم؟

د کولمو د سرطان درملنه

د کولمو د سرطان په درملنې کې لاندې شیان شامل دي:

- عملیات (جراحي)
- درمل (کیمو معالجه، هدف شوي معالجه یا امونو معالجه)
- رادیوتراپي

ډیری خلک له یو څخه ډیر د درملنې ډول لري، لکه عملیات او بیا کیموتراپي یا راډیوتراپي.

جراحي
د سرطان د لرې کولو لپاره عملیات د کولمو د سرطان لپاره ترټولو عامه درملنه ده.

ځیني وختونه د کولمو د سرطانونو ډېره کوچنې ابتدایي مرحله کېدی شي د محلي پرې کولو په نامه د عملیاتو له لارې ایسته شي. دا هغه ځای دی چیرته چې هغوی د مقعد له لارې د جراحي توکو په تېرولو سره سرطان له منځه وړي. جراح اړتیا نه لري چې په ګېډې (نس) کې څه پرې کړي.

ځیني کسان د کولمو د یوې برې د پرې کولو لپاره جراحي عملیات ته اړتیا لري. جراح به معمولاً لمفاوي غدې چې سرطان ته نږدې دي له منځه یوسي. دا ځکه چې د سرطان حجرې کولی شي لنفاوې سرطان ته نږدې لمفاوي غدو ته خپور شي.

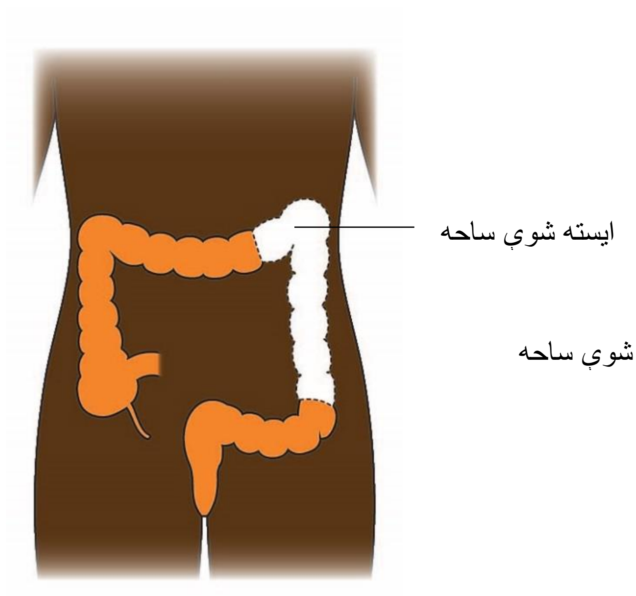
تاسو ښایي خپل عملیات په لاندې توګه ولرئ:

- **آزاده عملیات** – دا هغه وخت دی چې جراح مخکې له دې چې سرطان له منځه یوسي، 1 لوی ټوټه پرې کوي.
- **د کلیدي سوري (لپروسکوپیک) عملیات** – دا په دې مانا دي چې جراح 4 یا 5 کوچنی برخې پرې کوي. هغوی د سرطان د له منځه وړلو لپاره د دغو غوځ شویو ځایونو له لارې جراحي وسایل/اوزار ور اچوي. تاسو معمولاً د کلیدي سوري په عملیات سره له آزاد یا لوی عملیات څخه ژر رغیږئ.

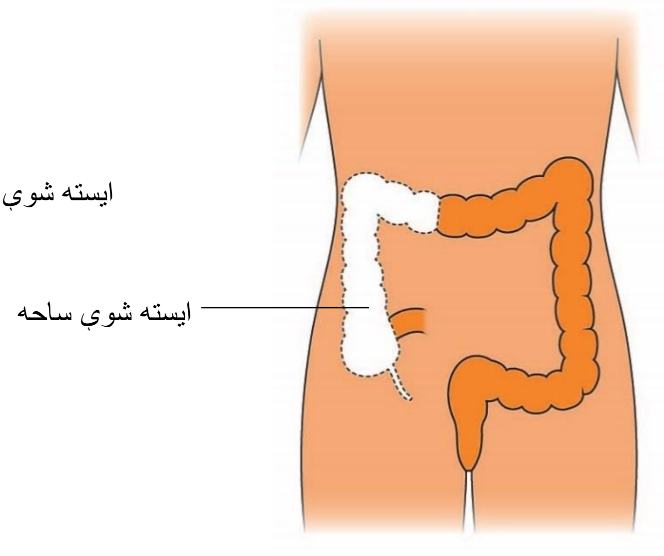
د اپنډېکس سرطان لپاره د عملیات ډولونه

- **همي کلوکتومي** – د اپنډیکس یا کلون نیمه برخه لرې کېږي. دا کېدی شي د سرطان موقعیت ته په پام سره، په ښي اړخ یا کیڼ اړخ کې وي.
- **سیګمایډ کولټومی** – اېس ډوله کلون یا سیګمویډ کلون له منځه وړل کېږي.

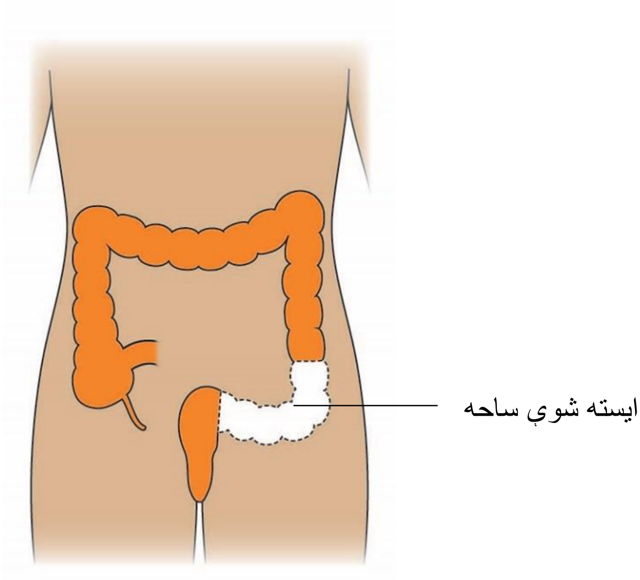
وروسته له هغې چې سرطان لرونکې کولمې برخه پرې شي، جراح د کولمو دوه د پای خواوې سره وصلوي. ځینې خلک ښایي اړتیا ولري چې غټې کولمې یې په بشپړ ډول پرې شي. دې ته مکمل کلکټومي وایي. که تاسو دې ډول عملیاتو ته اړتیا ولرئ، ستاسو ډاکټر به په دې هکله ډېر معلومات درکړي.



