सर्वीकल कैंसर को रोकने में मदद

www.screeningservices.org

इस पर्चे का उद्देश्य आपको ऐसी जानकारी देना है जो सर्वीकल कैंसर की रोकथाम करने में आपकी मदद कर सकती है। आप नियमित रूप से सर्वीकल स्क्रीनिंग (टैस्ट) करवाने के लिए जाकर इस कैंसर के शुरू होने के ख़तरे को कम कर सकती हैं।

"पूरे वेल्ज़ में स्त्रियाँ यह काम कर रही हैं।"

यदि आपकी उम्र 26 और 64 वर्ष के बीच में है, तो हम आपको हर तीन वर्ष के बाद स्मीयर टैस्ट के लिए बुलाएंगे।

Version 1.0 मार्च 09

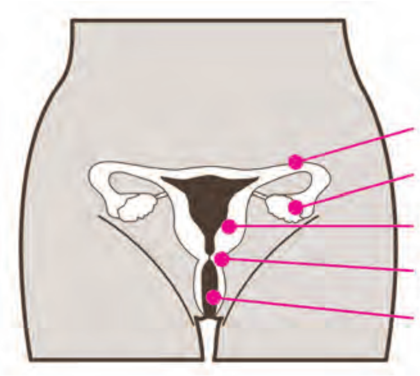
35 वर्ष से कम उम्र की स्त्रियों को होने वाले कैंसरों का दूसरा सबसे बड़ा कारण सर्वीकल कैंसर है, परंतु यह हर उम्र की स्त्रियों को हो सकता है।

वेल्ज़ में ऐन ऐच ऐस के सर्वीकल स्क्रीनिंग प्रोग्राम की ज़िंमेदारी हमारी **(सर्वीकल स्क्रीनिंग वेल्ज़)** की है।

आपको क्या मालूम होना चाहिए

- सर्वीकल स्क्रीनिंग को 'स्मीयर टैस्ट' कहते हैं।
- सर्वीकल स्मीयर कैंसर की पहचान करने के लिए **नहीं** किया जाता। इसका उद्देश्य कैंसर के शुरू होने को रोकना है, परंतु कई बार यह कैंसर की पहचान भी कर लेता है।
- स्मीयर टैस्ट से सैलों में असाधारण परिवर्तनों की पहचान की जाती है, जिन परिवर्तनों का कारण प्रायः ह्यूमन पैपीलोन वायरस (ऐच पी वी) होते हैं।
- कैंसर पैदा करने वाले ऐच पी वी संभोग के समय एक व्यक्ति से दूसरे तक चले जाते हैं।
- ऐच पी वी सर्वीकल सैलों में परिवर्तन करते हैं, जिनसे सर्वीकल कैंसर बन सकता है।
- 12 से 13 वर्ष तक की उम्र की लड़कियों को कुछ प्रकार के ऐच पी वी वायरसों से बचाने के लिए उन्हें इंजेक्शन दिए जा सकते हैं। 18 वर्ष तक की उम्र की बड़ी लड़कियों को ये इंजेक्शन कैच-अप प्रोग्राम के अंतर्गत लगाए जाएंगे।

सर्विक्स क्या है?



आपके गर्भाशय (जिसे यूटेरस भी कहते हैं) के नीचे वाले भाग का नाम सर्विक्स है। (सर्विक्स को "गर्भाशय की गर्दन" भी कहते हैं)। सर्विक्स योनी के ऊपर वाले भाग से जुड़ा होता है।

सर्वीकल कैंसर

आपके सर्विक्स में असाधारण सैलों से सर्वीकल कैंसर बन सकता है।

सर्वीकल कैंसर शरीर के अन्य भागों में फैल सकता है।

कुछ ऐच पी वी वायरस सर्वीकल कैंसर का मुख्य कारण हैं। यदि आप सिग्रेट पीती हैं तो आपको सर्वीकल कैंसर होने का ख़तरा अधिक हो सकता है।

स्मीयर टैस्ट क्या है?

स्मीयर टैस्टों द्वारा सैलों के नमूने लेकर सर्विक्स की सेहत के बारे में पता किया जाता है। यह टैस्ट सरल है और शीघ्र किया जा सकता है, और इससे दर्द नहीं होता। परंतु कुछ स्त्रियों को इससे कुछ बेआरामी होती है। यदि असाधारण दिखाई पड़ने वाले सैल मिलें, तो सर्वीकल कैंसर को रोकने के लिए आपको इलाज करवाने की ज़रूरत हो सकती है।

स्मीयर टैस्ट के लिए जाना ज़रूरी क्यों है?

