CERVICAL SCREENING HINDI

The Facts

सर्वाइकल स्क्रीनिंग हिंदी

तथ्य

सर्वाइकल स्क्रीनिंग क्या है?

- सर्वाइकल स्क्रीनिंग सर्वाइकल कैंसर का पता लगाने का टैस्ट यानी जाँच नहीं है. वह सर्विक्स, यानी कोख या गर्भाशय के निचले हिस्से (जिसे कुछ लोग गर्भाशय की गरदन भी कहते हैं), की सेहत जानने के लिए एक जाँच है.
- बहुत सी औरतों के नतीजों से पता चलता है कि सब कुछ ठीक है.
- लेकिन इस जाँच से पता चलता है कि 10 औरतों में से एक के सैल यानी कोशिकाओं में बदलाव आने के बहुत सारे कारण हो सकते हैं.
- इनमें से अधिकांश बदलाव का नतीजा सर्वाइकल कैंसर नहीं होता है.

मुझे सर्वाइकल स्क्रीनिंग की क्या ज़रूरत है?

सर्वाइकल कैंसर से अक्सर खुद को बचाया जा सकता है. उसके लक्षण जल्दी से पहचाने जा सकते हैं और इसलिए उसके शुरू होने के पहले ही उसे रोका जा सकता है.

इंग्लैंड में हर साल लगभग 900 औरतों की मौत सर्वाइकल कैंसर के कारण होती है. पर, जिनको यह होता है उनमें से बहुतों की नियमित स्क्रीनिंग नहीं हुई होती है. सर्वाइकल स्क्रीनिंग के लिए न जाकर, आप अपने लिए सर्वाइकल कैंसर होने के ख़तरे को बहुत अधिक बढ़ा देते हैं.

कैंसर रिसर्च यूके (Cancer Research UK) के वैज्ञानिकों का अंदाज़ है कि सर्वाइकल स्क्रीनिंग से इंग्लैंड में हर साल करीब 4,500 लोगों की जानें बचाई जा सकती हैं.

क्या सभी औरतों को यह जाँच करवाना ज़रूरी है?

हम इस जाँच को 25 और 64 साल के बीच की उम्र की सभी औरतों को उपलब्ध कराते हैं, पर सर्वाइकल कैंसर अधिक होता है अगर :

- आप धूम्रपान करते हैं;
- आपने बहुत छोटी उम्र में पहली बार संभोग किया हो;
- आपके यौन संबंध बहुत से लोगों के साथ रह चुके हैं या जिसके साथ आपके यौन संबंध रहे हैं, उसके बहुत से दूसरे साथी रह चुके हैं; या
- आप (मिसाल के लिए, ऑर्गन ट्रांसप्लांट करवाने के बाद) इम्मयूनोसप्रेसेंट ड्रग्स यानी कीटाणु आदि से शरीर के लड़ने की शक्ति को दबाने की दवा, खाते हैं.

अगर आप मिनोपौज़ यानी रजोनिवृत्ति के आगे बढ़ चुकी हैं, तो भी आपके सर्विक्स की सेहत को जाँचना ज़रूरी है. सलाह के लिए अपने डॉक्टर से मदद लीजिए अगर :

- आपकी हिस्टरैक्टोमी (hysterectomy) हुई हो;
- आपकी उम्र 65 से अधिक है;
- आपने किसी मर्द के साथ कभी संभोग नहीं किया है; या
- आपको ठीक से पता नहीं है कि क्या आपको अब भी जाँच करवाने की ज़रूरत है या नहीं.

एन एच एस सर्वाइकल स्क्रीनिंग प्रोग्राम क्या है?

प्रोग्राम सुनिश्चित करता है कि अगर आपकी उम्र 25 और 64 के बीच की है, तो आपको अपने आप ही एक निमंत्रण मिल जाएगा. हमें आपका नाम आपके डॉक्टर की लिस्ट यानी सूची से मिलेगा. इसलिए यह ज़रूरी है कि आपका सही नाम और पता आपके डॉक्टर के पास हमेशा रहे.