کیڼ همي کولکټومي



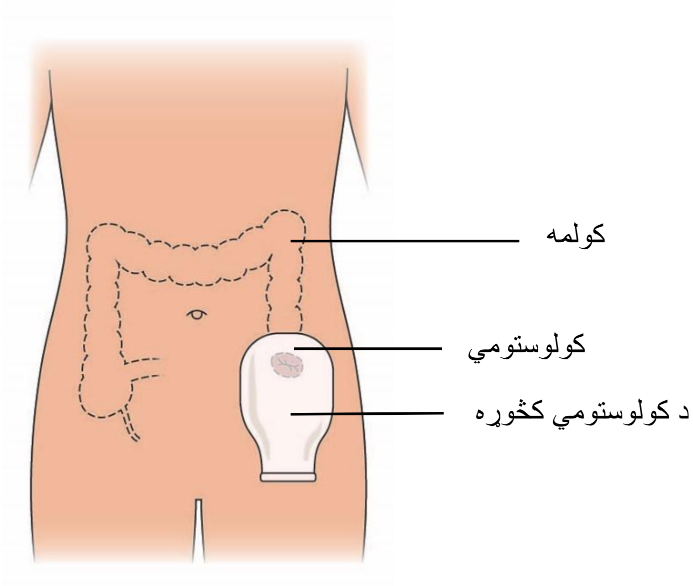
ښی همي کولکټومي



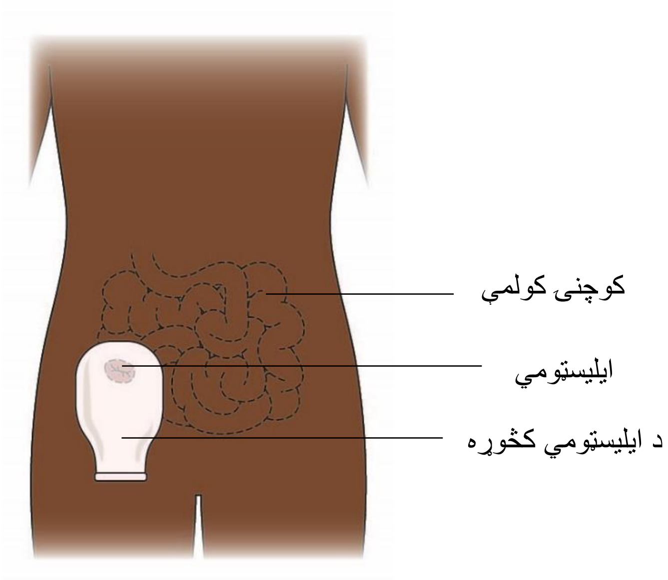
سیګمایډ کلکټومي

ستوما

ځيني خلک د ستوما ترسره کولو ته اړتيا لري. دا هغه مهال ترسره کېږي کله چې جراح د کولمو پای د ګېډې (نس) له سطحې سره وصلوي. تاسو به ادرار (غايطه مواد) د ستوما له لارې ځانګړي بکس ته چې تاسو اغوستی اخرج کوئ. مختلف ډولونه شتون لري.



ستوما او ستوما کڅوړه (کولوستومي)



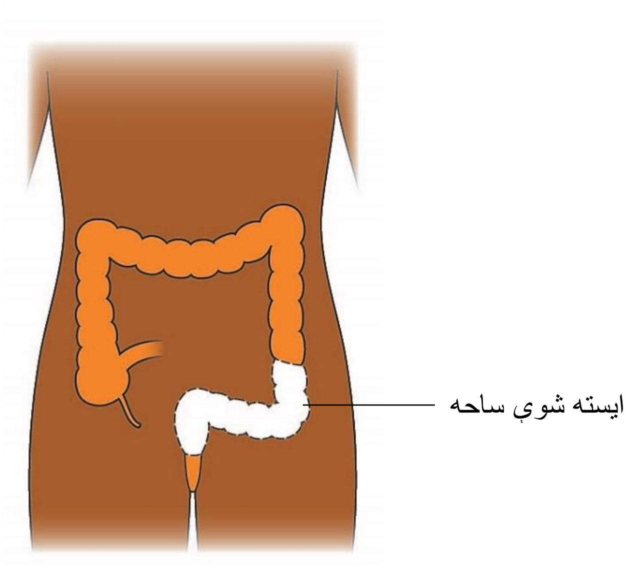
ستوما او ستوما کڅوړه (ايليستومي)

د ستوما نرس به تاسو ته وښيي چې څنګه ستوما ته پاملرنه وکړئ او تاسو ته به ډېر معلومات او مشوره درکړي. د سټوما نرس هغه نرس دی چې د سټوما پاملرنې کې تخصص لري. له بل چا سره د ستوما په هکله خبرې کول ځوک چې ستوما لري ښايي ستاسو لپاره کومکي وي. ستاسو نرس ښايي وکولای شي دا کار ستاسو لپاره تنظيم کړي. ستاسو نرس به تاسو ته وښيي چې څنګه په خپل کور کې ستوما تنظيم کړئ. تاسو ښايي له عمليات وروسته يوازې د لنډې مودې لپاره ستوما ته اړتيا ولرئ، ترڅو کولمو ته د رغېدو اجازه ورکړئ. مګر ځينې وختونه به دا دايمي وي. که چېرې ستوما ته اړتيا وي، ستاسو ډاکټر به تاسو ته ووايي او همدارنګه څرګنده به کړي چې د څومره مودې لپاره ستوما ته اړتيا لرئ.

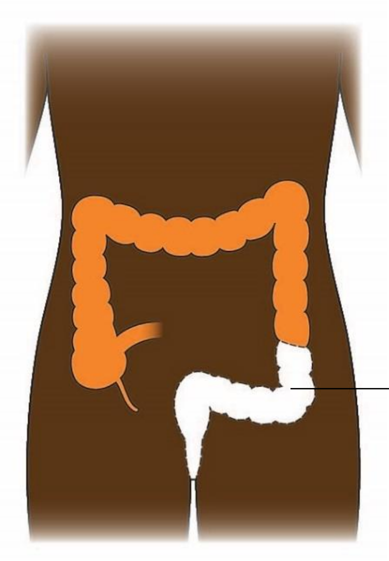
د ريکټل/د کولمې لاندې برخې سرطان لپاره د عملياتو ډولونه
که چيرې تاسو د ريکټل/د کولمې لاندې برخې ډېر کوچنی سرطان لرئ، تاسو ممکن يو عمليات ترسره کړئ چې د ځايي پرېکونې په نوم يادېږي. سرطان معمولا د مقعد (د کونې سوري) له لارې لرې کيدی شي. دا پدې مانا لري چې جراح بايد ستاسو په ګيډه کې پريکونه/غوڅونه ونه کړي.

تاسو کيدی شي د مقعد (د کونې سوري) په شاوخوا کې د سرطان او ځينې وازګين نسجونو او ليمفاين غدې لرې کولو لپاره تر ټولو لوی عملياتو ته اړتيا ولرئ. د عمليات 2 ډولونه دي:

- **ړومبنی غوڅونه** – جراح د مقعد هغه برخه پرې کوي چې د سرطان له امله اغېزمنه شوې وي. هغوی د کولمو 2 وروسته برخې سره نښلوي.
- **د ګېډې عجاني غوڅونه** – دا معمولاً مقعد ته د نږدې سرطان لپاره کارول کېږي. ډاکټر کولمه او مقعد لرې کوي. له دې عمليات وروسته به تاسو دايمي ستوما ولرئ.



ړومبنی غوڅونه



د ګیډې عجاني غوڅونه

د جراحۍ نور ډولونه
ځیني وختونه، سرطان کولمې بندوي او د ادرار د خارجېدو لاره بندوي. دا کېدی شي د ګېډې د درد او کانګي/قي سبب وګرځي. ډاکټر ښايي د کولمو د خلاص پرېښودو لپاره په کولمه کې د سټېنټ په نوم وړوکی ټیوب داخل کړي. ځیني خلک د عملیاتو په جریان کې اړ کېږي چې د کولمې بنده شوې برخه يې لرې شي.

که سرطان د بدن بلې برخې ته سرايت وکړي، لکه ځيګر يا سږو ته، ځيني وختونه تاسو کولای دغه سرطان د عملیات له لارې لرې کړئ.

