ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਜਾਂਚ (ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ)

ਬੋਅਲ ਕੈਂਸਰ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਕੋਲੋਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਕੁਈਨਜ਼ਲੈਂਡ ਦੇ ਮਰਦਾਂ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਂਚ ਵਿਚ ਹੋਣ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕੈਂਸਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ।

ਲਗਭਗ 5% ਮਰਦ ਅਤੇ 3% ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ 75 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਅੰਤੜੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ 50 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਆਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਵੱਡੀ ਅੰਤੜੀ (ਕੋਲਨ ਜਾਂ ਗੁਦਾ) ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਕੈਂਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
ਇਸ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਕੋਲੋਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਿ ਇਹ ਕਿੱਥੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸਨੂੰ ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਾਰਨ ਅਤੇ ਜ਼ੋਖਮ ਦੇ ਕਾਰਕ

ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਸਹੀ ਕਾਰਨ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਖੋਜ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੁੱਝ ਕੁ ਜ਼ੋਖਮ ਵਾਲੇ ਕਾਰਕਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੱਧ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਜਾਂ ਜੀਪੀ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ।

ਜ਼ੋਖਮ ਕਾਰਕ

- **50 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ** - ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਮਰ 50 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਮਰ ਵਧਣ ਨਾਲ ਜ਼ੋਖਮ ਵੀ ਵਧਦਾ ਹੈ
- **ਪੌਲੀਪਸ** (ਗੰਢਾਂ)– ਅੰਤੜੀ ਵਿੱਚ ਪੌਲੀਪਸ ਹੋਣ ਦਾ ਪਿਛਲਾ ਇਤਿਹਾਸ
- **ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ** - ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੀ ਸੋਜਸ਼ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਰੋਹਨ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਜਾਂ ਅਲਸਰੇਟਿਵ ਕੋਲਾਈਟਿਸ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਜ਼ੋਖਮ ਕਾਫ਼ੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- **ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਦੇ ਕਾਰਕ** - ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਜ਼ਨ ਹੋਣਾ, ਲਾਲ ਮੀਟ ਜਾਂ ਪ੍ਰੋਸੈਸਡ ਮੀਟ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਲਾਮੀ ਜਾਂ ਹੈਮ ਖਾਣਾ, ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣਾ ਅਤੇ ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਕਰਨਾ।
- **ਮਜ਼ਬੂਤ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ** – ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਚੱਲਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਜਾਂ ਭੈਣ-ਭਰਾ) ਨੂੰ ਅੰਤੜੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਜ਼ੋਖਮ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- **ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰੀ ਇਤਿਹਾਸ** - ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ, ਅੰਡਕੋਸ਼ ਜਾਂ ਐਂਡੋਮੈਟਰੀਅਲ (ਬੱਚੇਦਾਨੀ) ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਪਿਛਲੀ ਰੋਗ ਜਾਂਚ ਅੰਤੜੀ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੇ ਜ਼ੋਖਮ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੀ ਹੈ
- **ਦੁਰਲੱਭ ਜੈਨੇਟਿਕ ਵਿਕਾਰ** - ਥੋੜ੍ਹੇ ਜਿਹੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਇੱਕ ਵਿਰਾਸਤੀ ਜੀਨ (ਫੈਮਿਲੀਅਲ ਐਡੀਨੋਮੇਟਸ ਪੌਲੀਪੋਸਿਸ (FAP) ਅਤੇ ਲਿੰਚ ਸਿੰਡਰੋਮ) ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਨੁਕਸਦਾਰ ਜੀਨ ਥੋੜ੍ਹੇ ਜਿਹੇ (ਲਗਭਗ 5-6%) ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ
- **ਇਨਸੂਲਿਨ ਦੇ ਪੱਧਰ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ** ਜਾਂ ਟਾਈਪ 2 ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗ

ਜਲਦੀ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਅਤੇ ਲੱਛਣ

ਇਸਦੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪੜਾਵਾਂ ਵਿੱਚ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਨਾ ਹੋਣ। ਰੋਗ ਦਾ ਛੇਤੀ ਪਤਾ ਲੱਗਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਜਾਂਚ (ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ) ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਟੱਟੀ (ਪੂ) ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਟਾਇਲਟ ਪੇਪਰ ਉੱਤੇ ਖ਼ੂਨ
- ਮਲ-ਤਿਆਗ ਦੀ ਆਦਤ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਸਤ, ਕਬਜ਼, ਜਾਂ ਥੋੜ੍ਹੀ-ਥੋੜ੍ਹੀ, ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਟੱਟੀ ਕਰਨੀ
- ਮਲ-ਤਿਆਗ ਦੀ ਦਿੱਖ ਜਾਂ ਇਕਸਾਰਤਾ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੱਟੀ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੰਗੀ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਟੱਟੀ ਵਿੱਚ ਬਲਗ਼ਮ ਆਉਣਾ)
- ਪੇਟ (ਢਿੱਡ) ਭਰਿਆ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਅਫ਼ਰੇਵਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਗੁਦਾ ਵਿੱਚ ਅਜੀਬ ਸੰਵੇਦਨਾ ਦਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ, ਅਕਸਰ ਮਲ-ਤਿਆਗ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮੇਂ
- ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਕਿ ਪੇਟ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖਾਲੀ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ
- ਬਗ਼ੈਰ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਭਾਰ ਘਟਣਾ
- ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਜਾਂ ਥਕਾਵਟ
- ਗੁਦਾ ਜਾਂ ਅੰਡਕੋਸ਼ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਗੁਦਾ ਜਾਂ ਅੰਡਕੋਸ਼ ਵਿੱਚ ਗੰਢ
- ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜਾਂ ਸੋਜ।
- ਲਾਲ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਘੱਟ ਗਿਣਤੀ (ਐਨੀਮੀਆ), ਜੋ ਥਕਾਵਟ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ
- ਦੁਰਲੱਭ, ਮਲ ਤਿਆਗ ਵਿੱਚ ਬੰਨ੍ਹ ਪੈਣਾ