स्मीयर टैस्ट करवाने के लिए नियमित रूप से जाते रहने से 75% केसों में सर्वीकल कैंसर का शुरू होना रोका जा सकता है, परंतु अन्य स्क्रीनिंग टैस्टों की तरह, यह टैस्ट भी 100% विश्वसनीय नहीं है।

टैस्ट किस ढंग से किया जाएगा?

स्मीयर टैस्ट के लिए आपकी बारी आने पर, हम आपको बुलाएंगे। आपकी स्थानीय सर्जरी या सेक्सुअल हेल्थ क्लिनिक में कोई डाक्टर या नर्स यह टैस्ट करेगी। टैस्ट करने के वाली स्पैकुलम नाम वाली वस्तु आपकी योनी में डालकर आपके सर्विक्स को देखेगी। वह छोटे से ब्रुश से सैलों का नमूना लेगी जो माईक्रोस्कोप के नीचे रख कर देखने के लिए लेबारेटरी को भोजा जाएगा।

मुझे स्मीयर क्यों करवाना चाहिए?

- यदि आपकी उम्र 20 और 64 वर्ष के बीच है, तो हम आपको हर तीन वर्ष बाद स्मीयर टैस्ट के लिए बुलाएंगे। यदि आपकी उम्र 64 वर्ष या अधिक है, तो आपका स्मीयर टैस्ट तभी हो सकता है कि यदि आपने यह टैस्ट पहले कभी नहीं करयाया है।
- यदि आप पूरी तरह से कुंवारी हैं (यानि आपने कभी संभोग नहीं किया) या आप विपरीत-लिंगी या समलिंगी संबंध में हैं, तब भी आपको हम जब बुलाएं आपको आना चाहिए।

ऐच पी वी वैक्सीन

ऐच पी वी वैक्सीन का इंजेक्शन 12 से 13 वर्ष तक की उम्र की लड़कियों को स्कूल इंम्युनाईज़ेशन प्रोग्राम के अंतर्गत लगाया जा सकता है। इस वैक्सीन के बारे में अधिक जानकारी आप ऐन ऐच ऐस इंम्युनाईज़ेशन वेबसाईट से लें (अधिक जानकारी सफ़ा 7 पर देखें)।

यदि आपने ऐच पी वी वैक्सीन लगवाई भी थी, तो भी यह ज़रूरी है कि जब हम आपको स्मीयर टैस्ट के लिए बुलाएं, तो आपको आना चाहिए।

सर्वीकल कैंसर उन स्त्रियों को अधिक होता है जो –

- बुलाने पर स्मीयर टैस्ट के लिए नहीं आतीं
- कई साथियों के साथ संभोग करती हैं, (या ऐसे साथी के साथ संभोग करती हैं जो आगे कई स्त्रियों से संभोग करता है)
- कौंडोम का उपयोग नहीं करतीं, या
- सिग्रेट पीती हैं।

कोई स्त्री स्वंय अपनी मदद कैसे कर सकती है?

सर्वीकल कैंसर के लक्षण सदैव ही शुरू में प्रकट नहीं होते, इस लिए नियमित रूप से स्मीयर टैस्ट करवाते रहना ज़रूरी है। यदि इन लक्षणों में से कोई आपमें दिखाई पड़ें, तो डाक्टर के पास जाना ज़रूरी है, चाहे आपके स्मीयर टैस्ट के परिणाम सामान्य भी रहे हों।

- योनी में से असाधारण सा तरल आना
- मासिक धर्म के दिनों के बीच में भी ख़ून आना
- संभोग के समय या संभोग के बाद ख़ून निकलना
- मासिक धर्म बंद होने के बाद भी ख़ून आता रहना

स्मीयर टैस्ट – **करवा लें।**

जानकारी और सलाह लेने के लिए, ये वेबसाईटें पढ़ें।

सर्वीकल स्क्रीनिंग वेल्ज़
www.screeningservices.org/csw

ऐन ऐच ऐस सर्वीकल स्क्रीनिंग
www.cancerscreening.nhs.uk

टेल्ल हर
www.tellher.com

जो ́ज़ ट्रस्ट
www.jotrust.co.uk

ऐन ऐच ऐस इंम्यूनाईज़ेशन इन्फ़र्मेशन
www.immunisation.nhs.uk/hpv

कैंसर रिसर्च यू के
www.cancerresearchuk.org

बीटिंग सर्वीकल कैंसर
new.wales.gov.uk/beatingcervicalcancer/home

Crystal Mark 18119 Clarity approved by Plain English Campaign