موږ ستاسو په ژبه کې د عملیاتو او ځیني جانبي عوارضو په اړه نور معلومات لرو چې تاسو يې زموږ په ویب پاڼه کې لرئ، macmillan.org.uk/translations څخه لیدنه وکړئ

کیموتراپي
کیموتراپي د سرطان د حجرو د ویجاړولو لپاره د سرطان ضد درمل کاروي. تاسو د کولمو د ابتدايي سرطان د درملنې لپاره معمولاً کیموتراپۍ ته اړتیا نه لرئ. کیموتراپي په لاندې حالاتو کې ورکول کېږي:

- له عملیات وروسته چې د سرطان د بېرته راګرځېدو خطر کم کړي.
- له عملیات مخکې، چې سرطان کوچنی کړي او د بېرته راګرځېدو خطر يې کم کړي
- د هغه سرطان د اصلي درملنې لپاره چې سرايت يې کړی دی.

کیموتراپي درمل کېدی شي داسې جانبي عوارض رامنځته کړي چې تاسو ته د ناروغۍ احساس درکړي. مختلف درمل د مختلفو جانبي عوارضو لامل کېدی شي. دا شيان په لاندې ډول دي:

- د مرض د سرايت احتمال ډېر دی
- د ستړیا احساس کول
- د ناروغۍ احساس کول یا ناروغیدل
- اسهال - د معمول په پرتله ډېر لوی بول/پو تیریدل، یا نرم اوبه ډوله لوی بول/پو
- د خولې درد
- د ویښتانو غورځیدل.

ستاسو ډاکټر کولی شي له تاسو سره د هغه جانبي عوارضو په اړه خبرې وکړي چې تاسو يې لرئ او دا چې څنګه يې کنټرول/اداره کړئ. ډېری جانبي عوارض د درملو سره کنټرول کېدی شي. هرکله چې کيموتراپي پای ته ورسيږي ډېری جانبي عوارض له منځه ځي.

موږ ستاسو په ژبه کې د کيموتراپي په اړه نور معلومات په خپله ويب پاڼه کې لرو، macmillan.org.uk/translations څخه ليدنه وکړئ

راډيوتراپي
راډيوتراپي د سرطاني حجرو د له منځه وړلو لپاره د لوړې درجې برق درلودونکي ايکسرې کاروي. تاسو معمولاً د کولمو د سرطان لپاره راډيوتراپۍ ته اړتيا نلرئ. دا د ريکټل/د کولمي لاندې برخې سرطان لپاره يوه عامه درملنه ده.

تاسو د مقعدي سرطان د لرې کولو لپاره ښايي له عملياتو مخکې راډيوتراپۍ ته اړتيا ولرئ. دا کولی شي سرطان کوچنی او اسانه کړي ترڅو د ريکټل/د کولمي لاندې برخې د سرطان د بيرته راګرځيدو خطر لرې او کم کړي.

د راډيوتراپۍ څخه وروسته، تاسو معمولا لږ تر لږه 6 اونۍ مخکې له جراحي کولو څخه انتظار کوئ. که داسې ليدل کيږي چې د سرطان يوه برخه پاتې کيږي، راډيوتراپي کېدی شي له عملياتو وروسته ترسره شي.

که چېرې مقعدي سرطان سرايت کړی وي يا بيرته راوګرځي، تاسو ښايي راډيوتراپي ترسره کړئ ترڅو سرطان کوچنی شي. دا همدارنګه کولای شي د درد په څېر له نښو نښانو سره مرسته وکړي.

د مقعدي سرطان لپاره د راډيوتراپۍ جانبي عوارض په لاندې ډول دي:

- ستړيا
- ستاسو په پوستکي کې بدلون
- په بولو کې بدلون
- په مثانه کې بدلونونه.

موږ ستاسو په ژبه کې د راډيوتراپي او ځينې جانبي عوارضو په اړه نور معلومات لرو چې تاسو يې زموږ په ويب پاڼه کې لرئ، macmillan.org.uk/translations څخه ليدنه وکړئ

کيموريډيشن
که چېرې تاسو ريکټل/مقعدي سرطان لرئ، تاسو کېدی شي کيموريډيشن ولرئ. دا هغه وخت دی کله چې تاسو په يو وخت کې کيموتراپي او راډيوتراپي لرئ. دا کېدی شي له کيموتراپۍ يا راډيوتراپۍ له يوازې ترسره کېدو څخه ډېر ګټور کار وکړي. په دواړو سره يو ځای درملنه کول کېدای شي جانبي عوارض شديد کړي.

هدفي درملنه
د هدفي درملنې درمل د سرطاني حجرې کې يا په شاوخوا کې د هغه څه ضد لپاره کارول کيږي چې د سرطاني حجرو په ودې او پاتې کيدو کې مرسته کوي. هدفي درملنې ځينې وختونه د کولمو د هغو سرطانونو د درملنې لپاره کارول کيږي چې د بدن نورو برخو ته يې سرايت کړی وي.

تاسو ممکن د کيموتراپي سره د هدفي درملنې درمل ولرئ. جانبي عوارض ښايي توپير لرونکي وي. په دوی کې کېدی شي شامل وي:

- د پوستکي وچوالی يا دانې
- اسهال
- د ناروغۍ احساس لرل
- د زکام نښې نښانې.

ډېری جانبي عوارض کېدی شي په درملو سره کنټرول شي او د درملنې له بشپړېدو سره ختم شي.

مدافعتي درملنه
د مدافعتي درملنې درمل د معافيت له سيستم څخه استفاده کوي څو د سرطان حجرې ومومي او له منځه يې يوسي. دوی کيدی شي د کولمو سرطان درملنې لپاره وکارول شي چې د بدن نورو برخو ته يې سرايت کړی وي.

د معافيت درملنې جانبي عوارضو کې شامل دي:
- اسهال
- په پوستکي کې بدلونونه
- د بندونو دردونه
- د ستړيا احساس کول.

ستاسو د درملنې احتمالي جانبي عوارض

په بول کې بدلونونه
له درملنې وروسته، ستاسو کولمې ښايي د يو څه مودې لپاره په مختلف ډول کار وکړي. تاسو ښايي:
- اسهال ولرئ
- اکثر د زيات بول کولو اړتيا ولرئ
- د بولو د کولو لپاره د عصبي حجرو لخوا کمه خبرتيا ولرئ
- په ګېډه کې درد ولرئ.

دا معمولاً د وخت په تيريدو سره ښه کيږي. که چيرې تاسو دغه نښې نښانې لرئ يا مو نښې نښانې بهبود نه مومي، خپل ډاکټر يا نرس ته وواياست. هغوی کولای شي د مرستې لپاره مشورې يا درمل درکړي.

د خپل پوستکي ساتنه وکړئ
د اوبو لرونکو بولو سره ممکن ستاسو د ګېډو شاوخوا ستاسو پوست تخريش کړي. دا لاندېنۍ ښايي مرسته وکړي:
- خپل د ښکته/لاندې شاوخوا پوستکی پاک او وچ وساتئ.
- لانده دسمالونو وکاروئ ځکه چې پوستکي لپاره د کاغذ تشناب په پرتله ډېر مرطوب دي.
- د خپل پوستکي ساتلو کې د مرستې لپاره پيډونه او د خنډ مسح کوونکي/پاکوونکي يا سپرې وکاروئ. يو متخصص نرس تاسو ته د پيډونو او کريمونو کارولو په اړه مشوره درکولی شي.
- د خپل پوستکي د وچ او پاک ساتلو لپاره کتاني نېکر واغوندئ.