आपके पहले सर्वाइकल जाँच के बाद, 25 और 49 साल की उम्र के बीच आपको हर तीन साल के बाद आमंत्रित किया जाएगा. 50 और 64 साल की उम्र के बीच आपको हर पाँच साल बाद बुलाया जाएगा.

मेरी जाँच कौन करेगा?

कोई डॉक्टर या नर्स आपकी जाँच करेगा/करेगी. अगर आप को एक महिला कर्मचारी अधिक पसंद हो, या आप चाहें कि जाँच के समय आपके साथ कोई रहे, तो आपको अपाइंटमेंट लेते समय, यह बात कहनी चाहिए.

क्या मुझे अपने कपड़े उतारने होंगे?

हम आपसे कमर के नीचे के हिस्से से कपड़े उतारने को कहेंगे, पर अगर आपने एक पूरा स्कर्ट पहना हो, तो आपको उसे उतारने की ज़रूरत नहीं होगी.

इस जाँच के दौरान क्या होता है?

डॉक्टर या नर्स आपसे बिस्तर पर लेटने को कहेंगे. उसके बाद, वो एक छोटा यंत्र, जिसे स्पैक्युलम कहते हैं, को नर्मी के साथ आपकी योनि के अंदर डालेंगे ताकि वो उसे खुला रख सके.

फिर, वो एक छोटे स्पैटुला या ब्रुश जैसी चीज़ से आपके सर्विक्स से कुछ सैल्स यानी कोशिकाएँ उठा लेंगे. इनको वो एक स्लाइड पर या किसी ऐसे छोटे पात्र में रखेंगे जिसमें तरल पदार्थ होगा, और उसके सैल्स को माइक्रोस्कोप के नीचे रखकर जाँचने के लिए उसे भेज देंगे. इसे पूरा करने में उनको बस कुछ ही मिनट लगते हैं.

क्या इस जाँच में दर्द होता है?

हो सकता है कि आपको कुछ तकलीफ़ या दर्द हो – अपने शरीर को ढ़ीला ओड़ने के लिए धीमे-धीमे गहरी सांसें लीजिए क्योंकि अगर आप तनाव महसूस करेंगे, तो आपको अधिक चोट लग सकती है. अगर आपको दर्द हो, तो उसी दम डाक्टर या नर्स को बता दीजिए क्योंकि हो सकता है वे आपकी तकलीफ़ घटाने के लिए आपको कुछ दे सकें.

क्या इस जाँच के पहले मुझे कुछ करना ज़रूरी है?

आपके मासिक धर्म के दौरान आपकी जाँच नहीं हो सकती है इसलिए सुनिश्चित कीजिए कि आपको उसके पहले या उसके बाद अपाइंटमेंट मिले. इसके लिए सबसे अच्छा समय है आपके मासिक धर्म के चक्र के मध्य का समय.

क्या इस जाँच के पहले मैं संभोग कर सकती हूँ?

अगर आप स्परमिसाइड, गर्भनिरोध के लिए बाधा पैदा करने वाला तरीक़ा इस्तेमाल करते हैं या चिकनाई पैदा करने वाली जैली का प्रयोग करते हैं, तो आपको ये चीज़ें जाँच के 24 घंटे पहले तक नहीं इस्तेमाल करनी चाहिए क्योंकि हो सकता है कि उनमें मौजूद कैमिकल्स यानी रसायन, जाँच को प्रभावित करें.

मुझे अपनी जाँच के परिणाम कब मिलेंगे?

जब आपकी जाँच होगी, तब डॉक्टर या नर्स आपको बताएँगे कि आपको आपका रिज़ल्ट यानी परिणाम लगभग कैसे, कहाँ और कब मिलेंगे. यह सुनिश्चित कर लीजिए कि सर्जरी या क्लिनिक से चले जाने से पहले आपके पास ये जानकारी हो.

