Freuchen Medical Centre NHS

Cancer Screening Programmes

CERVICAL SCREENING GUJARATI

The Facts

સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ ગુજરાતી

હકીકતો

સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ એટલે શું?

- સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ (ગર્ભાશયની ગરદનનું પરીક્ષણ) એ સર્વિકલ કેન્સરનું નિદાન કરવા માટેની તપાસ નથી. તે સર્વિક્સનું આરોગ્ય તપાસવા માટેની ચકાસણી છે. સર્વિક્સ ગર્ભાશયનો નીચેનો ભાગ છે (જેને ઘણી વાર ગર્ભાશયની ગરદન કહેવાય છે).
- ઘણી સ્ત્રીઓ માટે આ ટેસ્ટના પરિણામમાં બધું બરાબર હોવાનું જ દેખાય છે.
- પરંતુ 10માંથી એક સ્ત્રીમાં, કોષોમાં ફેરફારો થયેલા હોવાનું આ ટેસ્ટમાં દેખાય છે જે ઘણી બાબતોને કારણે હોઈ શકે છે.
- આમાંના મોટા ભાગના ફેરફારોથી સર્વિકલ કેન્સર થતું નથી.

મારે સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ કરાવવાની શા માટે જરૂર છે?

સર્વિકલ કેન્સર ઘણી વાર રોકી શકાય છે. તે થઈ શકે તેવી નિશાનીઓ વહેલા તબક્કે પકડી શકાય છે જેથી તે શરૂ થતાં પહેલાં જ રોકી શકાય છે.

ઈંગ્લેન્ડમાં દર વર્ષે લગભગ 900 સ્ત્રીઓનાં સર્વિકલ કેન્સરને કારણે મૃત્યુ થાય છે. જો કે, આમાંની ઘણી સ્ત્રીઓને તે થયું હોય છે તેમની નિયમિત રીતે તપાસ કરવામાં આવી ન હતી. સર્વિકલ કેન્સર થવાના જોખમનું સૌથી મોટું પરિણામ, સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ માટે નહિ જવાનું છે.

કેન્સર રીસર્ચ યુ.કે.નાં વૈજ્ઞાનિકોનો અંદાજ છે કે સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ દ્વારા યુ.કે.માં દર વર્ષે અંદાજે 4,500 સ્ત્રીઓનાં જીવન બચાવી શકાશે.

બધી જ સ્ત્રીઓએ આ ટેસ્ટ કરાવવો જોઈએ?

અમે 25થી 64 વર્ષની બધી જ સ્ત્રીઓને આ ટેસ્ટની સુવિધા પ્રદાન કરીએ છીએ, પરંતુ જો નીચેનાં કારણોસર સર્વિકલ કેન્સર વધારે સામાન્ય છે જો તમેઃ

- ધુમ્રપાન કરતાં હો;
- ખૂબ નાની ઉંમરે પહેલી વાર જાતીય સંભોગ કર્યો હોય;
- એક કરતાં ઘણાં વધારે પુરુષો સાથે જાતીય સંભોગ કર્યો હોય અથવા જે પુરુષે એક કરતાં ઘણી વધારે સ્ત્રીઓ સાથે જાતીય સંબંધ રાખ્યો હોય તેવો પુરુષ તમારો પાર્ટનર હોય; અથવા
- ઈમ્યુનોસપ્રેસન્ટ દવાઓ લેતાં હો (દાખલા તરીકે શરીરના કોઈ અંગના પ્રત્યારોપણ બાદ).

જો તમે મેનોપોઝનો સમય (રજોનિવૃત્તિકાળ) વિતાવી ચૂક્યાં હો, તો પણ તમારું સર્વિક્સ આરોગ્યપ્રદ છે તે જોવા માટે તમારે આ તપાસ કરાવવી જરૂરી છે. તમારા ડૉક્ટરને પૂછો જો તમેઃ

- હિસ્ટ્રેક્ટોમી કરાવેલી (ગર્ભાશય કઢાવી નાંખ્યું) હોય;
- 65 વર્ષથી વધારે ઉંમરનાં હો;
- ક્યારેય કોઈ પુરુષ સાથે જાતીય સંભોગ ન કર્યો હોય; અથવા
- તમારે હજુ પણ તપાસ કરાવવાની જરૂર છે કે નહિ તેની ચોક્કસ ખબર ન હોય.

એન.એચ.એસ. સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ પ્રોગ્રામ શું છે?

