ក្រដាស់អង្គហេតុ ខ្វូលូណស់ខូភី

តើ ខ្វូលូណស់ខូភី ជាអ្វី?

ខ្វូលូណស់ខូភី (colonoscopy) គឺជាការធ្វើតេស្តមួយ ដែលអាចទប់ស្កាត់ជម្ងឺមហារីកពោះវៀនធំ ឬអាចរកឃើញជម្ងឺមហារីកទាន់ដំណាក់កាល ដែលវានៅអាចព្យាបាល ឬអាចបន្សះបានដោយងាយ។ ខ្វូលូណស់ខូភីអាចធ្វើនៅតាមមន្ទីរអ្នកជម្ងឺក្រៅ (outpatient) ដូចជាមន្ទីរគ្លីនិក ឬមន្ទីរពេទ្យជាដើម។ តេស្តប្រភេទនេះគឺធ្វើដោយវេជ្ជបណ្ឌិតឯកទេសខាងរោគក្រពះ ឬដោយវេជ្ជបណ្ឌិតណាម្នាក់ ដែលមានជំនាញខាងការវះកាត់រូហសិលាប្រាណ (សាច់ដុះ) ចេញពីពោះវៀនធំ និងខាងការពិនិត្យរកមើលសញ្ញានៃជម្ងឺមហារីក។ រូហសិលាប្រាណ (polyps) ដុះនៅក្នុងពោះវៀនធំ ដែលអាចនឹងក្លាយទៅជាជម្ងឺមហារីក។

គេប្រើ ខ្វូលូណស់ខូប (colonoscope) នៅក្នុងអំឡុងពេលធ្វើ ខ្វូលូណស់ខូភី។ ខ្វូលូណស់ខូប គឺជាបំពង់ទុយយោតូចស្តើងដែលអាចបត់បែនងាយ ហើយមានភ្លើង, កាំមេរ៉ា, និងឧបករណ៍កាត់រូហសិលាប្រាណ ឬកាត់កោសិកាសម្រាប់ធ្វើតេស្ត។

ការរៀបចំសម្រាប់ខ្វូលូណស់ខូភី

នៅមុនពេលធ្វើខ្វូលូណស់ខូភី, ពោះវៀនធំរបស់លោកអ្នកត្រូវតែបានលាងសំអាតយ៉ាងហ្មត់ចត់។ ដំណើរការនៃការលាងសំអាតនេះត្រូវបានហៅថា ការត្រៀមសំអាតពោះវៀនធំ (bowel prep)។ ប្រសិនបើពោះវៀនធំរបស់លោកអ្នកមិនបានលាងសំអាតយ៉ាងហ្មត់ចត់ទេ, នោះវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់លោកអ្នកប្រហែលជាមិនអាចឆ្លុះមើលពោះវៀនធំរបស់លោកអ្នល ឃើញគ្រប់ជ្រុងជ្រោយទេ។ ដូច្នេះ វាអាចនឹងធ្វើឱ្យមានការមើលរំលងរូហសិលាប្រាណ ឬជម្ងឺមហារីក។ នៅក្នុងដំណើរការត្រៀមសំអាតពោះវៀនធំនេះ, លោកអ្នកនឹងត្រូវផឹកថ្នាំបញ្ចុះ ដែលនឹងធ្វើឱ្យលោកអ្នកបត់ជើងធំ ឬចុះរាកជាញឹកញយ។ លោកអ្នកគួរតែស្នាក់នៅផ្ទះ កុំធ្វើដំណើរទៅណាឱ្យសោះ ព្រោះថាលោកអ្នកនឹងត្រូវចេញចូលបង្គន់ជាញឹកញយ។