सर्वाइकल स्क्रीनिंग पर कितना विश्वास किया जा सकता है?

आरंभ के समय में पता कर लेने और इलाज से, 75% मामलों में कैंसर को बढ़ने से रोका जा सकता है, लेकिन

दूसरे स्क्रीनिंग टैस्टों की तरह, वह पूरी तरह सही नहीं होते हैं. यह ज़रूरी नहीं है कि शुरू में होने वाले सैल्स यानी कोशिकाओं में होने वाले परिवर्तनों का पता लग जाए जो आगे चलकर कैंसर पैदा कर सकते हों.
हो सकता है कि आपके नमूने की स्लाइड में असामान्य कोशिकाओं की मौजूदगी, निम्नलिखित के कारण पहचानी न जा सके :

- कभी-कभी वे सामान्य कोशिकाओं से अधिक फ़र्क नहीं दिखते हैं;
- हो सकता है कि स्लाइड पर बहुत ही कम असामान्य कोशिकाएँ मौजूद हों; या
- आपकी स्लाइड जांचने वाला व्यक्ति हो सकता है उसके असामान्य लक्षण पहचान न सके (बहुत अनुभव होने पर भी, जांचने वाले व्यक्ति से ऐसा कभी-कभी हो जाता है).

हो सकता है कि 10 जाँचों में एक जाँच को दोबारा करना पड़े क्योंकि :

- हो सकता है आपको कोई संक्रमण हो जिसका इलाज करने के बाद ही एक साफ़ स्लाइड बनाना संभव हो;
- आपकी स्लाइड के सर्वाइकल सैल्स हो सकता है खून या बलगम से ढ़क जाएँ;
- हो सकता है आपकी स्लाइड में सही मूल्यांकन करने के लिए पर्याप्त सर्वाइकल सैल्स मौजूद न हों;
- हो सकता है आपका नमूना सही तरह तैयार न किया गया हो; या
- हो सकता है आपकी स्लाइड टूट गई हो.

अगर संभोग के बाद या एक मासिक धर्म और दूसरे मासिक धर्म के बीच के समय में, आपको कोई असामान्य लक्षण नज़र आते हैं, जैसे कि खून बहना, तो आपको अपने डॉक्टर से जाकर मिलना चाहिए.

अगर मुझे वापस बुलाया जाता है तो उसका क्या मतलब है?

बिरले ही ऐसा होगा कि इसका नतीजा यह होगा कि आपको कैंसर है. इसका बस सीधा मतलब यह हो सकता है कि आपका नमूना स्पष्ट नहीं था और हमें दूसरी जाँच करना ज़रूरी हो. इसे 'असंतोषजनक परिणाम' कहते हैं.

दूसरी ओर, हो सकता है कि आपकी जाँच करने पर सर्विक्स के सैल्स में कुछ छोटे परिवर्तन दिखाई पड़े हों. अगर असामान्य बदलाव (जिनको डयस्कैरियोसिस (dyskaryosis) कहते हैं) नज़र आते हैं, तो आपका नतीजा ऐबनॉर्मल रिज़ल्ट यानी 'अस्वभाविक परिणाम' समझा जाएगा. यह कैंसर नहीं है. लेकिन, ऐबनॉर्मल रिज़ल्ट आने पर, जब आगे कुछ जाँच किए जाते हैं, तो कभी-कभी पता लगता है कि उस व्यक्ति को कैंसर है. ऐबनॉर्मल रिज़ल्ट के बारे में अधिक पता करने के लिए, आप हमारे कैंसर स्क्रीनिंग प्रोग्राम का पत्रक 'व्हॉट यौर ऐबनॉर्मल रिज़ल्ट मीन्ज़' ('What your abnormal result means') नामक पत्र देख सकते हैं.

