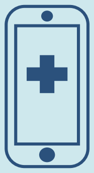
سرویکل سکریننگ ٹیسٹ – اپنے لیے سرویکل کینسر ہونے کا امکان کم کریں

(انگلش میں معلومات: www.sjekkdeg.no)

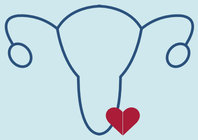
آپ کی ڈاکٹر آپ کی سرویکس (بچہ دانی کی گردن) سے نمونہ لیتی ہے اور اس کے لیے آپ کو خود وقت بک کروانا ہوتا ہے۔
اگر آپ نے حال ہی میں اس ٹیسٹ کے لیے نمونہ دیا ہے تو آپ اس یاد دہانی کے خط کو نظرانداز کر دیں۔

1



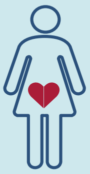
اپنی فیملی ڈاکٹر سے ملاقات کا وقت لیں

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

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 تبدیلیاں سرویکل کینسر نہیں ہوتیں اور اکثر ان کی کوئی علامات ظاہر نہیں ہوتیں۔ خلیّات میں تبدیلیوں کا علاج آسانی سے ہو سکتا ہے۔ سرویکل کینسر میں مبتلا ہونے والی خواتین کی آدھی تعداد نے ٹیسٹ بہت کم کروائے ہوتے ہیں یا کبھی نہیں کروائے ہوتے۔

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۔ www.sjekkdeg.no پر جا کر سرویکل سکریننگ ٹیسٹ کروانے کے نقصانات اور فوائد دیکھیں۔

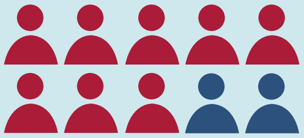
نیک تمناؤں کے ساتھ

Ameli Tropé
انچارج سرویکل سکریننگ پروگرام

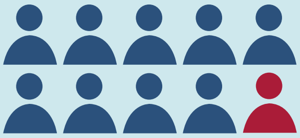
پچھلی طرف مزید معلومات دیکھیں

سرویکل کینسر کی وجہ HPV ہے

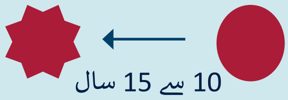
خلیات میں سنگین تبدیلیوں اور سرویکل کینسر کی وجہ ہیومن پیپیلوما وائرس (HPV) کا دیرینہ انفیکشن ہے۔ HPV جنسی تعلق سے لگنے والا سب سے عام انفیکشن ہے۔



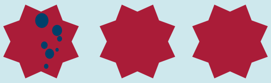
جنسی طور پر فعال عورتوں اور مردوں میں سے 80٪ کو زندگی میں کبھی نہ کبھی HPV انفیکشن ہوتا ہے۔



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۔

نئے طریقے کا بتدریج آغاز

سرویکل سکریننگ پروگرام اب 34 سے 69 سال عمر کی خواتین کے لیے سرویکل خلیات کے خوردبینی تجزیے کی بجائے HPV ٹیسٹنگ کا طریقہ بتدریج لا رہا ہے۔ اس درمیانی عرصے میں آپ کے نمونے کی یا تو HPV ٹیسٹنگ کی جائے گی یا اسے خوردبین سے دیکھا جائے گا۔ دونوں طریقوں کا مقصد سرویکل کینسر ہونے سے پہلے کی حالت کا پتہ چلانا ہے اور دونوں طریقوں میں نمونہ گائناکالوجیکل معائنے سے حاصل کیا جاتا 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 خوردبینی ٹیسٹ کے تین سال بعد، اور سرویکل نمونے کی HPV ٹیسٹنگ کے پانچ 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۔

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۔

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۔

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۔

آپ کو ہماری ویب سائیٹ پر مزید معلومات ملیں گی:

https://www.kreftregisteret.no/livmorhals

اگر اپنے سرویکل سکریننگ ٹیسٹ کے متعلق آپ کا کوئی سوال ہے تو اپنی ڈاکٹر کو یا ہمیں فون کریں

ہفتے کے عام دنوں میں ہمیں فون نمبر 00 13 45 22 پر دوپہر 12 سے 2.30 بجے کے درمیان فون کریں یا اس پتے پر ای میل کریں

livmorhals@kreftregisteret.no

Fight HPV

کیا آپ کو گیمز کا شوق ہے؟ ایپ ڈاؤن لوڈ کریں اور HPV کے متعلق مزید علم حاصل کریں

Livmorhals programmet

#SJEKKDEG

Cancer Registry of Norway