सर्वाइकल स्क्रीनिंग टेस्ट

सर्वाइकल कैंसर उन कैंसरों में से एक है जिससे बचा जा सकता है। सर्वाइकल कैंसर से खुद को बचाने का सबसे अच्छा तरीका नियमित रूप से सर्विकल जाँच करवाना है।

सर्वाइकल स्क्रीनिंग टेस्ट क्या है?

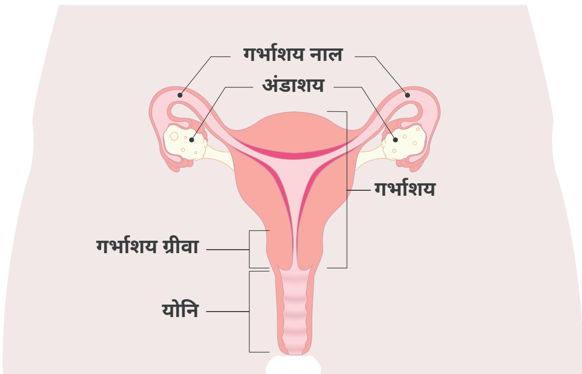
सर्वाइकल स्क्रीनिंग टेस्ट में आपके गर्भाशय ग्रीवा के स्वास्थ्य की जाँच की जाती है। डॉक्टर या नर्स आपके गर्भाशय ग्रीवा से एक स्वैब का इस्तेमाल करके - जो पैप स्मीयर जैसा होता है - एक छोटा सा सैंपल लेंगे और ह्यूमन पैपिलोमावायरस (एचपीवी) के लिए इसकी जाँच करेंगे।

एचपीवी एक आम वायरस है जो आपके गर्भाशय ग्रीवा में कोशिकाओं को बदल सकता है। यह सर्वाइकल कैंसर का सबसे आम कारण है।

एचपीवी वाले अधिकांश लोगों में लक्षण नहीं दिखाई देते हैं, इसलिए जाँच (स्क्रीनिंग) बहुत महत्वपूर्ण है।

यदि आपकी जाँच से पता चलता है कि आपको एचपीवी है, तो एचपीवी से सर्वाइकल कैंसर को विकसित होने में आमतौर पर 10 वर्ष या अधिक समय लगता है। एचपीवी संक्रमण का सर्वाइकल कैंसर बनना काफी दुर्लभ है।

महिला प्रजनन प्रणाली का चित्र



क्या आपको सर्वाइकल स्क्रीनिंग टेस्ट करवाने की आवश्यकता है?

आपको सर्वाइकल स्क्रीनिंग टेस्ट करवाने की आवश्यकता है यदि आप:

- गर्भाशय ग्रीवा वाली महिला या व्यक्ति हैं
- आपकी आयु 25 से 74 वर्ष की है
- कभी किसी अन्य व्यक्ति के साथ यौन संबंध बनाया है चाहे वे किसी भी लिंग या यौन पहचान के हों।

जाँच करवाना महत्वपूर्ण है, भले ही आपको एचपीवी का टीका लग चुका हो। हालांकि एचपीवी वैक्सीन अत्यधिक प्रभावी है, लेकिन यह सभी एचपीवी संक्रमणों को नहीं रोक पाती है।

आपको कितनी बार सर्वाइकल स्क्रीनिंग टेस्ट कराने की आवश्यकता है?

आपको 25 से 74 वर्ष की आयु के बीच हर पांच साल में एक बार टेस्ट करवाना होगा।

हर पाँच साल में स्क्रीनिंग करवाना काफी सुरक्षित है। ऐसा इसलिए है क्योंकि हर दो साल में टेस्ट करने का पुराना तरीका (पैप स्मीयर) केवल सर्वाइकल कोशिकाओं में परिवर्तन का परीक्षण करता है। एचपीवी के लिए नए सर्विकल स्क्रीनिंग टेस्ट, जो सर्वाइकल कोशिकाओं में बदलाव ला सकते हैं इससे पहले ही परिवर्तनों का पता लगाने में मदद मिलती है।

आप सर्वाइकल स्क्रीनिंग टेस्ट कहाँ से करवा सकते हैं?

सर्वाइकल स्क्रीनिंग टेस्ट डॉक्टर्स के क्लीनिक, स्वास्थ्य केंद्रों और परिवार नियोजन क्लीनिक्स पर करवाए जा सकते हैं।

सर्विकल स्क्रीनिंग टेस्ट कैसे किया जाता है?