જો તમે 25થી 64 વર્ષની ઉંમરનાં હો, તો તમને આપમેળે જ આ તપાસ માટે બોલાવવામાં આવે છે તેની આ પ્રોગ્રામ ખાતરી કરે છે. અમે તમારા ડૉક્ટરની યાદીમાંથી તમારું નામ મેળવીશું. એટલે તમારા ડૉક્ટર પાસે હંમેશાં તમારું સાચું નામ અને સરનામું હોય તે અગત્યનું છે.

તમારી પહેલી વાર સર્વિકલ પરીક્ષણ કરવામાં આવ્યા બાદ, તમને 25થી 49 વર્ષની ઉંમર દરમ્યાન તમને દર ત્રણ વર્ષે તે માટે બોલાવવામાં આવશે. તે પછી 50થી 64 વર્ષની ઉંમર દરમ્યાન તમને દર પાંચ વર્ષે બોલાવવામાં આવશે.

મારો ટેસ્ટ કોણ કરશે?

ડૉક્ટર અથવા નર્સ તમારો ટેસ્ટ કરશે. કોઈ મહિલા કર્મચારી સભ્ય દ્વારા આ ટેસ્ટ કરવામાં આવે અથવા તે વખતે કોઈ તમારી સાથે રહે એવું જો તમે ઈચ્છતાં હો, તો તમે અપોઈન્ટમેન્ટ કરો ત્યારે કૃપા કરીને તે વિશે પૂછી જુઓ.

મારે કપડાં કાઢવાં પડશે?

અમે તમને કમરથી નીચેનાં કપડાં કાઢવા માટે કહીશું, પરંતુ જો તમે લાંબું સ્કર્ટ પહેર્યું હશે, તો તે તમારે નહિ કાઢવું પડે.

ટેસ્ટ દરમ્યાન શું થાય છે?

ડૉક્ટર અથવા નર્સ તમને એક કાઉચ પર સૂઈ જવાનું કહેશે. તે પછી તેઓ 'સ્પેક્યુલમ' નામનું એક નાનું સાધન હળવેથી તમારા યોનિમાર્ગ (વજાયના)માં નાંખશે, જેથી તેને ખુલ્લો રાખી શકાય.

તે પછી, તેઓ એક નાના તાવેથા જેવું અથવા બ્રશ જેવું સાધન સર્વિક્સ ઉપર ઘસીને કેટલાક નાના કોષો તેમાં લેશે. આ કોષોને તેઓ એક તક્તી ઉપર અથવા પ્રવાહી ભરેલી નાની ડબીમાં મૂકી દેશે, અને માઈક્રોસ્કોપ નીચે આ કોષોની તપાસ કરવા માટે તે મોકલી આપશે. આ ટેસ્ટ માટે ફક્ત થોડી જ મિનિટનો સમય લાગે છે.

આ ટેસ્ટમાં દુખાવો થાય છે?

તમને કદાચ થોડી અગવડ અથવા દુખાવા જેવું લાગે - ધીમા, ઊંડા શ્વાસ લઈને હળવા થવાનો પ્રયત્ન કરો, કારણકે જો તમે શરીર અક્કડ રાખશો તો કદાચ દુખાવો થઈ શકે. જો તેમાં બહુ દુખાવો થાય, તો તરત જ ડૉક્ટર કે નર્સને કહેજો, કારણ કે તેઓ કદાચ તમને દુખાવો ઓછો કરવામાં મદદ કરી શકશે.

ટેસ્ટ પહેલાં મારે બીજું કશું કરવાની જરૂર છે?

તમારા માસિક સ્ત્રાવ (પીરિયડ) દરમ્યાન તમારો ટેસ્ટ થઈ ન શકે એટલે તમારો માસિક સ્ત્રાવ થતાં પહેલાં કે તે પૂરો થઈ ગયા પછી તમે અપોઈન્ટમેન્ટ લો છો તેની ખાતરી કરો. સર્વોત્તમ સમય તમારા માસિક ચક્રનો મધ્યનો સમય છે.

ટેસ્ટ પહેલાં હું જાતીય સંભોગ કરી શકું?

જો તમે સ્પર્મિસાઈડ (ગર્ભનિરોધક મલમ), ગર્ભનિરોધ માટેની કોઈ અન્ય પદ્ધતિ કે લુબ્રિકન્ટ જેલી વાપરતાં હો, તો ટેસ્ટના 24 કલાક પહેલાં તમારે તે વાપરવી ન જોઈએ, કારણ કે તેમાં રહેલાં રસાયણોથી ટેસ્ટ પર અસર થઈ શકે.

