

سروایکل اسکریٹنگ کو سمجھنا۔



یہ گائیڈ مانچسٹر میں رہنے والی پاکستانی خواتین نے ترتیب دیا ہے۔

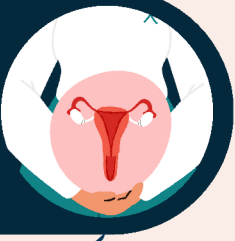
پیش لفظ

یہ گائیڈ آنسر کینسر کی طرف سے مہیا کی جانے والی ورکشاپ کے نتیجے میں، پاکستانی خواتین کی بصیرت کے ذریعے تیار کی گئی ہے جو ونگٹن اور اولڈ موٹ ایریا میں اور اس کے آس پاس رہتی ہیں اور اسے بولی فٹ ایکٹو C.I.C نے مینجسٹر لوکل کیئر آرگنائزیشن اور گریٹر مینجسٹر NHS کے تعاون سے تیار کیا ہے۔

سروائیگل اسکریننگ۔

السلام علیکم بہنوں، یہاں کچھ چیزیں ہیں جو آپ سروائیگل اسکریننگ کے بارے میں جاننا چاہیں گے: سروائیگل اسکریننگ 25 سے 64 سال کی عمر کے درمیان گریوا (بچے دانی کا منہ) والے کسی بھی شخص کو پیش کی جاتی ہے۔ اگر آپ اس عمر کی حد میں ہیں، تو آپ کے گریوا (بچے دانی کے منہ) کی صحت کی جانچ کرنے کے لیے آپ کو گریوا (بچے دانی کے منہ) کی اسکریننگ کے لیے خط کے ذریعے ایک دعوت نامہ موصول ہوگا، جسے سمیرٹسٹ بھی کہا جاتا ہے۔

سروائیکل اسکریننگ کیا ہے؟



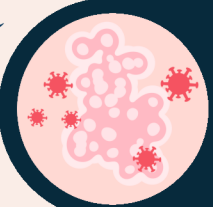
سروائیکل اسکریننگ اپنے آپ کو سروائیکل کینسر سے بچانے کے بہترین طریقوں میں سے ایک ہے۔

سروائیکل اسکریننگ سروائیکل کینسر کا ٹیسٹ نہیں ہے، یہ ہیومن پیپیلوما وائرس کی موجودگی کا ٹیسٹ ہے۔ اس وائرس کی موجودگی بعض اوقات گریوا (بچے دانی کا منہ) کے اندر خلیوں میں تبدیلیوں کا سبب بن سکتی ہے جو کہ اگر علاج نہ کیا جائے تو کینسر میں تبدیل ہو سکتے ہیں۔ گریوا (بچے دانی کے منہ) سے آپ کی اندام نہانی کے ذریعے آپ کے رحم (بچے دانی) کا کھلنا ہے۔ آپ کی سروائیکل اسکریننگ میں آپ کے رحم (بچے دانی) یا رحم (بچے دانی) کی صحت کو دیکھنا شامل نہیں ہے۔

ہیومن پیپیلوما وائرس (HPV) کی وضاحت کی گئی۔

HPV وائرس کے ایک بہت عام گروپ کا نام ہے۔ زیادہ تر لوگ اپنی زندگی کے دوران کسی نہ کسی قسم کا HPV حاصل کریں گے۔ اس میں شرمندہ ہونے کی کوئی بات نہیں ہے۔ HPV نہ صرف دخول جنسی تعلقات سے بلکہ کسی بھی قسم کی جلد سے جلد کے جنسی تعلقات سے ہو سکتا ہے۔ HPV کی کچھ اقسام سروائیکل کینسر کا سبب بن سکتی ہیں۔

آپ HPV سے واقف ہو سکتے ہیں کیونکہ HPV ویکسینیشن پروگرام ہے جو 12-13 سال کی عمر کے لوگوں اور HPV کے زیادہ خطرے والے لوگوں کو پیش کیا جاتا ہے۔



سرویکل اسکریننگ اپوائنٹمنٹ کی بکنگ۔

جب آپ کی سروائیکل اسکریننگ اپوائنٹمنٹ بک کرنے کا وقت ہوگا تو آپ کو پوسٹ میں ایک دعوت نامہ بھیجا جائے گا۔ آپ کا دعوت نامہ آپ کو بتائے گا کہ آپ سروائیکل اسکریننگ کے لیے کہاں جاسکتے ہیں؟ اور بکنگ کیسے کر سکتے ہیں؟