د رژيم/غذا بدلونونه
ستاسو د روغتيا پاملرنې ټيم کيدی شي تاسو ته مشوره درکړي چې يو ځانګړي رژيم/غذا تعقيب کړئ پداسې حال کې چې ستاسو کولمه له جراحي څخه روغيږي.

د جراحی څخه وروسته د لومړيو څو ورځو لپاره، تاسو ته مشوره درکړل کيدی شي چې د ټيټ/لږ فايبر لرونکي خواړه وخورئ. په ټيټ/لږ فايبر لرونکي خواړو کې سپينه ډوډی، سپينه پاستا يا ساده کريکرونه، بې پوستکي ميوه او سبزيجات شامل دي.

په منظم وختونو کې خوراک کول به ستاسو د کولمې سره په منظم ډول کار کولو کې مرسته وکړي. تاسو کيدی شي په ورځ کې د 1 يا 2 لوی ډوډو پرځای د څو کوچني خواړو خواړل اسانه ومومئ.

که تاسو لا هم په خوارک کولو کې ستونزه لرئ، له خپل نرس يا ډاکټر سره خبرې وکړئ.

اضطراب
د تشويش يا د انديښنه احساس کول کولای شي ستاسو غايطه مواد نري کړي. د آرام کولو ځرنګوالی په اړه زده کول کيدی شي ستاسو د کولمو په روغيدو کې مرسته وکړي. دا ستاسو د عمومي روغتيا لپاره هم ښه دي.

د Macmillan تشناب کارت

که تاسو په عاجله توګه تشناب ته اړتیا ولرئ، بهر تګ کول ښايي ستاسو لپاره د اندېښنې وړ وي. د Macmillan د تشناب وړیا کارت له ځان سره لرل ښايي له تاسو سره مرسته وکړي. تاسو کولای شئ د غه کارت د پلورنځیو، دفترونو او کافي خانو په څېر ځایونو کې وښیئ. موږ هیله لرو دغه کارت به له تاسو سره تشناب ته په لاسرسي کې مرسته وکړي، مګر دا کارت ممکن هر ځای کار ورنکړي.

کارت یوازې په انګلیسي کې شتون لري او لوستل کیږي 'زما د سرطان درملنې له امله زه تشناب ته عاجل لاسرسي ته اړتیا لرم. مهرباني وکړئ ایا تاسو مرسته کولی شئ؟'

تاسو کولای شئ دغه کارت د Macmillan د ملاتړ تلیفوني لیکې **0808 808 00 00** ته په زنګ وهلو سره ترلاسه کړئ.
یا تاسو په orders.macmillan.org.uk کې یو آرډر کولی شئ

تاسو همدارنګه کولای شئ د معلولیت لرونکو کسانو له تشناب څخه استفاده وکړئ. هغوی د مینځلو ځای او جامو د بدلولو لپاره ځانګړی ځای لري. د معلولیت لرونکو کسانو تشنابونه ځینې وختونه بند وي. تاسو د Disability Rights UK (د انګلستان د معلولیت حقونو) څخه کلید اخیستلی شئ.

د جانبي عوارضو په اړه لازیات معلومات

موږ د سټریا او خواړو ستونزو په اړه نور معلومات لرو چې کیدی شي تاسو یې مرسته کوونکي ومومئ. تاسو کولای شئ دغه معلومات په آنلاین بڼه له macmillan.org.uk/translations څخه ترلاسه کړئ.

تعقیب

وروسته له دې چې ستاسو درملنه پای ته ورسیږي، تاسو به په منظم ډول معاینات او آزموینې ترسره کوئ. دا معمولاً تر 5 کلونو لپاره دوام کوي.

که چیرې تاسو د چیک اپونو/معایناتو په مینځ کې کومې نوې نښې نښانې ولیدلې، ژر تر ژره خپل عمومي معالج، د سرطان ډاکټر یا نرس ته وواياست.

ستاسو احساسات

تاسو به ممکن د خپګان احساس وکړئ کله چې تاسو ته وویل شي چې سرطان لرئ. تاسو به ممکن ډیری بیلابیل احساسات ولرئ. د احساس کولو لپاره هیڅ کومه سمه یا غلطه لاره نشته. له دې سره د مبارزې لپاره ډیری لارې شتون لري. د نږدې ملګري یا خپلوان سره خبرې کول ممکن مرسته وکړي. ستاسو ډاکټر یا نرس هم مرسته کولی شي.

د خپل ځان لپاره مناسب پاملرنه او ملاتړ ترلاسه کول

که تاسې سرطان لرئ او په انګلیسي ژبه کې خبرې نه کوئ، تاسو ښايي اندېښنه ولرئ چې دا به ستاسو د سرطان په درملنه او پاملرنه باندې اغېز وکړي. مګر ستاسې د روغتیا پالنې ټیم باید تاسو ته داسې پاملرنه، ملاتړ او معلومات وړاندې کړي چې ستاسو اړتیاوې پوره کړي.

موږ پوهیږو چې ځینې وختونه خلک ښايي د سم ملاتړ په ترلاسه کولو کې له اضافي ننګونو سره مخ شي. د بېلګې په توګه، که تاسو کار کوئ یا کورنۍ لرئ نو دا به سخته وي چې د روغتون ملاقاتونو ته د تګ لپاره وخت ولرئ. تاسو همدارنګه ښايي د پیسو او د ترانسپورټي لګښتونو په اړه اندېښنې ولرئ. دغه ټول شیان سټریس رامنځ ته کوي او مبارزه ورسره سخته ده.

موږ همدارنګه په سرطان باندې د اخته کسانو لپاره د Macmillan مرستې وړاندیز کوو. دغه یو ځلي تادیات دي چې د روغتون د پارکینګ، سفري لګښتونو، د ماشوم د مراقبت یا د ګرمولو د بیلونو په شان شیانو لپاره استفاده ورڅخه کیږي.

Macmillan له تاسي سره څرنګه مرسته کولی شي

په Macmillan کې، موږ پوهیږو چې د سرطان تشخیص څنګه کولای شي په هر څه باندې اغیز وکړي، او موږ دلته ستاسو د ملاتړ لپاره یو.

Macmillan ملاتړ لیکه موږ ژباړونکي لرو، نو له همدې کبله تاسي په خپله ژبه کې خبرې کولی شئ. یوازې مونږ ته په انګلیسي ژبه د هغې ژبې په هکله وواياست چې تاسو يې خبرې کول غواړئ.

موږ کولای شو د طبي پوښتنو په برخه کې له تاسو سره مرسته وکړو، د مالي مرستې په هکله معلومات درکړو، او که غواړئ له چا سره خبرې وکړئ، موږ ستاسو غوښتنو ته غوږ ونیسو. د تلیفون وریا او محرمه لیکه په اونۍ کې 7 ورځې د سهار له 8 بجو څخه د شپې تر 8 بجو پورې پرانیستې ده.
له موږ سره په 00 00 808 0808 اړیکه ټینګه کړئ.

د Macmillan ویب پاڼه
زموږ ویب پاڼه د سرطان په هکله په انګلیسي ژبه کې ډېر معلومات لري. دلته macmillan.org.uk/translations په نورو ژبو کې لا ډېر معلومات شته.

مونږ همدارنګه کولای شو یوازې ستاسو لپاره د ژباړې خدمات ترتیب کړو. د هغه څه په اړه چې اړتیا ورته لرئ، موږ ته په informationproductionteam@macmillan.org.uk باندې برېښنالیک واستوئ.