મને ક્યારે મારાં પરિણામો મળશે?

તમે જ્યારે ટેસ્ટ કરાવશો ત્યારે ડૉક્ટર અથવા નર્સ તમને કહેશે કે તમને કેવી રીતે, ક્યાં અને લગભગ ક્યારે તમારાં પરિણામો મળશે. તમે સર્જરી કે ક્લિનિકમાંથી બહાર નીકળો તે પહેલાં આ માહિતી મેળવી છો તેની ખાતરી કરો.

સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ કેટલું ભરોસાપાત્ર છે?

વહેલાસર પકડી પાડવાથી અને સારવાર કરવાથી લગભગ 75% જેટલાં કેન્સર થતાં અટકાવી શકાય છે, પરંતુ બીજા સ્ક્રિનિંગ ટેસ્ટની જેમ જ આ પણ તદ્દન સચોટ નથી. કેન્સરનું કારણ બની શકે તેવા કોષોમાં થતા વહેલા ફેરફારો તેમાં ન પણ પકડાઈ શકે.

તમારી તક્તી પરના અસાધારણ કોષો નીચેનાં કારણોસર ન પણ ઓળખી શકાયઃ

- કેટલીકવાર તે સાધારણ કોષો કરતાં બહુ જુદા દેખાતા નથી;
- તક્તી પર બહુ ઓછી સંખ્યામાં અસાધારણ કોષો હોય; અથવા
- તમારી તક્તી વાંચનાર વ્યકિત કદાચ અસાધારણતા જોવાનું ચૂકી જાય (આવું કેટલીકવાર બને છે, પછી વાંચનાર વ્યક્તિ ભલે ગમે તેટલી અનુભવી હોય).

લગભગ 10માંથી એક ટેસ્ટ ફરીથી કરવાની જરૂર પડે છે, કારણ કેઃ

- તમને કદાચ ઈન્ફેક્શન થયું હોય, જેની સ્પષ્ટ તક્તી બનાવતાં પહેલાં સારવાર કરવાની જરૂર હોય;
- તમારી તક્તી પરના સર્વિકલ કોષો લોહી કે જાડા ચીકણા પ્રવાહી પાછળ દેખાઈ ન શકે;
- તમારી તક્તી પર સચોટ તપાસ કરવા માટે પૂરતા પ્રમાણમાં સર્વિકલ કોષો ન હોય;
- તમારો નમૂનો બરાબર રીતે તૈયાર કરવામાં ન આવ્યો હોય; અથવા
- તક્તી તૂટી ગઈ હોય.

**જો તમને કોઈ પણ અસાધારણ ચિહ્નો જણાય,
જેમ કે જાતીય સંભોગ બાદ અથવા માસિક ચક્રના વચ્ચેના
સમયમાં લોહી સ્ત્રાવ, તો તમારે ડૉક્ટરને મળવું જોઈએ.**

મને પાછી બોલાવવામાં આવે તો તેનો અર્થ શું થાય?

તેનો ભાગ્યે જ એવો અર્થ થાય છે કે તમને કેન્સર થયું છે. તેનો અર્થ કદાચ ફક્ત એવો પણ થઈ શકે કે તમારો નમૂનો બરાબર જોઈ શકાયો ન હતો અને અમારે બીજો ટેસ્ટ કરવો પડશે. આને ‘અસંતોષજનક પરિણામ’ કહેવાય છે.

બીજી બાજુએ, તમારા પરિણામમાં તમારા સર્વિક્સના કોષોમાં થોડા ફેરફાર થયા હોવાનું દેખાયું હોય. જો કોઈ અસાધારણ ફેરફારો પકડાયા હશે (જેને ‘ડાયસ્કારોસિસ’ તરીકે ઓળખાય છે), તો તમારા પરિણામને ‘અસાધારણ પરિણામ’ કહેવાશે. આ કેન્સર નથી. જો કે, કેટલીકવાર જો અસાધારણ ટેસ્ટની વધારે આગળ તપાસ કરવામાં આવે તો કેન્સર મળી આવે છે. અસાધારણ પરિણામનો શું અર્થ થાય તે વિશેની વધારે માહિતી માટે, તમે કેન્સર સ્ક્રિનિંગ પ્રોગ્રામની અમારી પત્રિકા What your abnormal result means’ - ‘તમારા અસાધારણ પરિણામનો અર્થ શું છે’ વાંચી શકો છો.