ថ្ងៃធ្វើខ្វូលូណស់ខូភី

នៅថ្ងៃដែលលោកអ្នកធ្វើខ្វូលូណស់ខូភី, គេនឹងចាក់ថ្នាំតាមសរសៃឈាមរបស់លោកអ្នក ដែលនឹងធ្វើឱ្យលោកអ្នកគេងលក់មួយស្របក់ដែលហៅថា «ការរម្ងាប់ស្មារតី» (“conscious sedation”)។ លោកអ្នកទំនងជានឹងគ្មានអារម្មណ៍ដឹងថា មានការឈឺចាប់ ឬនឹកចាំអំពីដំណើរការឆ្លុះមើលនេះទេ។ នៅក្រោយពេលធ្វើខ្វូលូណស់ខូភីរួច, លោកអ្នកនឹងភ្ញាក់ដឹងខ្លួនឡើងវិញនៅក្នុងបន្ទប់ស្តារនីតិសម្បទា ហើយនឹងត្រូវស្នាក់នៅទីនោះរហូតទាល់តែលោកអ្នកភ្ញាក់ដឹងខ្លួនពេញលេញ។ លោកអ្នកគួរតែត្រៀមស្នាក់នៅនឹងការិយាល័យវេជ្ជបណ្ឌិត ឱ្យបានយ៉ាងហោចណាស់ប្រហែលពីរម៉ោង។ នៅក្រោយដំណើរការនេះ, លោកអ្នកនឹងមានការឈឺពោះ ឬហើមពោះបីបួនម៉ោង។

នៅក្រោយពេលធ្វើខ្វូលូណស់ខូភី

នៅពេលលោកអ្នកទៅដល់ផ្ទះ, សូមលោកអ្នកសម្រាក កុំធ្វើអ្វីឱ្យសោះនៅថ្ងៃនោះ។ សូមរកមនុស្សពេញវ័យណាម្នាក់ ឱ្យជួយធ្វើកិច្ចការផ្សេងៗជូនលោកអ្នក រហូតទាល់តែលោកបានជាសះស្បើយពេញលេញឡើងវិញ ដើម្បីជៀសវាងគ្រោះវិបត្តិ ដែលអាចកើតមានជាយថាហេតុ។ ប្រសិនបើលោកអ្នកមានកូនតូចៗដែលត្រូវថែរក្សា, សូមលោកអ្នករកនរណាម្នាក់ ឱ្យជួយមើលពួកវាជំនួសលោកអ្នក។ សូមកុំទៅធ្វើការ ឬធ្វើកិច្ចការផ្ទះសម្បែងណាធ្ងន់ៗឱ្យសោះ។ នៅថ្ងៃបន្ទាប់, លោកអ្នកអាចធ្វើការងារជាប្រក្រតីឡើងវិញបានហើយ។

ខ្វូលូណស់ខូភីកម្រនឹងបណ្តាលឱ្យកើតមានបញ្ហាណាស់ តែទោះជាយ៉ាងនេះក្តី លោកអ្នកក៏ត្រូវតែសម្គាល់មើល ខ្លាចក្រែងកើតមានបញ្ហាធំដុំណាមួយជាយថាហេតុ។ សូមទូរស័ព្ទទៅវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់លោកអ្នក ប្រសិនបើលោកអ្នកមានអាការឈឺពោះខ្លាំង, ឡើងកម្តៅនិងព្រឺរងាខ្លាំង, ឬធ្លាក់ឈាមខ្លាំងតាមទ្វារធំ។ នៅក្រោយខ្វូលូណស់ខូភី, លោកអ្នកអាចនឹងមានការធ្លាក់ឈាមបន្តិចបន្តួចអស់រយៈបីបួនថ្ងៃ។ ប្រសិនបើលោកអ្នកមានមន្ទិល ឬកង្វល់ក្នុងចិត្ត, សូមទូរស័ព្ទទៅការិយាល័យវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់លោកអ្នក។

ព័ត៌មានពិស្តារបន្ថែម

ប្រព័ន្ធបណ្ណាល័យវេជ្ជសាស្ត្រ Medline Plus ÷ www.nlm.nih.gov/medlineplus/colonoscopy.html