د معلوماتو مرکزونه
زمونږ د معلوماتو او ملاتړ مرکزونه په روغتونونو، کتابتونونو او د تلیفون په مرکزونو کې موجود دي. د اړتیا وړ معلوماتو د ترلاسه کولو لپاره زموږ یو معلوماتي مرکز ته مراجعه وکړئ او مخامخ له یو چا سره خبرې وکړئ. خپل تر ټولو نږدې مرکز په macmillan.org.uk/informationcentres کې ومومئ یا موږ ته په 0808 808 00 00 شمېره زنګ ووهئ.

د ملاتړ محلي ګروپونه
د ملاتړ په ګروپ کې، تاسو کولا شئ له نورو هغو خلکو سره خبرې وکړئ چې له سرطان څخه اغېزمن شوي دي. ستاسي په سیمه کې د ملاتړ ډلو په اړه دلته macmillan.org.uk/supportgroups ومومئ یا له موږ سره په 00 00 808 0808 شمېره اړیکه ونیسئ.

د Macmillan آنلاین ټولنه
تاسو کولای شئ له نورو هغو خلکو سره چې د سرطان له امله اغېزمن شوي دي د macmillan.org.uk/community له لارې په آنلاین ډول خبرې وکړئ

تاسو کولای شئ د ورځې یا شپې هر مهال دې ته لاسرسی ومومئ. تاسو کولای شئ خپلې تجربې شریکې کړئ، پوښتنې وکړئ، یا فقط د خلکو د پوستونو له لارې معلومات ولولئ.

ستاسي په ژبه کې نور معلومات

موږ د دغو موضوعاتو په هکله ستاسو په ژبه کې معلومات لرو:

له سرطان سره مبارزه کول

- سرطان او کرونا وايروس
- په انګلستان کې د سرطان يا کېنسر پاملرنه
- د ګټو غوښتنه کله چې سرطان لرئ
- د خوړلو ستونزې او سرطان
- د ژوند پای
- د کېوالو او پناه غوښتونکو خلکو لپاره روغتيا پالنه
- سالم خوراک کول
- د سرطان درلودو پر مهال د لګښتونو مرسته
- که چيرې ستاسو د کېنسر ناروغۍ تشخيص کيږي
- LGBTQ+ خلک او سرطان
- سېپسېس او سرطان
- د سرطان د درملنې جانبي عوارض
- ستړيا (ستوماني) او سرطان

د سرطان ډولونه

- د سينې سرطان
- د رحم د خولې سرطان
- د لويو کولمو سرطان
- د سږو سرطان
- د پروستات سرطان

درملنې

- کيموتراپي
- راديوتراپي
- جراحي عمليات

د دغو معلوماتو د کتلو لپاره، macmillan.org.uk/translations ته مراجعه وکړئ

مأخذونه او مننې

دغه معلومات د Macmillan د سرطان د ملاتړ د سرطان د معلوماتي پراختیا د ټیم په واسطه لیکل او تحریر شوي دي. دا د ژباړې شرکت لخوا ستاسو په ژبه ژباړل شوې.

دا شامل شوي معلومات زموږ د کولون او د ریکټل سرطان د هغه محتویاتو پر اساس دي چې په انګلیسی ژبه یا زموږ په ویب پاڼه موجود دي.

د دغو معلوماتو بیا کتنه د اړونده متخصصینو له خوا ترسره شوې ده او د لوړ پوړي طبي کره کتونکي، ډاکټر پاول راس، مشاور طبي آنکولوجیسټ په واسطه تصویب شوي دي.

له هغو خلکو څخه هم ډېره مننه چې د سرطان له امله اغېزمن شوي دي چا چې د دغو معلوماتو بیاکتنه کړې ده.

زموږ ټول معلومات د غوره شته شواهدو پر اساس دي. د سرچینو په اړه د لا ډېرو معلوماتو لپاره له موږ سره په informationproductionteam@macmillan.org.uk ادرس اړیکه ټینګه کړئ.

منځپانګه بیا کتل شوې: 2024 راتلونکي پلان شوي بیاکتنه: 2027

MAC15136_Pashto_E04

موږ هره هڅه کوو ترڅو ډاډ ترلاسه کړو چې هغه معلومات چې موږ یې چمتو کوو دقیق او تر دې نیټې معلومات وي مګر دا باید ستاسو د وضعیت سره سم د مسلکي مشورې د بدیل په توګه ونه کارول شي. تر هغه ځایه چې د قانون لخوا اجازه ورکړل شوې، Macmillan په دې خپرونه کې د هر ډول معلوماتو د کارولو یا د دریمي ډلې معلوماتو یا په ویب کې د شامل شوو معلوماتو د کاروني مسئولیت په غاړه نه مني.

د Macmillan سرطان ملاتړ2024، په انګلستان او ویلز (261017)، سکاټلینډ (SC039907) او آئل آف مین (604) کې ثبت شوې خیریه موسسه. په شمالی ایرلینډ کې هم فعالیت کوي. د ضمانت په واسطه محدوده شوې کمپنۍ، چې په انګلستان او وېلز کې په 2400969 شمېره ثبت شوې ده. آئېلز آف من د شرکت شمیره 4694F. ثبت شوی دفتر: 3rd Floor, Bronze Building, The Forge, 105 Sumner Street, London, SE1 9HZ. د VAT شمیره: 668265007

Trusted Information Creator
Patient Information Forum

Bowel cancer: English

This information is about bowel cancer and treatments for bowel cancer.

If you have any questions about this information, ask your doctor or nurse at the hospital where you are having treatment.

You can also call Macmillan Cancer Support on freephone **0808 808 00 00**, 7 days a week, 8am to 8pm. We have interpreters, so you can speak to us in your own language. When you call us, please tell us in English which language you need.

There is more cancer information in your language and other languages at macmillan.org.uk/translations

This information is about:

- The bowel
- Bowel cancer
- How treatment is planned
- Talking to your healthcare team
- Treatments for bowel cancer
- Possible side effects of your treatment
- Follow up
- Your feelings
- Getting the right care and support for you
- How Macmillan can help you
- More information in your language
- References and thanks

The bowel

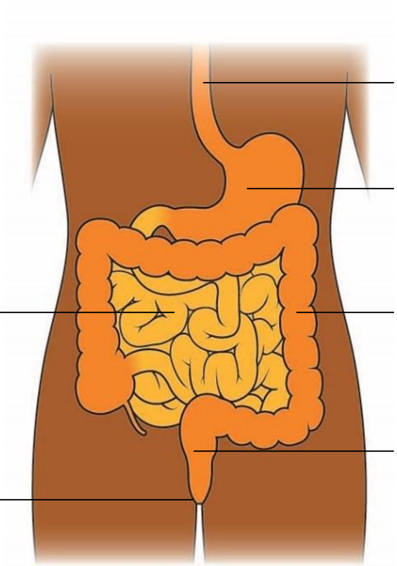
The bowel is part of the digestive system. The digestive system breaks down and absorbs food so that the body can use it.

The bowel has 2 parts:

- the small bowel
- the large bowel.

The large bowel has three parts. These are:

- the colon
- the rectum
- the anus.



Bowel cancer

All parts of the body are made up of tiny cells. Bowel cancer happens when the cells in the bowel grow in an uncontrolled way and form a lump called a tumour.

The place where the cancer first begins to grow is the primary cancer. The primary cancer is named after the place in the body where it started, for example bowel cancer.

Bowel cancer is cancer that affects the colon or the rectum. Bowel cancer is also called colorectal cancer.

Sometimes, bowel cancer cells spread to other parts of the body through the blood and the lymphatic system. This is called secondary cancer.

