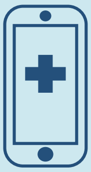
سرویکل سکریننگ ٹیسٹ – اپنے لیے سرویکل کینسر ہونے کا امکان کم کریں

آپ کے لیے اہم معلومات جو 2021 میں 25 سال عمر کو پہنچ رہی ہیں

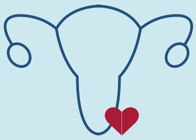
(انگلش میں معلومات: www.sjekkdeg.no)

1



اپنی فیملی ڈاکٹر سے ملاقات کا وقت لیں

2



سرویکل خلیات کا نمونہ دیں

3

اپنے لیے سرویکل کینسر/ ہونے کا امکان کم کریں

i

آپ کے لیے تمام ضروری : معلومات اس خط میں موجود ہیں یا sjekkdeg.no دیکھیں

سرویکل سکریننگ ٹیسٹ کروانا اہم ہے، چاہے آپ جوان اور صحتمند ہوں اور آپ نے HPV ویکسین لگوا رکھی ہو

باقاعدگی سے سرویکل خلیّات کا ٹیسٹ کروانے سے خلیّات میں تبدیلیوں کا اس سے پہلے پتہ چل جاتا ہے کہ یہ آگے چل کر سرویکل کینسر بن جائیں۔ خلیّات میں تبدیلیوں کا علاج آسانی سے ہو سکتا ہے۔ خلیّات میں تبدیلیاں سرویکل کینسر نہیں ہوتیں اور اکثر ان کی کوئی علامات ظاہر نہیں ہوتیں۔ سرویکل کینسر میں مبتلا ہونے والی خواتین کی آدھی تعداد نے ٹیسٹ بہت کم کروائے ہوتے ہیں یا کبھی نہیں کروائے ہوتے۔

سرویکل سکریننگ پروگرام – ایک اچھی عادت ڈال لیں

25 سے 69 عمر کی خواتین کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ وہ باقاعدگی سے سرویکل سکریننگ ٹیسٹ کروائیں۔ اس کا مقصد سب عمروں کی خواتین میں سرویکل کینسر کی روک تھام کرنا ہے۔ اگر آپ باقاعدگی سے سرویکل سکریننگ ٹیسٹ کروائیں تو آپ کو سرویکل کینسر ہونے کا امکان بہت کم ہو جاتا ہے۔ اگر آپ پہلے ٹیسٹ کروا چکی ہیں تو آپ کو اگلے ٹیسٹ کا وقت آنے پر سرویکل سکریننگ پروگرام کی طرف سے یاد دہانی مل جائے گی www.sjekkdeg.no پر جا کر سرویکل سکریننگ ٹیسٹ کروانے کے نقصانات اور فوائد دیکھیں۔

نیک تمناؤں کے ساتھ

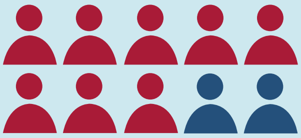
Ameli Tropé

انچارج سرویکل سکریننگ پروگرام

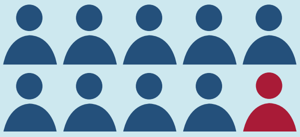
پچھلی طرف مزید معلومات دیکھیں

سرویکل کینسر کی وجہ HPV ہے

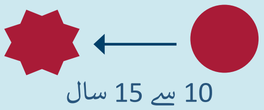
خلیات میں سنگین تبدیلیوں اور سرویکل کینسر کی وجہ ہیومن پیپیلوما وائرس (HPV) کا دیرینہ انفیکشن ہے۔ HPV جنسی تعلق سے لگنے والا سب سے عام انفیکشن ہے۔ چاہے آپ نے HPV ویکسین لگوائی ہوئی ہو، باقاعدگی سے سرویکل سکریننگ ٹیسٹ کروانا اہم ہے۔



جنسی طور پر فعال عورتوں اور مردوں میں سے 80٪ کو زندگی میں کبھی نہ کبھی HPV انفیکشن ہوتا ہے۔



90 ٪ انفیکشن 2 سال کے اندر اندر ٹھیک ہو جاتے ہیں۔



دیرینہ HPV انفیکشن سے خلیات میں سنگین تبدیلیاں ہونے کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔

خلیات میں سنگین : تبدیلیوں میں سے ایک تہائی علاج نہ ہونے کی صورت میں کینسر بن سکتی ہیں۔

سرویکل سکریننگ کے لیے نمونہ گائناکالوجیکل معائنے کے ذریعے لیا جاتا ہے:

اس ٹیسٹ میں صرف چند منٹ لگتے ہیں۔ اس میں درد نہیں ہونا چاہیے لیکن کبھی کبھار تھوڑی سی زحمت محسوس ہو سکتی ہے۔ آپ کی ڈاکٹر کو بالعموم ایک مہینے کے اندر ٹیسٹ کا جواب پہنچ جاتا ہے۔ ابنارمل نتیجہ آنے کی صورت میں ڈاکٹر کی ذمہ داری ہے کہ آپ کو معلومات دے اور مزید خبرگیری کے لیے آگے بھیجے۔ نارمل نتیجہ آنے کی صورت میں آپ کو تین سال بعد دوبارہ ٹیسٹ کروانے کا مشورہ دیا جاتا ہے۔ اگلے ٹیسٹ کا وقت قریب آنے پر سرویکل سکریننگ پروگرام آپ کو یاد دہانی بھیجے گا۔

آپ اپنی فیملی ڈاکٹر کے کلینک میں سرویکل سکریننگ کے لیے نمونہ دیتی ہیں

سرویکل سکریننگ کے لیے نمونہ دینے کے لیے اپنی فیملی ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔ آپ کی فیملی ڈاکٹر یہ معائنہ کرتی ہے۔ کچھ خواتین کو اپنی ڈاکٹر سے اس طرح کا معائنہ کروانا مشکل لگتا ہے۔ اگر آپ کے ساتھ ایسا ہے تو اپنی ڈاکٹر سے پوچھیں کہ اس کی بجائے اور کیا ہو سکتا ہے۔ اکثر ممکن ہوتا ہے کہ اسی کلینک میں کوئی اور ڈاکٹر آپ سے نمونہ حاصل کر لے۔ بہت خاص صورتوں میں آپ ڈاکٹر سے ملاقات کا وقت لے کر گائناکالوجسٹ کے پاس جانے کے لیے رقعہ حاصل کر سکتی ہیں۔ آپ کو معائنے کی فیس خود ادا کرنا ہو گی۔

نمونہ دینے سے پہلے یہ سوچنا اہم ہے

ماہواری کے دنوں میں نمونہ نہ دیں۔ نمونہ لیے جانے سے 24 گھنٹے پہلے ٹیمپون، ہر قسم کی وجائنل کریموں اور دوائیوں کا استعمال چھوڑ دیں کیونکہ ان چیزوں کی وجہ سے ٹیسٹ کا نتیجہ غلط ہو سکتا ہے۔ کام کی باتیں! اگر آپ چاہیں تو کسی سہیلی کو ساتھ لے آئیں۔ کچھ خواتین کو فراک یا ڈریس پہن کر جانا آسان لگتا ہے۔

سرویکل سکریننگ ٹیسٹ کبھی 100 فیصد یقینی نہیں ہوتا

باقاعدگی سے سرویکل سکریننگ ٹیسٹ کروانے سے سرویکل کینسر کا امکان بہت کم ہو جاتا ہے لیکن پھر بھی مختلف وجوہ سے یہ ہو سکتا ہے کہ خلیّات میں سنگین تبدیلیوں کا علم نہ ہو پائے۔ چاہے آپ کے ٹیسٹ کا نتیجہ نارمل ہو، یہ اہم ہے کہ علامات ظاہر ہونے پر آپ فوراً ڈاکٹر سے رابطہ کریں جیسے ایک عرصے تک بے قاعدگی سے خون آتے رہنا، ہم بستری کے بعد خون آنا، شرمگاہ سے ابنارمل مائع نکلنا یا نچلے پوشیدہ حصوں میں درد رہنا۔

خود کو الگ رکھنا اور پرائیویسی

کینسر رجسٹری آف ناروے آپ کے نتائج کی تفصیلات محفوظ رکھتی ہے۔ آپ خود کو اس نظام سے الگ کروا سکتی ہیں یعنی نارمل نتائج کی تفصیلات کو کینسر رجسٹری میں محفوظ رکھنے سے منع کر سکتی ہیں۔ آپ کو اس سے منع کرنے کا حق حاصل ہے کہ کینسر رجسٹری آپ کے گزشتہ ٹیسٹوں کی تفصیل اس عملۂ صحت کو دے جو آپ کی خبرگیری کے مقصد سے یہ تفصیل استعمال کرنے کی درخواست کر رہا ہو۔ آپ کینسر رجسٹر میں اپنے متعلق درج تفصیلات دیکھنے کا تقاضا کر سکتی ہیں۔

اگر اپنے سرویکل سکریننگ ٹیسٹ کے متعلق آپ کا کوئی سوال ہے تو اپنی ڈاکٹر سے یا ہم سے رابطہ کریں۔

مزید معلومات یہاں دیکھیں:

www www.sjekkdeg.no

ہمیں فالو کریں

Livmorhalsprogrammet

Kreftsjekken

Kreft registeret