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਾਰਕ ਹਨ ਜੋ ਮਲ-ਤਿਆਗ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਖ਼ੂਨ ਵਹਿਣਾ ਆਮ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂਚ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

cancerqld.org.au/lifestyle6

ਜਨਵਰੀ 2023 ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ
BOWEL CANCER SCREENING

LIFESTYLE 6 Reduce your risk
An initiative of Cancer Council Queensland

ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਜਾਂਚ (ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ)

ਫੇਕਲ ਓਕਲਟ ਬਲੱਡ ਟੈਸਟ (FOBT) ਕਿੱਟਾਂ

ਕੈਂਸਰ ਕੌਂਸਲ ਕੁਈਨਜ਼ਲੈਂਡ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ 50 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਹਰ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਫੇਕਲ ਓਕੱਲਟ ਬਲੱਡ ਟੈਸਟ (FOBT) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। FOBT ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਜਾਂਚ ਦਾ ਸਾਧਨ (ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੂਲ) ਹੈ।

FOBT ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਮਲ-ਤਿਆਗ ਵਿੱਚ ਲੁਕੇ ਹੋਏ ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਨੈਸ਼ਨਲ ਬੋਅਲ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (NBCSP) ਇਸ ਟੈਸਟ ਲਈ ਯੋਗ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਤੇਜ਼ ਅਤੇ ਆਸਾਨ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਿੱਟ ਭੇਜਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਿੱਟ ਵਿੱਚ FOBT ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਿੱਟ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਟੈਸਟ ਨੂੰ ਘਰ ਬੈਠਕੇ ਹੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

50 ਤੋਂ 74 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਯੋਗ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆਈ ਲੋਕਾਂ (ਬਗ਼ੈਰ ਲੱਛਣਾਂ ਵਾਲਿਆਂ) ਨੂੰ ਹਰ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਅੰਤੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। NBCSP ਦਾ ਟੀਚਾ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਜਾਂਚ ਦੁਆਰਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਨਾਲ ਘਟਾਉਣਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਤਹਿਤ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਵਿਕਲਪਾਂ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਜਨਰਲ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ (GP) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਡਾ GP ਫੇਕਲ ਓਕੱਲਟ ਬਲੱਡ ਟੈਸਟ (FOBT) ਕਰਨ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਮੈਡੀਕੇਅਰ ਰਾਹੀਂ ਲਾਭ ਲੈਣ ਲਈ ਯੋਗ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਪੈਥੋਲੋਜੀਆਂ ਇਸ ਟੈਸਟ ਨੂੰ ਬਲਕ ਬਿੱਲ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਸ ਕਿੱਟ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਹੋਰ ਵਿਕਲਪ ਹਨ:

- ਕੁੱਝ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ 'ਤੇ ਇਹ FOBT ਕਿੱਟ ਆਮ ਖ਼ਰੀਦ ਲਈ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
- ਕੁੱਝ ਪੈਥੋਲੋਜੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਇੱਕ ਕਿੱਟ ਖ਼ਰੀਦਣ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਵਿਕਲਪ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

FOBT ਕਿੱਟ ਖ਼ਰੀਦਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਆਪਣੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਜ਼ੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਓ

ਕੁੱਝ ਗੱਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੇ ਜ਼ੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਗਰਮ ਹੋਣਾ
- ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਜ਼ਨ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ
- ਪ੍ਰੋਸੈਸਡ ਮੀਟ ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਘਟਾਉਣਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਲਾਮੀ ਜਾਂ ਹੈਮ
- ਲਾਲ ਮੀਟ ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਘਟਾਉਣਾ
- ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣਾ ਘਟਾਉਣਾ
- ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਨਾ ਕਰਨਾ
- ਸਾਬਤ ਅਨਾਜ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਖ਼ੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਫਾਈਬਰ, ਅਤੇ ਡੇਅਰੀ ਭੋਜਨ ਖਾਣਾ।

ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਸਪਰੀਨ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਅੰਤੜੀ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੇ ਜ਼ੋਖਮ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਦੀ ਹੈ।