Bowel cancer is not infectious and cannot be passed on to other people.

Cancer can also affect the small bowel or the anus. These cancers are treated differently to bowel cancer. We have information in English about these types of cancer.

The lymphatic system

The lymphatic system helps protect us from infection and disease. It is made up of fine tubes called lymphatic vessels. These vessels connect to groups of small lymph nodes throughout the body.

There are lymph nodes close to the colon and rectum. Bowel cancer can spread to the lymph nodes close to the bowel.

Stages and grades of bowel cancer

The stage of a cancer means how big it is and if it has spread.

The grade of a cancer is how quickly the cancer may grow.

How treatment is planned

Your healthcare team will meet to plan the best treatment for you. Your doctor or nurse will then talk to you about:

- the stage and grade of the cancer
- your general health
- the treatments and possible side effects
- what you think about the available treatments.

Talking to your healthcare team

It is important to talk about any treatment with your doctor.

Your hospital can arrange an interpreter for you. Let your nurse know if you need one. You may also want to take someone with you who can speak your language and English.

After talking with you, your doctor will usually ask you to sign a form to show that you understand what the treatment means and that you agree to having it. This is called giving your consent. You will not be given treatment unless you have agreed to it.

Questions to ask about your treatment
Here are some questions you might want to ask your cancer team about your treatment:

- What does my diagnosis mean?
- What is the stage and grade of the cancer?
- What will my treatment be?
- What are the benefits, risks and side effects of each treatment?
- How will the treatment affect my daily life?
- Who can I talk to about how I am feeling?

Treatments for bowel cancer

Treatments for bowel cancer include:

- an operation (surgery)
- drugs (chemotherapy, targeted therapy or immunotherapy)
- radiotherapy

Many people have more than one type of treatment, such as an operation and then chemotherapy or radiotherapy.

Surgery
An operation to remove the cancer is the most common treatment for bowel cancer.

Sometimes, very small early-stage bowel cancers can be removed with an operation called a local resection. This is where they remove the cancer using surgical tools passed through the anus. The surgeon does not need to make a cut in the tummy (abdomen).

Most people will have an operation to remove part of the bowel. The surgeon will usually remove the lymph nodes that are near the cancer. This is because cancer cells can spread to lymph nodes near the cancer.

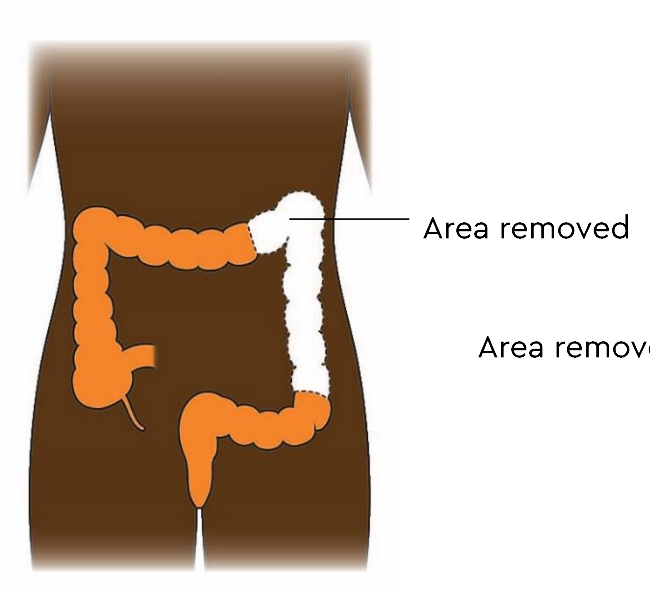
You may have your operation as:

- **open surgery** – this is when the surgeon makes 1 large cut before removing the cancer.
- **keyhole (laparoscopic) surgery** – this means the surgeon makes 4 or 5 small cuts. They put surgical tools through the cuts to remove the cancer. You usually recover more quickly from keyhole surgery than from open surgery.

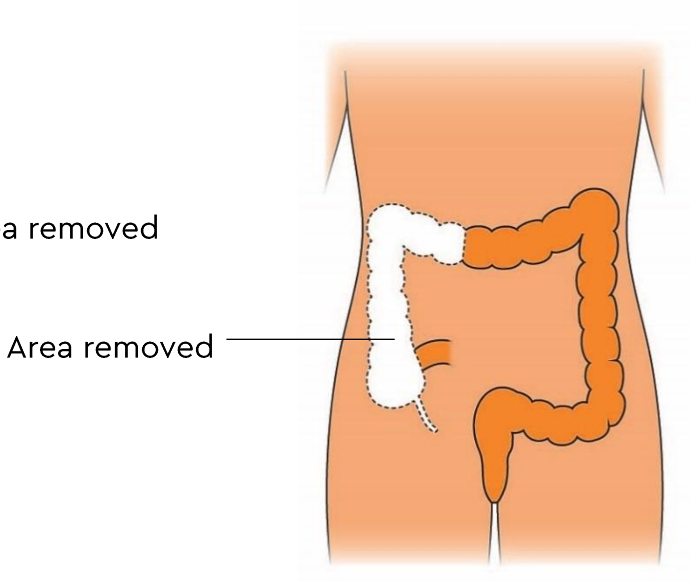
Types of operation for colon cancer

- **Hemi-colectomy** – half of the colon is removed. This may be the right or left side, depending on where the cancer is.
- **Sigmoid colectomy** – the sigmoid colon is removed.

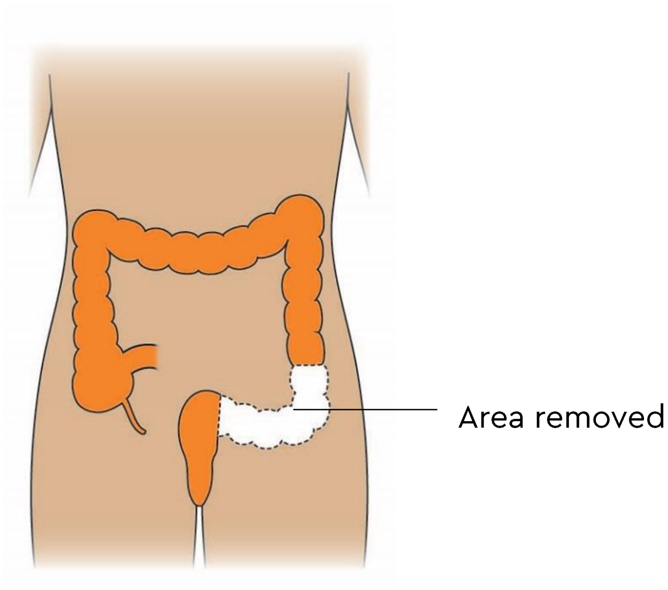
After removing the part of the bowel where the cancer is, the surgeon joins the two ends of the bowel together. Some people may need to have all the colon removed. This is called a total colectomy. Your doctor will tell you more about this if you need this type of operation.