آپ کی اسکریننگ کی تیاری۔

اگر آپ کو سروائیکل اسکریننگ کے بارے میں کوئی پریشانی ہے تو GP سرجری کو بتائیں۔



آپ کسی کو مدد کے لیے اپنے ساتھ لے جاسکتے ہیں، یہ کوئی ایسا شخص ہو سکتا ہے جسے آپ جانتے ہیں، کوئی دوسری نرس یا عملے کا تربیت یافتہ رکن بھی ہو سکتا ہے۔ بس اپنی جی پی سرجری کو پہلے ہی بتادیں۔

• اپنی ماہواری سے 2 دن پہلے، دوران یا 2 دن بعد حاضر نہ ہوں۔ کوئی ایسی چیز پہنیں جسے آپ ٹیسٹ کے دوران کھول سکتے ہیں، جیسے سکرٹ یا لمبی قمیض۔
• اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ کو مزید وقت درکار ہے تو طویل ملاقات کے لیے پوچھیں۔

• انہیں بتائیں کہ کیا آپ رجونورٹی (مینوپاز) کے بعد ٹیسٹ زیادہ مشکل محسوس کر رہے ہیں۔ وہ ٹیسٹ سے پہلے اندام نہانی ایسٹروجن کریم یا پیسری لکھ سکتے ہیں۔

سروایٹکل اسکریننگ کیسے کی جاتی ہے۔



- 1۔ آپ کو پردے کے چھپے، کمر سے نیچے تک کپڑے اتارنے ہوں گے۔ آپ کو اپنے اوپر ڈالنے کے لیے ایک چادر دی جائے گی۔
- 2۔ نرس آپ کو بستر پر لیٹنے کو کہے گی، عام طور پر آپ کی ٹانگیں جھکے ہوئے، پاؤں ایک ساتھ اور گھٹنوں کو الگ کر کے۔ بعض اوقات آپ کو ٹیسٹ کے دوران پوزیشن تبدیل کرنے کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔
- 3۔ وہ آہستہ سے آپ کی اندام نہانی میں ایک ہموار، ٹیوب کی شکل کا آلہ (ایک نمونہ) ڈالیں گے۔ گیلا کرنے والی (جل) کی تھوڑی مقدار استعمال کی جاسکتی ہے۔
- 4۔ نرس اسپیکولم کو کھولے گی تاکہ وہ آپ کے گریوا (بچے دانی کے منہ) کو دیکھ سکیں۔
- 5۔ ایک نرم برش کا استعمال کرتے ہوئے، وہ آپ کے گریوا (بچے دانی کے منہ) سے خلیوں کا ایک چھوٹا نمونہ لیں گے۔
- 6۔ نمونہ لینے کے بعد نرس اسپیکولم کو ہٹا دے گی اور آپ کو کپڑے پہننے کے لیے چھوڑ دے گی۔
- 7۔ سروایٹکل اسکریننگ کے بعد ہلکا خون بہنا یا دھبے آنا بہت عام ہے اور چند گھنٹوں میں بند ہو جانا چاہیے
- 8۔ آپ کی نرس آپ کو مطلع کرے گی کہ آپ کو اپنے ٹیسٹ کے نتائج کب موصول ہوں گے۔

یاد رکھیں کہ سروایٹکل اسکریننگ ٹیسٹ آپ کے کنٹرول میں ہے اور آپ کسی بھی وقت نرس سے رکنے کے لیے کہہ سکتے ہیں۔

سروائیکل اسکریننگ ٹیسٹ میں 5 منٹ سے بھی کم وقت لگتا ہے۔ پوری ملاقات میں تقریباً 10 منٹ لگتے ہیں۔

سروائیکل اسکریننگ ایک خفیہ عمل ہے، اس لیے صرف آپ، آپ کا ہیلتھ پریکٹیشنر اور کوئی بھی شخص جسے آپ اسکریننگ کے لیے مدعو کرتے ہیں صرف وہ اس بات سے آگاہ ہوں گے کہ آپ نے یہ ٹیسٹ کرایا ہے، اور آپ کے نتائج آپ کے علاوہ کسی اور کے ساتھ شیئر نہیں کیے جائیں گے۔ اگر آپ نہیں چاہتے کہ آپ کے سروائیکل اسکریننگ کا نتیجہ یا کوئی فالو اپ اپوائنٹمنٹ آپ کے گھر کے پتے پر جائے، تو آپ کو اس شخص کو اس کی وضاحت کرنی ہوگی جو آپ کا اسکریننگ ٹیسٹ کرتا ہے۔ نمونہ لینے والا آپ کے نتائج اور ضرورت پڑنے پر کسی بھی فالو اپ اپوائنٹمنٹ حاصل کرنے کے لیے آپ کے ساتھ متبادل طریقے سے اتفاق کرے گا۔