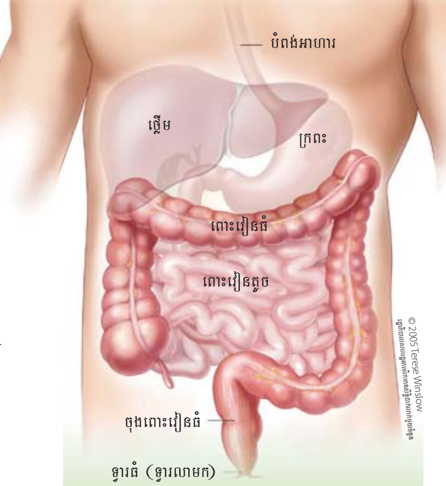
សេវាព័ត៌មានជម្ងឺមហារីក ÷ 1-800-4-cancer (1-800-422-6237)

អង្គការ Washington Colon Cancer STARS ÷ www.colonstars.org

ការិយាល័យវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់លោកអ្នក ÷ ______________________

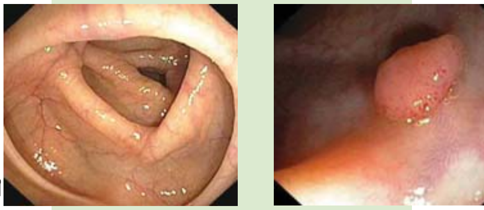
____

____



ខ្វូលូណស់ខូភីគឺជាការពិនិត្យមើលសុខភាពខាងក្នុងពោះវៀនធំ (ដែលភាសាអង់គ្លេសបឋមហៅថា colon និងមួងម្កាលហៅថា large intestine)។

អ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពនឹងពិនិត្យពោះវៀនធំរបស់លោកអ្នក ដើម្បីរករូហសិលាប្រាណ ដែលជាដុំសាច់ដុះក្នុងពោះវៀន ដែលអាចកកើតទៅជាជម្ងឺមហារីក។



ពោះវៀនធំដែលមានសណ្ឋាណស្អាតល្អ (នៅខាងឆ្វេង) ជួយអ្នកថែទាំសុខភាព ឱ្យអាចរកឃើញរូហសិលាប្រាណ (នៅខាងស្តាំ), ហើយដែលគេអាចកាត់យកចេញទាំងស្រុងនៅក្នុងអំឡុងពេលធ្វើខ្វូលូណស់ខូភី។

កម្មវិធីសុខភាព

ដោះ, មាត់ស្បូន, និងពោះវៀនធំ

ការជួយសង្គ្រោះជីវិតតាមរយៈការពិនិត្យរុករករោគសញ្ញាទាន់ពេល

CAMBODIAN
BCChp_ColonoscopyFS 11/2009

សេចក្តីណែនាំអំពីការត្រៀមសំអាតពោះវៀនធំ

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកជម្ងឺ ដែលត្រូវទទួលខូលូណស់ខូភីតាមរយៈការលាងសំអាតពោះវៀនធំ ដោយថ្នាំបញ្ចុះប្រភេទ GoLytely, NuLytely, TriLyte, HalfLytely ឬ Colyte Preparation។

វាគឺជាការសំខាន់ខ្លាំងណាស់ ដែលលោកអ្នកត្រូវតែអនុវត្តតាមវិធីលាងសំអាតខាងក្រោមនេះ ដើម្បីឱ្យវេជ្ជបណ្ឌិតអាចឆ្លុះមើលពោះវៀនធំរបស់លោកអ្នក ឃើញច្បាស់លាស់ល្អ។ ពោះវៀនធំរបស់លោកអ្នកត្រូវមានសភាពជ្រះស្អាតពីលាមកទាំងឡាយ។ ប្រសិនបើពោះវៀនធំរបស់លោកអ្នកមិនជ្រះស្អាតទេ, នោះលោកអ្នកអាចនឹងត្រូវធ្វើខូលូណស់ខូភីម្តងទៀត។

មួយអាទិត្យមុនពេលធ្វើខូលូណស់ខូភីរបស់លោកអ្នក

- ត្រូវឈប់ប្រើថ្នាំជំនួយជាតិដែកគ្រប់ប្រភេទ។
- ប្រសិនបើលោកអ្នកប្រើថ្នាំជំនួយធ្វើឱ្យឈាមរាវ, នោះលោកអ្នកត្រូវតែពិភាក្សាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់លោកអ្នក។