Left hemi-colectomy

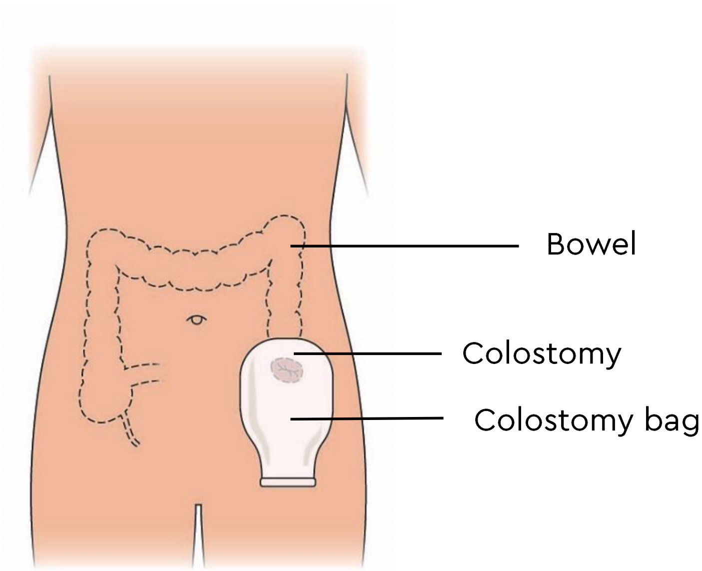


Right hemi-colectomy

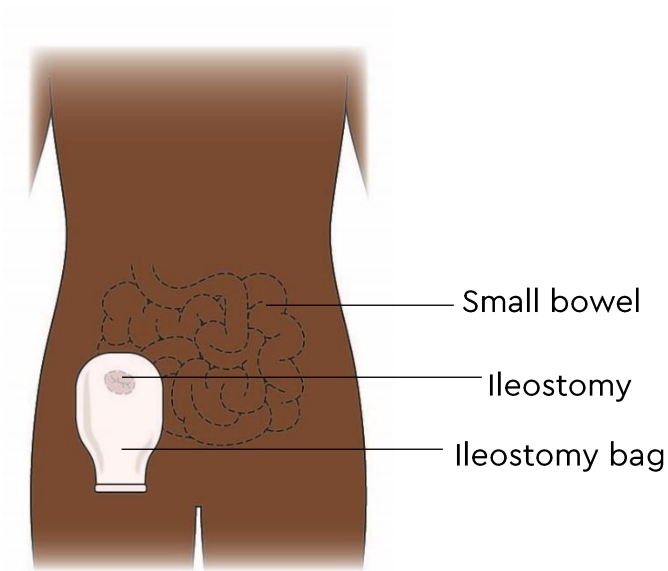


Sigmoid colectomy

Stomas
Some people need to have a stoma. This is when the surgeon connects the end of the bowel to the surface of the tummy (abdomen). You will pass poo (stools) out through the stoma into a special bag you wear. There are different types:



Stoma and stoma bag (colostomy)



Stoma and stoma bag (ileostomy)

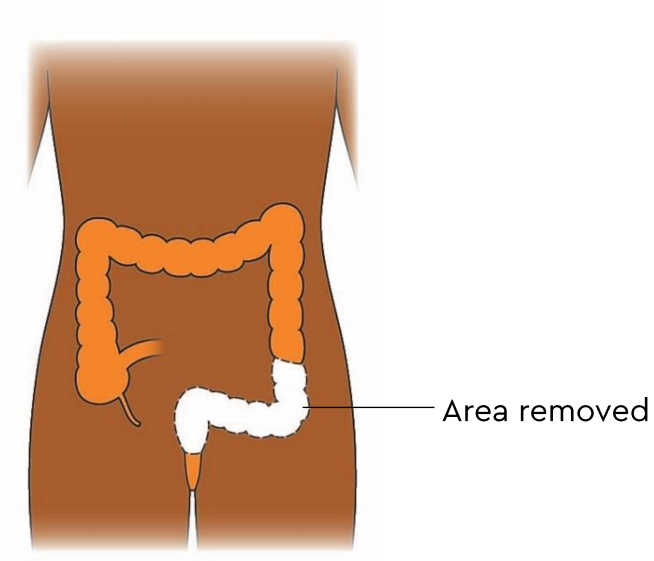
A stoma nurse will show you how to look after the stoma and give you more advice and information. A stoma nurse is a nurse who specialises in stoma care. You may find it helps to talk to someone who has a stoma. Your nurse may be able to arrange this for you. Your nurse will teach you how to manage your stoma at home. You may only need a stoma for a short time after an operation, to allow the bowel to heal. But sometimes it will be permanent. Your doctor can tell you if you may need a stoma and how long you may have it for.

Types of operation for rectal cancer

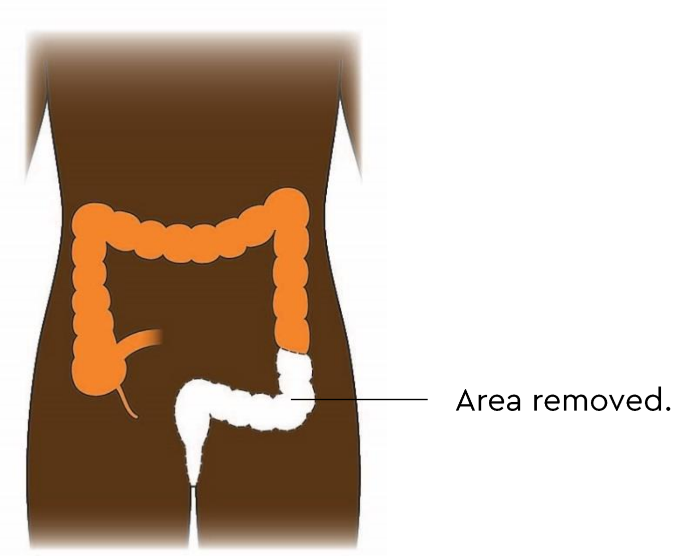
If you have a very small rectal cancer, you may have an operation called a local excision. The cancer can usually be removed through the anus. This means the surgeon does not have to make a cut in your tummy.

You may need a larger operation to remove the cancer and some of the fatty tissue and the lymph nodes around the rectum. There are 2 types of operation:

- **Anterior resection** – the surgeon removes the part of the rectum that is affected by the cancer. They join the two 2 ends of the bowel together.
- **Abdominal perineal resection** – this is usually used for cancers near the anus. The doctor removes the rectum and anus. After this operation, you will have a permanent stoma.



Anterior resection



Abdominal perineal resection

Other types of surgery

Sometimes, the cancer blocks the bowel and stops poo from passing through. This can cause tummy pain and vomiting. The doctor may put a small tube called a stent into the bowel to keep it open. Some people may need to have the blocked part of the bowel removed during an operation.

If the cancer has spread to another part of the body, such as the liver or lungs, you can sometimes have an operation to remove it.

We have more information in your language about surgery and some of the side effects you may have on our website, visit macmillan.org.uk/translations

Chemotherapy

Chemotherapy uses anti-cancer drugs to destroy cancer cells. You do not usually need chemotherapy for early-stage bowel cancer. Chemotherapy may be given:

- after surgery to reduce the risk of cancer coming back
- before surgery, to shrink the cancer and reduce the risk of it coming back
- as the main treatment for cancer that has spread.

Chemotherapy drugs can cause side effects that make you feel unwell. Different drugs can cause different side effects. These include:

- being more likely to get an infection
- feeling tired
- feeling sick or being sick
- diarrhoea – passing more poo than usual, or loose or watery poo
- a sore mouth
- hair loss.

Your doctor can talk to you about the side effects you may have and how to manage them. Most side effects can be controlled with drugs. Most side effects go away when chemotherapy is over.

We have more information about chemotherapy in your language on our website, visit macmillan.org.uk/translations

Radiotherapy

Radiotherapy uses high-energy x-rays to destroy the cancer cells. You do not usually have radiotherapy for colon cancer. It is a common treatment for rectal cancer.

You may have radiotherapy before an operation to remove rectal cancer. It can make the cancer smaller and easier to remove and reduce the risk of the rectal cancer coming back.

