

ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ

ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦਾ (ਸਰਵਾਈਕਲ) ਕੈਂਸਰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਰੋਕਥਾਮ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ। ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਬਕਾਇਦਾ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੈ।

ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਕੀ ਹੈ?

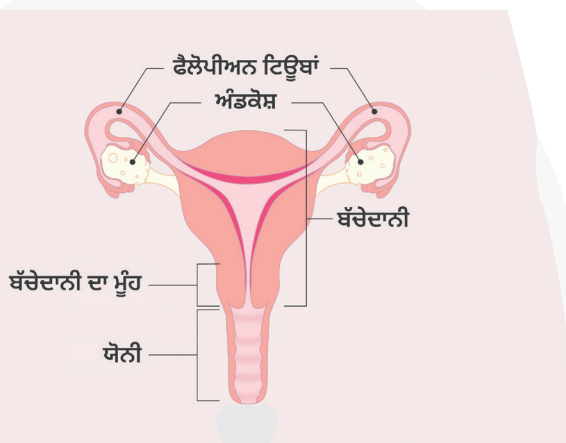
ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਟੈਸਟ ਪੈਪ ਸਮੀਅਰ ਵਾਂਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਪੈਪੀਲੋਮਾਵਾਇਰਸ (HPV) ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਦਾ ਹੈ।

HPV ਇੱਕ ਆਮ ਵਾਇਰਸ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਅੰਦਰਲੇ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਮ ਕਾਰਨ ਹੈ।

HPV ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਇਸਦੀ ਜਾਂਚ (ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ) ਕਰਵਾਉਣੀ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਟੈਸਟ ਵਿੱਚ ਇਹ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ HPV ਹੈ, ਤਾਂ HPV ਨੂੰ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਬਣਨ ਲਈ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 10 ਜਾਂ ਇਸਤੋਂ ਵੱਧ ਸਾਲ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। HPV ਦੀ ਲਾਗ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਬਦਲਦੀ ਹੈ।

ਔਰਤ ਦੀ ਪੁਜਨਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਚਿੱਤਰ



ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ:

- ਔਰਤ ਹੋ ਜਾਂ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋ
- 25 ਤੋਂ 74 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਹੋ
- ਲਿੰਗੀ-ਪਛਾਣ ਜਾਂ ਜਿਨਸੀ ਰੁਝਾਨ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਕੀਤੇ ਬਗ਼ੈਰ, ਕਦੇ ਵੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਸਰੀਰਕ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾਏ ਹਨ।

ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣਾ ਅਹਿਮ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡਾ HPV ਲਈ ਟੀਕਾਕਰਨ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ। ਹਾਲਾਂਕਿ HPV ਵੈਕਸੀਨ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ HPV ਲਾਗਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਰੋਕਦੀ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਤੁਹਾਨੂੰ 25 ਅਤੇ 74 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹਰ ਪੰਜ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਹਰ ਪੰਜ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਹਰ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਦਾ ਪੁਰਾਣਾ ਤਰੀਕਾ (ਪੈਪ ਸਮੀਅਰ) ਸਿਰਫ਼ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਆਈਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਲਈ ਜਾਂਚ ਕਰਦਾ ਸੀ। HPV ਲਈ ਇਹ ਨਵਾਂ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ, ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿੱਥੇ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਾ ਪਹਿਲਾਂ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਕਿੱਥੇ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਕਲੀਨਿਕਾਂ, ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਕਲੀਨਿਕਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਜਾਂਚ ਲਈ ਨਮੂਨਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਟੈਸਟ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਕ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਆਪਣੇ ਕੱਪੜੇ ਉਤਾਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਗੋਡਿਆਂ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਆਪਣੀ ਪਿੱਠ ਭਾਰ ਲੇਟਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਢੱਕਣ ਲਈ ਇੱਕ ਚਾਦਰ ਵੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਨੀ ਵਿੱਚ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਇੱਕ ਸਪੇਕੂਲਮ (ਬੱਤਖ ਵਰਗਾ ਯੰਤਰ) ਪਾਉਣਗੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚੋਂ ਸੈੱਲਾਂ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਲਈ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਬੁਰਸ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਗੇ। ਇਸ ਨਾਲ ਅਜੀਬ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਨਾਲ ਦਰਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਮਹਿਲਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵੀ ਨਮੂਨਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ (ਆਪ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣਾ)

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਆਪ ਲੈਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਸਮਝਾਵੇਗਾ ਕਿ ਟੈਸਟ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਗੁਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮੱਦਦ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਆਪ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਯੋਨੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਫੰਬਾ ਪਾਉਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ 10 ਤੋਂ 30 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਫੰਬੇ ਨੂੰ ਗੋਲ-ਗੋਲ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਘੁੰਮਾਓ। ਇਸ ਨਾਲ ਅਸਹਿਜ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਨਾਲ ਦਰਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਫੰਬੇ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢਕੇ, ਇਸਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਪੈਕੇਟ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਰੱਖੋ।

ਆਪ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣਾ ਓਨਾ ਹੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਹੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਿਸੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੁਆਰਾ ਤੁਹਾਡਾ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡਾ ਨਮੂਨਾ ਲਏ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਇਸਨੂੰ ਜਾਂਚ ਲਈ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਵਿੱਚ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਟੈਸਟ HPV ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਨਹੀਂ ਦਿਖਾਉਂਦਾ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਗਲੇ ਟੈਸਟ ਲਈ ਪੰਜ ਸਾਲ ਉਡੀਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਟੈਸਟ HPV ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੱਗੇ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਨਤੀਜੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਰਜਿਸਟਰ (NCSR) ਵਿੱਚ ਜਾਣਗੇ। ਇਹ ਸੇਵਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਰੀਮਾਈਂਡਰ (ਯਾਦ-ਪੱਤਰ) ਵੀ ਭੇਜੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਅਗਲਾ ਟੈਸਟ ਕਦੋਂ ਹੋਣਾ ਹੈ।



ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਮਿਲਣਾ ਹੈ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੂਨ ਵਹਿ ਰਿਹਾ, ਦਰਦ ਜਾਂ ਡਿਸਚਾਰਜ (ਪਾਣੀ ਰਿੱਸਣਾ) ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਰਵਾਈ ਹੋਈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ HPV ਵੈਕਸੀਨ ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇੱਥੇ ਜਾਓ:

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

ਅਗਸਤ 2022 ਨੂੰ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ

ਇਹ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟ ਜਾਣਕਾਰੀ ਭਰਪੂਰ ਹੋਣ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਮਕਸਦ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰੀ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਜੀਨ ਹੇਲਸ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆਈ ਸਰਕਾਰ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰਦੀ ਹੈ।

© Jean Hailes for Women's Health 2022

ਜੀਨ ਹੇਲਸ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਆਪਕ ਅਤੇ ਸੰਮਿਲਿਤ ਪਹੁੰਚ ਅਪਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਸਾਰੀਆਂ ਔਰਤਾਂ, ਕੁੜੀਆਂ ਅਤੇ ਲਿੰਗ-ਵਿਭਿੰਨ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਇਸ ਸਰੋਤ ਵਿੱਚ 'ਔਰਤਾਂ' ਅਤੇ 'ਕੁੜੀਆਂ' ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

Jean Hailes
FOR WOMEN'S HEALTH

ਫ਼ੋਨ 03 9453 8999

jeanhailes.org.au