असामान्य बदलाव के बारे में क्या कुछ किया जा सकता है?

हाँ. आपके डॉक्टर या नर्स आपको बताएँगे कि आपको क्या करना ज़रूरी है. वे आपको अधिक सर्वाइकल स्क्रीनिंग टैस्ट्स के लिए दोबारा आने को कह सकते हैं क्योंकि संभव है कि असामान्य सैल्स अपने आप सामान्य बन जाएँ.

पर, हो सकता है कि वे आपको ' कौलपोस्कोपी '('colposcopy') नामक अधिक सूक्ष्म जाँच के लिए अस्पताल जाने के लिए कह सकते हैं.

कौलपोस्कोपी के बारे में अधिक सूचना के लिए आप हमारा कैंसर स्क्रीनिंग प्रोग्राम का पत्रक 'द कौलपोस्कोपी ऐग्ज़ैमिनेशन ' (' The colposcopy examination') पढ़ सकते हैं.

अगर इलाज की ज़रूरत होगी, तो एक छोटी सी काररवाई होती है और यह सामान्यतः किसी आउटपेशेंट क्लीनिक में होती है. इसका मतलब है कि आपको रात भर वहाँ रहना नहीं पड़ेगा.

क्या सर्वाइकल स्क्रीनिंग से कैंसर से बचा जा सकता है?

नियमित सर्वाइकल स्क्रीनिंग, सर्विक्स के परिवर्तनों का पता लगाने का सबसे अच्छा तरीक़ा है. जल्दी से कैंसर का

पता लगाने और उसका इलाज शुरू कर देने से, लगभग 75% मामलों में कैंसर की प्रगति रोकी जा सकती है.

मेरे सैम्पल यानी नमूने को जाँचने के बाद उसका क्या होगा?

जो लैबोरेट्री यानी प्रयोगशाला आपसे लिए गए नमूने को जाँचेगी, वो उसको कम से कम दस साल तक रखेगी. ऐसा करके वे आपके सबसे ताज़े नतीजे को आपके पुराने नमूनों से मिलाकर जाँच सकेंगे. यह निश्चित करेगा कि आपको आपके लिए ज़रूरी इलाज मिल सके. आपको अच्छे स्तर की एक सेवा प्रदान करने के अपने लक्ष्य को पूरा करने और हमारे स्पेशलिस्ट स्टाफ़ यानी ख़ास कर्मचारियों के विशिष्ट ज्ञान को बढ़ाने के लिए, हो सकता है कि वे नियमित रूप से, आपके नमूने के साथ, सभी स्क्रीनिंग के रिकॉर्डों का रिव्यू यानी पुनरीक्षण करेंगे. इसका अर्थ है कि हैल्थ सर्विस के अंदर दूसरे क्षेत्र में काम करने वालों को भी आपके रिकॉर्ड देखने की ज़रूरत होगी.

अगर किसी पुनरीक्षण से पता चलेगा की आपकी देखभाल दूसरी तरह होनी चाहिए थी, तो हम आपसे संपर्क करेंगे. अगर आप चाहें, तो हम आपके पुनरीक्षण के बारे में आपको अधिक जानकारी दे सकते हैं. हमारे पास रखे रिकॉर्ड के बारे में अधिक जानकारी के लिए आप **एन एच एस डायरैक्ट (NHS Direct)** से **0845 4647** नंबर मिलाकर संपर्क कर सकते हैं.