After the radiotherapy, you usually wait at least 6 weeks before having surgery. Radiotherapy may be used after an operation if there is a chance that some cancer remains.

If rectal cancer has spread or comes back, you may have radiotherapy to make it smaller. It can also help with symptoms, such as pain.

Side effects of radiotherapy for rectal cancer include:

- tiredness
- changes to your skin
- bowel changes
- bladder changes.

We have more information in your language about radiotherapy and some of the side effects you may have on our website, visit macmillan.org.uk/translations

Chemoradiation

If you have a rectal cancer, you may have chemoradiation. This is when you have chemotherapy and radiotherapy at the same time. It can work better than having either chemotherapy or radiotherapy on their own. Having the treatments together can make the side effects worse.

Targeted therapy

Targeted therapy drugs target something in or around a cancer cell that is helping it grow and survive. Targeted therapies are sometimes used to treat bowel cancers that have spread to other parts of the body.

You may have a targeted therapy drug with chemotherapy. Side effects can vary. They may include:

- dry skin or a rash
- diarrhoea
- feeling sick
- flu symptoms.

Most side effects can be controlled with drugs and go away when treatment is over.

Immunotherapy

Immunotherapy drugs use the immune system to find and attack cancer cells. They may be used to treat bowel cancer that has spread to other parts of the body.

Side effects of immunotherapy include:

- diarrhoea
- skin changes
- joint pains
- feeling tired.

Possible side effects of your treatment

Bowel changes

After treatment, your bowel may work differently for a while. You may:

- have diarrhoea
- need to poo more often
- not get much warning when you need to poo
- have a sore bottom.

These usually improve over time. Tell your doctor or nurse if you have these side effects or if they do not improve. They can give you advice and medicines to help.

Protect your skin

Having loose or watery poo can make the skin around your bottom sore. These tips may help:

- Keep the skin around your bottom clean and dry.
- Use unperfumed wet wipes as they are softer on your skin than toilet paper.
- Use pads and barrier wipes or sprays to help protect your skin. A specialist nurse can advise you about pads and creams to use.
- Wear cotton underwear to keep your skin dry and cool.

Diet changes

Your healthcare team may advise you to follow a specific diet while your bowel recovers from surgery.

For the first few days after surgery, you may be advised to eat a low-fibre diet. Low fibre foods include white bread, white pasta or plain crackers, peeled fruit and vegetables.

Eating at regular times will help your bowel to work more regularly. You may find it easier to eat several small meals a day instead of 1 or 2 large meals.

If you continue to have problems with what you can eat, speak to your nurse or doctor.

Anxiety

Feeling anxious or worried can make your poo looser. Learning how to relax may help your bowel to settle. It is also good for your general health.

Macmillan toilet card

You may worry about going out if you need to use a toilet urgently. It may help to carry a free Macmillan toilet card. You can show this in places such as shops, offices and cafes. We hope it will help you get access to a toilet but it may not work everywhere.

The card is only available in English and reads 'due to my cancer treatment I need urgent access to a toilet. Please can you help?'

You can get one by calling our Macmillan Support Line on **0808 808 00 00**. Or you can order one at orders.macmillan.org.uk

You can also use disabled toilets. They have a wash basin and space to change your clothes. Disabled toilets are sometimes locked. You can buy a key from Disability Rights UK.

More information on side effects
We have more information about tiredness and eating problems which you may find helpful. You can find this information online at macmillan.org.uk/translations.

Follow up

After your treatment has finished, you will have regular check-ups and may also have tests. These usually continue for up to 5 years.

If you notice any new symptoms between check-ups, tell your GP, cancer doctor or nurse as soon as possible.

Your feelings

You may feel overwhelmed when you are told you have cancer. You may have many different emotions. There is no right or wrong way to feel. There are many ways to cope with this. Talking to a close friend or relative may help. Your doctor or nurse can help too.

Getting the right care and support for you

If you have cancer and do not speak English, you may be worried that this will affect your cancer treatment and care. But your healthcare team should offer you care, support and information that meets your needs.

We know that sometimes people may face extra challenges in getting the right support. For example, if you work or have a family it can be hard to find time to go to hospital appointments. You might also have worries about money and transport costs. All of this can be stressful and hard to cope with.

We also offer Macmillan Grants to people with cancer. These are one-off payments that can be used for things like hospital parking, travel costs, childcare or heating bills.

How Macmillan can help you

At Macmillan, we know how a cancer diagnosis can affect everything, and we are here to support you.

Macmillan Support Line
We have interpreters, so you can speak to us in your language. Just tell us, in English, the language you want to use.

We can help with medical questions, give you information about financial support, or be there to listen if you need someone to talk to. The free, confidential phone line is open 7 days a week, 8am to 8pm.
Call us on **0808 808 00 00**.

Macmillan website
Our website has lots of information in English about cancer. There is also more information in other languages at macmillan.org.uk/translations

We can also arrange translations just for you. Email us at informationproductionteam@macmillan.org.uk to tell us what you need.

Information centres
Our information and support centres are based in hospitals, libraries and mobile centres. Visit one to get the information you need and speak with someone face to face. Find your nearest centre at macmillan.org.uk/informationcentres or call us on **0808 808 00 00**.

Local support groups
At a support group, you can talk to other people affected by cancer. Find out about support groups in your area at macmillan.org.uk/supportgroups or call us on **0808 808 00 00**.

Macmillan Online Community
You can talk to other people affected by cancer online at macmillan.org.uk/community

You can access it at any time of day or night. You can share your experiences, ask questions, or just read through people's posts.

More information in your language

We have information in your language about these topics:

Coping with cancer

- Cancer and coronavirus
- Cancer care in the UK
- Claiming benefits when you have cancer
- Eating problems and cancer
- End of life
- Healthcare for refugees and people seeking asylum
- Healthy eating
- Help with costs when you have cancer
- If you are diagnosed with cancer
- LGBTQ+ people and cancer
- Sepsis and cancer
- Side effects of cancer treatment
- Tiredness (fatigue) and cancer

Types of cancer

- Breast cancer
- Cervical cancer
- Large bowel cancer
- Lung cancer
- Prostate cancer

Treatments

- Chemotherapy
- Radiotherapy
- Surgery

To see this information, go to macmillan.org.uk/translations

References and thanks

This information has been written and edited by Macmillan Cancer Support's Cancer Information Development team. It has been translated into this language by a translation company.

The information included is based on our colon cancer and rectal cancer content available in English on our website.

This information has been reviewed by relevant experts and approved by Senior Medical Editor Dr Paul Ross, Consultant Medical Oncologist.

Thanks also to the people affected by cancer who reviewed this information.

All our information is based on the best evidence available. For more information about the sources we use, please contact us at informationproductionteam@macmillan.org.uk

Content reviewed: 2024
Next planned review: 2027

MAC15136_English_E04

We make every effort to ensure that the information we provide is accurate and up-to-date but it should not be relied upon as a substitute for specialist professional advice tailored to your situation. As far as is permitted by law, Macmillan does not accept liability in relation to the use of any information contained in this publication or third-party information or websites included or referred to in it.

© Macmillan Cancer Support 2024, registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Also operating in Northern Ireland. A company limited by guarantee, registered in England and Wales company number 2400969. Isle of Man company number 4694F. Registered office: 3rd Floor, Bronze Building, The Forge, 105 Sumner Street, London, SE1 9HZ. VAT no: 668265007

Trusted Information Creator
Patient Information Forum