यदि कोई स्वास्थ्य सेवा प्रदाता सैंपल लेता है

यदि आपका स्वास्थ्य सेवा प्रदाता टेस्ट करता है, तो आपको कमर के नीचे अपने कपड़े उतारने होंगे और अपने घुटनों को अलग करते हुए अपनी पीठ के बल लेटना होगा। आपको खुद को ढकने के लिए एक चादर दी जाएगी।

वे आपकी योनि में धीरे से एक स्पेकुलम (बत्तख के बिल के आकार का उपकरण) डालेंगे और आपके गर्भाशय ग्रीवा से कोशिकाओं का एक नमूना लेने के लिए एक छोटे ब्रश का उपयोग करेंगे। यह अजीब लग सकता है, लेकिन इससे दर्द नहीं होना चाहिए। आप चाहें तो किसी महिला स्वास्थ्य सेवा प्रदाता की माँग कर सकते हैं।

यदि आप अपना स्वयं का सैंपल लेती हैं (स्वयं का सैंपल लेना)

यदि आप यह चुनती हैं कि आप अपना सैंपल स्वयं लें, तो आपको यह अपने स्वास्थ्य केंद्र पर करना होगा। आपका स्वास्थ्य सेवा प्रदाता यह बताएगा कि टेस्ट कैसे करना है। आप इसे एकांत में कर सकती हैं या उनसे मदद माँग सकती हैं।

स्वयं सैंपल लेने के लिए, आप अपनी योनि में एक स्वाब डालती हैं। आपको स्वाब को धीरे से 10 से 30 सेकंड के लिए गोलाकार घुमाना होता है। आपको असहजता हो सकती है, लेकिन इससे दर्द नहीं होना चाहिए। उसके बाद आप अपनी योनि से स्वाब को निकाल दें और उसे वापस दी की गई पैकेजिंग में रख दें।

स्वयं का सैंपल लेना उतना ही सुरक्षित और सटीक है जितना कि किसी स्वास्थ्य सेवा प्रदाता द्वारा आपका सैंपल लेना।

आपके टेस्ट के बाद क्या होता है?

आपका सैंपल लेने के बाद, इसे जाँचने के लिए एक प्रयोगशाला में भेजा जाता है।

यदि आपके टेस्ट में एचपीवी नहीं निकलता है, तो आप अपने अगले टेस्ट के लिए पांच साल तक प्रतीक्षा कर सकती हैं।

यदि आपके टेस्ट एचपीवी निकलता है, तो आपका स्वास्थ्य सेवा प्रदाता आपसे इस बारे में बात करेगा कि आपको आगे क्या करना होगा। आपका परिणाम नेशनल कैंसर स्क्रीनिंग रजिस्टर (एनसीएसआर) में जाएगा। यह सेवा आपको इस बात का रिमाइंडर भी भेजेगी कि आपका अगला टेस्ट कब होगा।

अपने डॉक्टर से कब मिलें

यदि आपको इस बारे में पक्का नहीं पता है कि आपका अगला सर्वाइकल स्क्रीनिंग टेस्ट कब होगा, तो अपने डॉक्टर या स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से मिलें।

यदि आपको योनि से रक्तस्त्राव होता है, योनि में दर्द होता है या उससे बहाव होता है, तो तुरंत अपने डॉक्टर के पास जाएँ। ध्यान दें, यदि आपमें इनमें से कोई भी लक्षण दिखाई देते हैं, तो खुद सैंपल लेने का सुझाव नहीं दिया जाता है।

और अधिक जानकारी, संसाधनों और संदर्भों के लिए jeanhailes.org.au/health-a-z/health-checks/cervical-screening-test **पर जाएँ**

Jean Hailes for Women's Health

फ़ोन नंबर: 03 9453 8999

jeanhailes.org.au

महिलाओं के स्वास्थ्य के लिए जीन हेल्स (Jean Hailes) ऑस्ट्रेलियाई सरकार के समर्थन के लिए आभार व्यक्त करता है।

मई 2023 को अपडेट किया गया

अस्वीकरण: यह जानकारी चिकित्सा सलाह की जगह नहीं लेती है। यदि आप अपने स्वास्थ्य के बारे में चिंतित हैं, तो अपने डॉक्टर या स्वास्थ्य सेवा टीम से बात करें।

हम विविध पृष्ठभूमि, अनुभव और पहचान वाले लोगों के लिए स्वास्थ्य की जानकारी के बारे में लिखते हैं। हम 'महिला' शब्द का उपयोग करते हैं, लेकिन हम स्वीकार करते हैं कि इस शब्द में, हमारी सामग्री का उपयोग कर सकने वाले सभी लोग समावेशित नहीं हैं।

© महिला स्वास्थ्य 2023 के लिए जीन हेल्स