បីថ្ងៃមុនពេលធ្វើខូលូណស់ខូភីរបស់លោកអ្នក

- ត្រូវឈប់ទទួលទានអាហារដែលមានជាតិហ្វៃប៊ើរច្រើន (ជាតិសរសៃច្រើន) ដូចជានំប៉័ងដែលធ្វើពីម្សៅស្រូវសាលីឬអង្ករ, ពោតលីង, គ្រាប់ធញ្ញជាតិ, ផ្លែឈើឆៅ, បន្លែឆៅ និងគ្រាប់ណាត់។ លោកអ្នកអាចទទួលទានផ្លែឈើឆ្អិន និងបន្លែឆ្អិនបាន។
- ប្រសិនបើលោកអ្នកមានជម្ងឺទឹកនោមផ្អែម ហើយកំពុងប្រើថ្នាំអ៊ីនស៊ូលិន (ថ្នាំបំបែកជាតិស្ករ), នោះសូមពិគ្រោះជាមួយគ្រូពេទ្យជម្ងឺទឹកនោមផ្អែមរបស់លោកអ្នក ដើម្បីស្នើសុំការណែនាំអំពីរបៀបប្រើថ្នាំតាមកម្រិតត្រឹមត្រូវសម្រាប់ថ្ងៃ ដែលលោកអ្នកត្រូវពិនិត្យឆ្លុះមើលពោះវៀនធំរបស់លោកអ្នក។

មួយថ្ងៃមុនពេលធ្វើខូលូណស់ខូភីរបស់លោកអ្នក

នៅពេលព្រឹក ÷

លោកអ្នកអាចស្រស់ស្រូបអាហារពេលព្រឹក និងទទួលទានអាហារថ្ងៃត្រង់បន្តិចបន្តួចបាន ដូចជាយោហ្គឺត, នំប៉័ងអាំងមួយបន្ទះ, ស៊ុបមួយកូនកំប៉ុង, នំប៉័ងសែនវិចមួយចំហៀង, ឬស៊ុត។

នៅថ្ងៃរសៀល ÷

នៅក្រោយម៉ោង 12 ថ្ងៃត្រង់, លោកអ្នកអាចទទួលទានបានត្រឹមតែ**អាហារទឹកថ្លាៗ**ប៉ុណ្ណោះ (*សូមមើលខ្ទង់របារដែលនៅចំហៀង*)។

ចូរលាយថ្នាំបញ្ចុះសម្រាប់ការលាងសំអាតពោះវៀនធំ ទៅតាមសេចក្តីណែនាំលើស្លាក រួចហើយទុកវាក្នុងទូទឹកកកចំនួនពីរម៉ោង មុននឹងផឹកវា។ ចូរផឹកថ្នាំលាងពោះវៀនធំដោយប្រើបំពង់បឺត។ ការប្រើបំពង់បឺតធ្វើឱ្យងាយស្រួលផឹកជាង។ លោកអ្នកអាចបន្ថែមរសជាតិផ្សេងៗ ដែលគេបានផ្តល់ជាមួយនឹងកញ្ចប់ថ្នាំនេះ។ **ចូរកុំ**បន្ថែមរសជាតិទីទៃណាទៀតក្រៅពីរសជាតិដែលគេបានផ្តល់ជាមួយនឹងកញ្ចប់ថ្នាំនេះឱ្យសោះ។

នៅពេលល្ងាច ÷

នៅប្រហែលម៉ោង 5:00 ល្ងាច, ចូរផឹកថ្នាំបញ្ចុះ (*ថ្នាំ GoLytely, NuLytely, TriLyte, HalfLytely ឬ Colyte*)។ ចូរផឹកមួយកែវដែលមានចំណុះ 8 អោន នៅរៀងរាល់ដប់ប្រាំនាទីម្តង។ សម្រាប់ការធ្វើខូលូណស់ខូភីនៅពេលល្ងាច, ចូរផឹក 2 លីត្រពីល្ងាចម្សិល ហើយ 2 លីត្រនៅពេលព្រឹកនៃថ្ងៃដែលត្រូវធ្វើខូលូណស់ខូភី។ សម្រាប់ការធ្វើខូលូណស់ខូភីនៅពេលព្រឹក, ចូរផឹក 3 លីត្រពីយប់ម្សិល ហើយមួយលីត្រនៅពេលព្រឹកនៃថ្ងៃដែលត្រូវធ្វើខូលូណស់ខូភី។ ចូរឈប់ផឹកថ្នាំបញ្ចុះ 3 ម៉ោងមុនពេលធ្វើខូលូណស់ខូភីរបស់លោកអ្នក។