آپ کے سروائیکل اسکریننگ کے نتائج کی کب توقع کی جائے

آپ کے سروائیکل اسکریننگ کے نتائج آپ کو ایک خط میں بھیجے جاتے ہیں، جب تک کہ آپ نے خاص طور پر درخواست نہ کی ہو کہ آپ نتائج کسی اور طریقے سے چاہتے ہیں۔



نرس یا ڈاکٹر آپ کو بتائے گا کہ آپ اپنے نتائج کے خط کی کب توقع کر سکتے ہیں۔ اگر آپ نے اپنی توقع سے زیادہ انتظار کیا ہے، تو اپنی GP سرجری کو کال کریں تاکہ دیکھیں کہ آیا ان کے پاس کوئی نئی اطلاعات ہیں۔ اگر آپ کے نتائج کا خط موصول ہونے میں چند ہفتے لگتے ہیں تو پریشان ہونے کی کوئی بات نہیں۔ اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ کچھ بھی غلط ہے، اور زیادہ تر لوگوں کا نتیجہ عام ہوگا۔

آپ کے سرویکل اسکریننگ کے نتائج کو سمجھنا۔

آپ کے سروائیکل اسکریننگ کے نتائج کا خط اس بات کی وضاحت کرے گا کہ آیا آپ کے نمونے میں ہیومن پیپیلوما وائرس (HPV) پایا گیا تھا؟ اور آپ کے نتیجے کا کیا مطلب ہے؟ اور آگے کیا ہوتا ہے؟ کبھی کبھی آپ کو دوبارہ ٹیسٹ کرانے کے لیے 3 ماہ میں واپس آنے کے لیے کہا جائے گا۔ اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ کچھ غلط ہے، اس کی وجہ یہ ہے کہ نتائج غیر واضح تھے اور ٹیسٹ کو دہرانے کی ضرورت ہے۔ اگر آپ کے نمونے میں HPV نہیں پایا جاتا ہے تو اس کا مطلب ہے کہ آپ کو HPV ہونے کا امکان نہیں ہے اور آپ کے سروائیکل کینسر کا خطرہ کم ہے۔ آپ کی عمر کے لحاظ سے آپ کو دوبارہ اسکریننگ کے لیے مدعو کیا جائے گا۔

عمر 25-49 - ہر 3 سال

عمر 50-64 - ہر 5 سال

25-49 سال کی عمر میں ہر 3 سال بعد آپ کا معائنہ کر کے نمونہ لیا جائے گا۔ عمر 50-64 میں ہر 5 سال بعد آپ کا معائنہ کر کے نمونہ لیا جائے گا۔ اگر آپ کے نمونے میں HPV پایا جاتا ہے، تو پریشان ہونے کی ضرورت نہیں۔ کیونکہ مثبت نتیجہ کا یہ مطلب نہیں ہے کہ آپ کو سروائیکل کینسر ہے یا ہوگا۔ آپ کے نتائج کا خط اس بات کی وضاحت کرے گا کہ آگے کیا ہوگا، آپ کو 1 سال میں ایک اور سروائیکل اسکریننگ ٹیسٹ کی ضرورت ہو سکتی ہے، یا آپ کے گریوا (بچے دانی) کو دیکھنے کے لیے ایک مختلف ٹیسٹ (کولوسکوپ) کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

پڑھنے کے لیے آپ کا شکریہ!

مانچسٹر شہر میں بولیفٹ ایکٹو سی۔ آئی۔ سی چلانے والے سماجی گروپ
اور سرگرمیوں کے بارے میں مزید جاننے کے لیے ملاحظہ کریں:

<https://www.bollyfitactive.co.uk>



رائے فراہم کرنے یا اس کتا بچے کی الیکٹرانک کاپی کی درخواست
کرنے کے لیے رابطہ کریں:

یاسمین ہو لگیتھ: ہیلتھ ڈویلپمنٹ کوآرڈینیٹر۔

مانچسٹر لوکل کیئر آرگنائزیشن۔

Yasmin.Holgeth@mft.nhs.uk



Manchester Local
Care Organisation