

ग्रीवा (सर्विकल) स्क्रीनिंग टेस्ट

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

ग्रीवा (सर्विकल) स्क्रीनिंग टेस्ट क्या है?

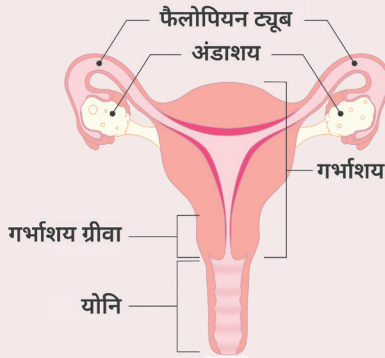
ग्रीवा (सर्विकल) स्क्रीनिंग टेस्ट में आपके गर्भाशय ग्रीवा के स्वास्थ्य की जाँच की जाती है। यह जाँच पैप स्मीयर की तरह ही है, लेकिन इसमें विशेष रूप से ह्यूमन पेपिलोमावायरस (एचपीवी) की जाँच की जाती है।

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

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

यदि आपके परीक्षण से पता चलता है कि आपको एचपीवी है, तो एचपीवी को गर्भाशय ग्रीवा के कैंसर में विकसित होने में आमतौर पर 10 वर्ष या अधिक समय लगता है। एचपीवी संक्रमण का सर्विकल कैंसर बनना काफी दुर्लभ है।

महिला प्रजनन प्रणाली का चित्र



क्या आपको सर्विकल स्क्रीनिंग टेस्ट करवाने की आवश्यकता है?

आपको सर्विकल 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, यह सभी एचपीवी संक्रमणों को नहीं रोकता है।

आपको कितनी बार सर्विकल स्क्रीनिंग टेस्ट कराने की आवश्यकता है?

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

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

आप सर्विकल स्क्रीनिंग टेस्ट कहाँ से करवा सकते हैं?

सर्विकल स्क्रीनिंग टेस्ट डॉक्टर के क्लीनिक, स्वास्थ्य केंद्रों और परिवार नियोजन क्लीनिक में उपलब्ध हैं।

सर्विकल स्क्रीनिंग टेस्ट कैसे किया जाता है?

आपका स्वास्थ्य सेवा प्रदाता एक नमूना लेता है

यदि आपका स्वास्थ्य सेवा प्रदाता परीक्षण 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 भी दी जाएगी।

वे आपकी योनि में धीरे से एक स्पेकुलम (डक-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।

आप अपना स्वयं का नमूना लें (स्वयं नमूना लेना)

यदि आप यह चुनते हैं कि आप अपना नमूना स्वयं लें, तो आपको यह अपने स्वास्थ्य केंद्र पर करना होगा। आपका स्वास्थ्य सेवा प्रदाता यह बताएगा कि परीक्षण कैसे करना है। आप इसे एकांत में कर सकते हैं या उनसे मदद माँग सकते हैं। स्वयं नमूना लेने में आप अपनी योनि में एक स्वाब डालते 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। आप अपनी योनि से स्वाब को निकाल दें और उसे वापस दी की गई पैकेजिंग में रख दें।

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

आपके परीक्षण के बाद क्या होता है?

आपका नमूना लेने के बाद, इसे परीक्षण के लिए एक प्रयोगशाला में भेजा जाता है।

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

यदि आपके परीक्षण 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 रिमाइंडर भी भेजेगी कि आपका अगला परीक्षण कब होगा।



अपने डॉक्टर से कब मिला जाए

यदि आपको असामान्य योनि रक्तस्राव, दर्द या स्राव है, तो स्वयं नमूना लेने का सुझाव नहीं दिया जाता। यदि आपको इनमें से कोई भी लक्षण है, तो अपने डॉक्टर या स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से बात करें।

यदि आपने पहले ही एचपीवी वैक्सीन नहीं लगवाई है तो इस बारे में अपने डॉक्टर से बात करें।

ज्यादा जानकारी के लिए, यहाँ जाएं

jeanhailes.org.au/health-a-z/health-checks/cervical-screening-test

अगस्त 2022 को अपडेट किया गया

यह तथ्य पत्रक सूचनात्मक और शैक्षिक होने के लिए तैयार किया गया है। इसका उद्देश्य विशिष्ट चिकित्सा सलाह प्रदान करना या आपके चिकित्सक से सलाह की जगह लेना नहीं है।

महिलाओं के स्वास्थ्य के लिए जीन हेल्स कृतज्ञतापूर्वक ऑस्ट्रेलियाई सरकार की सहायता का धन्यवाद करते हैं।

© Jean Hailes for Women's Health 2022

जीन हेल्स महिलाओं के स्वास्थ्य के विषय पर एक व्यापक और समावेशी दृष्टिकोण अपनाते हैं। सभी महिलाओं, लड़कियों और लिंग-विविध लोगों को संदर्भित करने के लिए इस संसाधन में 'महिला' और 'लड़कियाँ' शब्द का उपयोग किया गया है।

Jean Hailes
FOR WOMEN'S HEALTH

फोन 03 9453 8999

jeanhailes.org.au