ប្រសិនបើលោកអ្នកចាប់ផ្តើមក្អួតចង្អោរ, ចូរឈប់ផឹកថ្នាំបញ្ចុះពី 20-30 នាទី ហើយបន្ទាប់មក, ចូរផឹកបញ្ចប់ថ្នាំបញ្ចុះ ដើម្បីលាងពោះវៀនរបស់លោកអ្នក។ ប្រសិនបើលោកមិនអាចបញ្ចប់ថ្នាំលាងពោះវៀនរបស់លោកអ្នកបានទេ, ចូរទូរស័ព្ទទៅការិយាល័យវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់លោកអ្នក។

បន្ទាប់ពីបានបញ្ចប់ការលាងពោះវៀនធំរួចហើយ, លោកអ្នកអាចបន្តទទួលទានអាហារទឹកថ្លាៗបាន រហូតទាល់តែនៅសល់ពីរម៉ោងមុនពេលណាត់របស់លោកអ្នក។ **ចូរកុំបរិភោគ ឬផឹកអ្វីឱ្យសោះ រហូតទាល់តែលោកអ្នកបានធ្វើតេស្តរបស់លោកអ្នករួចស្រេចបាច់។**

របបអាហារទឹកថ្លា

(អាហារទឹកទាំងឡាយណាដែលថ្លា អាចមើលឃើញថ្លុះទៅម្ខាងទៀត។)

វត្ថុទាំងនេះត្រូវបានអនុញ្ញាត ÷

- ទឹក
- ទឹកសាច់រំងាស់ថ្លាៗ ÷ សាច់គោ ឬសាច់មាន់
- ទឹកផ្លែឈើ ÷
    - ទឹកផ្លែប៉ោម ឬទឹកសៃឪរ
    - ទឹកផ្លែព្រូន
    - ទឹកផ្លែទំពាំងបាយជូរ
- ទឹកថៃង, ទឹកឃ្យូលអេដ (ដែលមិនមែនពណ៌ក្រហម)
- ទឹកក្រូចឆ្មា
- ទឹកសូដា
- ទឹកតែ
- ទឹកកាហ្វេ (ដោយគ្មានលាយក្រែម ឬទឹកដោះគោ)
- ទឹកសារាយអន្ទិលៗ (ដោយគ្មានលាយផ្លែឈើ)
- កាក្រែមផប់ស៊ីខុល (ដោយគ្មានលាយផ្លែឈើ ឬក្រែម)
- ទឹកកកអ៊ីតាលី
- លោកអ្នកអាចប្រើអំពិល, ម្រេច, និងស្ករ

វត្ថុទាំងនេះមិនត្រូវបានអនុញ្ញាតទេ ÷

- ទឹកដោះគោ
- ក្រែម
- ស៊ុបក្រែម
- ទឹកផ្លែឈើ ÷
    - ទឹកផ្លែប៉េងប៉ោះ
    - ទឹកផ្លែក្រូច
    - ទឹកផ្លែក្រូចថ្លុង
- ស៊ុបគ្រប់ប្រភេទក្រៅពីទឹកសាច់រងាស់ (broth)
- អាហារអូតមាល (oatmeal)
- ក្រែមស្រូវសាលី (Cream of Wheat)
- កុំទទួលទានវត្ថុរាវពណ៌ក្រហម

ខិត្តប័ណ្ណនេះមានបម្រើការជូនជាទម្រង់ផ្សេងៗទៅតាមសេចក្តីស្នើសុំ។ សូមទូរស័ព្ទទាក់ទងលេខ (206) 263-8200។ លេខទូរស័ព្ទនៃប្រព័ន្ធបន្តសារ TTY គឺ ÷ 711