અસાધારણ ફેરફારો વિશે કશું કરી શકાય છે?

હા. શું કરવાની જરૂર છે તે તમારા ડૉક્ટર અથવા નર્સ તમને સમજાવશે. તેઓ કદાચ તમને વધારે સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ ટેસ્ટ કરવા માટે બોલાવશે, કારણ કે અસાધારણ કોષો પોતાની જાતે જ પાછા ઠીક થઈ ગયા હોય એવું બની શકે.

જો કે, તેઓ કદાચ ‘કોલ્પોસ્કોપી’ માટે, એટલે કે વધારે બારીકાઈથી તપાસ કરવા માટે હોસ્પિટલમાં જવાનું કહી શકે.

‘કોલ્પોસ્કોપી’ વિશે વધારે માહિતી માટે, તમે કેન્સર સ્ક્રિનિંગ પ્રોગ્રામની અમારી પત્રિકા The colposcopy examination’ - ‘કોલ્પોસ્કોપી પરીક્ષણ’ વાંચી શકો છો.

જો સારવારની જરૂર હશે, તો તે એક નાની પ્રક્રિયા છે અને તે સામાન્ય રીતે આઉટપેશન્ટ ક્લિનિકમાં થઈ શકે છે. એટલે કે તમને હોસ્પિટલમાં રાત રોકવાની જરૂર નહિ પડે.

સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગથી કેન્સર રોકી શકાય છે?

નિયમિત રીતે સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ કરાવવું એ સર્વિક્સમાં થતા ફેરફારો વહેલા તબક્કે પકડી પાડવાનો સર્વોત્તમ રસ્તો છે. વહેલા તબક્કે પકડી પાડવાથી અને સારવારથી લગભગ 75% જેટલા કિસ્સાઓમાં કેન્સર થતું રોકી શકાય છે.

મારો નમૂનો જોઈ લીધા બાદ તેનું શું થાય છે?

તમારો નમૂનો જે લેબોરેટરીમાં જોવામાં આવ્યો હશે તે ઓછામાં ઓછાં 10 વર્ષ સુધી તે રાખી મૂકશે. તે પછી તેઓ તમારા છેલ્લામાં છેલ્લા પરિણામની સરખામણી તમારાં પહેલાનાં પરિણામો સાથે કરી શકે છે. તમને જોઈતી કોઈ સારવાર તમને મળી રહે તેની ખાતરી કરવા માટે આમ કરવામાં આવે છે. તમને સર્વોચ્ચ કક્ષાની સેવા આપવાના અમારા લક્ષ્યના એક ભાગ તરીકે અને નિષ્ણાત કર્મચારીઓની કુશળતામાં વધારો કરવામાં મદદ માટે તેઓ તમારા નમૂના સહિતના બધા જ સ્ક્રિનિંગ રેકોર્ડોનું પુનઃઅવલોકન પણ કરે. આનો અર્થ એવો થાય કે આરોગ્ય સેવામાં બીજે કામ કરતાં કર્મચારીઓએ તમારા રેકોર્ડો જોવાની જરૂર પડી શકે.

જ્યારે કોઈ ફેરતપાસમાં એવું દેખાય કે તમારી સંભાળ જુદી રીતે રાખવામાં આવવી જોઈતી હતી, તો અમે તમારો સંપર્ક કરીશું. તમે જાણવા માગતાં હશો તો અમે તમારા કેસની ફેરતપાસ વિશેની વધારે માહિતી તમને આપીશું. અમે રાખીએ છીએ તે રેકોર્ડ વિશે વધારે મહિતી માટે તમે **એન.એચ.એસ. ડાઈરેક્ટ**નો 0845 4647 પર સંપર્ક કરી શકો છો.

સંક્ષેપ

સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ માટે આવવું કે નહિ તેનો નિર્ણય લેવામાં તમારી મદદ માટે, સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગના મુખ્ય ફાયદા અને તકલીફો નીચે સમજાવવામાં આવ્યા છે.

- સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગથી સર્વિકલ કેન્સર થવાનું જોખમ ઓછું કરી શકાય છે.
- સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગને કારણે આ દેશમાં હવે સર્વિકલ કેન્સર એક અસામાન્ય રોગ બની ગયો છે.
- 1980ના દસકાથી સર્વિકલ કેન્સરનો દર ઘટીને અડધો થઈ ગયો છે, જેનું સૌથી મોટું કારણ મોટા ભાગની સ્ત્રીઓ નિયમિત રીતે સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ કરાવતી હોવાનું છે.
- 10માંથી એક ટેસ્ટમાં, માઈક્રોસ્કોપ નીચે કોષો બરાબર જોઈ શકાતા નથી અને ફરીથી ટેસ્ટ કરવાની જરૂર પડે છે.
- ટેસ્ટમાં સર્વિકલ કોષોમાં નજીવી અસાધારણતાઓ દેખાઈ શકે જે પોતાની જાતે જ ઠીક થઈ ગઈ હોત અને જો સ્ક્રિનિંગ કરવામાં ન આવ્યું હોત, તો તે સ્ત્રીને ક્યારેય તેની ખબર ન પડી હોત. હજુ સુધી એ સ્પષ્ટ થયું નથી કે કઈ નજીવી અસાધારણતામાંથી કેન્સર થાય છે અને શેનાથી નહિ. નજીવી અસાધારણતા દેખાય ત્યારે ઘણી સ્ત્રીઓને ચિંતા થાય છે.
- સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગમાં સર્વિક્સની બધી જ અસાધારણતાઓ પકડાતી નથી.
- નિયમિત રીતે સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ કરાવવથી લગભગ 75% જેટલાં સર્વિકલ કેન્સરો થતાં રોકી શકાય છે, પરંતુ દરેક કિસ્સામાં તે રોકી શકાતું નથી.
- અમુક સ્ત્રીઓને આ ટેસ્ટ કરાવવો એક અણગમતો અનુભવ લાગે છે.
- સંશોધનો સૂચવે છે કે સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગથી ઈંગ્લેન્ડમાં દર વર્ષે 4,500 જેટલી સ્ત્રીઓનાં જીવન બચાવી શકાશે.

વધારે માહિતી અને સહાય

જો તમે આ સેવા વિશે કોઈ પ્રશ્નો પૂછવા માગતાં હો તોઃ

- તમારા ડૉક્ટરને પૂછો;
- તમારી સ્થાનિક સ્ક્રિનિંગ ઓફિસનો સંપર્ક કરો;
- અમારા કેન્સર-સ્ક્રિનિંગના પ્રોગ્રામની વેબસાઈટ www.cancerscreening.nhs.uk જુઓ; અથવા
- www.nhsdirect.nhs.uk પર એન.એચ.એસ. ડાઈરેક્ટની મુલાકાત લો.

એન.એચ.એસ. કેન્સર સ્ક્રિનિંગ પ્રોગ્રામ્સના સહયોગથી, કેન્સર રીસર્ચ યુ.કે. પ્રાઈમરી કેર એજ્યુકેશન રીસર્ચ ગ્રુપ તરફથી સલાહ અને ટેકો મેળવીને, ડિપાર્ટમેન્ટ ઓફ હેલ્થ દ્વારા પ્રકાશિત કરવામાં આવી છે.

CANCER RESEARCH UK

© Crown copyright 2006
ડિપાર્ટમેન્ટ ઓફ હેલ્થ માટે સી.ઓ.આઈ. દ્વારા બનાવવામાં આવી છે
છેલ્લો સુધારો 2006

આ દસ્તાવેજનું લખાણ અંગત કે કોઈ સંસ્થાના આંતરિક ઉપયોગ માટે કોઈ ઔપચારિક પરવાનગી લીધા વગર કે કિંમત ચૂકવ્યા વગર ફરીથી છાપી શકાય છે.

જો તમને આ પત્રિકાની નકલ જોઈતી હોય, તો **272855/Cervical Screening સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ** જણાવીને નીચેના નંબર પર સંપર્ક કરોઃ
ડી.એચ. પબ્લિકેશન્સ ઓર્ડરલાઈન DH Publications Orderline
ફોનઃ 08701 555 455
ફેક્સઃ 01623 724 524
ઈ-મેઈલઃ dh@prolog.uk.com

272855/Cervical Screening - 'સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ' પત્રિકા વિનંતી કરવાથી બ્રેઈલમાં, ઓડિયો કેસેટ પર અને મોટા અક્ષરોમાં છાપેલી પણ મળી શકે છે.

બીજી ભાષાઓમાં આ પત્રિકા અહીંથી મળી શકશેઃ
www.cancerscreening.nhs.uk/cervical/publications/in-04.html