सारांश

सर्वाइकल स्क्रीनिंग करवाने के लिए आने या न आने का निर्णय लेने में आपकी मदद के लिए उसके प्रमुख लाभ और परेशानियों को नीचे समझाया गया है :

- सर्वाइकल स्क्रीनिंग करवाने से सर्वाइकल कैंसर होने का ख़तरा घट जाता है.
- सर्वाइकल स्क्रीनिंग की वजह से, सर्वाइकल कैंसर इस देश में अब एक आम बीमारी नहीं है.
- 1980s के दशक से, सर्वाइकल कैंसर की दरें आधी हो गई हैं, जिसका मुख्य कारण है कि अधिकांश औरतें नियमित रूप से सर्वाइकल स्क्रीनिंग करवाती हैं.
- 10 में से एक टैस्ट यानी जाँच में, सैल्स यानी कोशिकाएँ माइक्रोस्कोप के नीचे ठीक से नहीं दिखाई देती हैं और जाँच को दोबारा करना ज़रूरी हो जाता है.
- हो सकता है कि जाँच करवाने पर सर्वाइकल सैल्स में छोटी-छोटी गड़बड़ियाँ नज़र आएँ जो अपने आप ग़ायब हो जानी चाहिए थीं, और अगर औरतें स्क्रीनिंग नहीं करवाती, तो उन्हें उनके बारे में कभी भी पता नहीं लगता. इस समय हमें मालूम नहीं है कि कौन-सी छोटी गड़बड़ियाँ आगे चलकर कैंसर में परिवर्तित हो जाएँगी और कौन सी नहीं होंगी. जब कोई छोटी गड़बड़ी नज़र आती है, तो अनेक औरतों को चिंता हो जाती है.
- सर्विक्स का हर असामान्य लक्षण, सर्वाइकल स्क्रीनिंग में नज़र नहीं आता है.
- नियमित स्क्रीनिंग से सर्वाइकल कैंसर से लगभग 75% मामलों में बचा जा सकता है, पर हर मामले में बचना संभव नहीं है.
- कुछ औरतों को जाँच करवाने में तकलीफ़ महसूस होती है.
- शोध से पता चलता है कि सर्वाइकल स्क्रीनिंग से इंग्लैंड में हर साल करीब 4,500 जानें बचाई जाएँगी.

अधिक सूचना और सहारा

अगर इस सेवा के बारे में आपके कोई सवाल हैं तो आप :

- अपने डॉक्टर से पूछिए;
- अपने लोकल हैल्थ क्लीनिक से संपर्क कीजिए;
- हमारी कैंसर स्क्रीनिंग वैबसाइट www.cancerscreening.nhs.uk देखिए; या
- इंटरनेट पर एन एच एस डायरैक्ट से www.nhsdirect.nhs.uk पर जाकर संपर्क कीजिए.

एन एच एस कैंसर स्क्रीनिंग प्रोग्राम्स के साथ मिलकर और कैंसर रिसर्च यूके प्राइमरी कैअर एजुकेशन रिसर्च ग्रूप से सलाह और सहारा लेकर, डिपार्टमेंट ऑफ हैल्थ द्वारा प्रकाशित.

CANCER RESEARCH UK

© Crowncopyright 2006

सी ओ आई द्वारा डिपार्टमेंट ऑफ़ हैल्थ के लिए निर्मित
अंतिम दिनाप्ति 2006

व्यक्तिगत या आंतरिक इस्तेमाल के लिए इस दस्तावेज़ के तथ्य को बिना औपचारिक अनुमति लिये या कोई दाम दिये, दोबारा तैयार किया जा सकता है.

इसकी अतिरिक्त प्रतियों के लिए **272855/सर्वाइकल स्क्रीनिंग (Cervical Screening)** का संदर्भ देकर आपको यहाँ संपर्क करना चाहिए:
DH Publications Orderline
टॅलिफ़ोन : 08701 555 455
फ़ैक्स : 01623 724 524
ई-मेल : dh@prolog.uk.com

272855/सर्वाइकल स्क्रीनिंग के लिए निवेदन करने पर यह जानकारी ब्रेल, ऑडियो और बड़े अक्षरों वाले प्रारूपों में भी उपलब्ध कराई जा सकती है.

आपको यह दूसरी भाषाओं में यहाँ मिल सकता है :
www.cancerscreening.nhs.uk/cervical/publications/in-04.html