NHS सर्विकल स्क्रीनिंग

निर्णय लेने में आपकी सहायता करना

सर्विकल कैंसर क्या है? 2

सर्विकल कैंसर किससे होता है? 2

सर्विकल स्क्रीनिंग क्या है? 3

सर्विकल स्क्रीनिंग के परिणाम 6

कॉल्पोस्कोपी (colposcopy) क्या है? 8

कोई फैसला करना – सर्विकल स्क्रीनिंग के संभावित लाभ और जोखिम 9

सर्विकल कैंसर के लक्षण क्या होते हैं? 10

क्या चीज़ मुझे सर्विकल कैंसर होने की संभावना को प्रभावित करती है? 11

स्क्रीनिंग के बाद मेरे नमूने का क्या होता है? 11

अगर मेरे कोई प्रश्न हों, तो मैं किससे संपर्क कर सकती हूँ? 12

यह आपका फैसला है कि सर्विकल स्क्रीनिंग परीक्षण करवाना है या नहीं। इस पुस्तिका का लक्ष्य निर्णय लेने में आपकी सहायता करना है।

NHS सर्विकल स्क्रीनिंग की पेशकश क्यों करती है?

NHS सर्विकल स्क्रीनिंग से सर्विकल कैंसर से बचाव करने में सहायता मिलती है। इससे UK में हर वर्ष सर्विकल कैंसर से लगभग 5,000 जानें बचाई जाती हैं।

मुझे सर्विकल स्क्रीनिंग के लिए क्यों आमंत्रित किया गया है?

NHS के द्वारा 25 से 49 वर्ष की महिलाओं को हर 3 वर्ष में और 50 से 64 वर्ष की सभी महिलाओं को हर 5 वर्ष में सर्विकल स्क्रीनिंग पेश की जाती है। ऐसा इसलिए है क्योंकि अधिकाँश सर्विकल कैंसर 25 से 64 वर्ष की महिलाओं में उत्पन्न होते हैं।

सर्विकल कैंसर क्या है?

सर्विकल कैंसर तब होता है जब सर्विक्स (गर्भाशय ग्रीवा) में कोशिकाएं किसी अनियंत्रित तरीके से बढ़ना आरंभ कर देती हैं और ये बढ़कर गांठ (ट्यूमर भी कहा जाता है) बन जाती हैं। जैसे-जैसे ट्यूमर बढ़ता है, वैसे-वैसे कोशिकाएं आखिरकार शरीर के अन्य अंगों में फैल सकती है और इससे जान खतरे में पड़ सकती है।

आपकी सर्विक्स आपके गर्भाशय (या बच्चादानी) का सबसे निचला भाग होती है और यह आपकी योनि के सबसे ऊपर होती है।

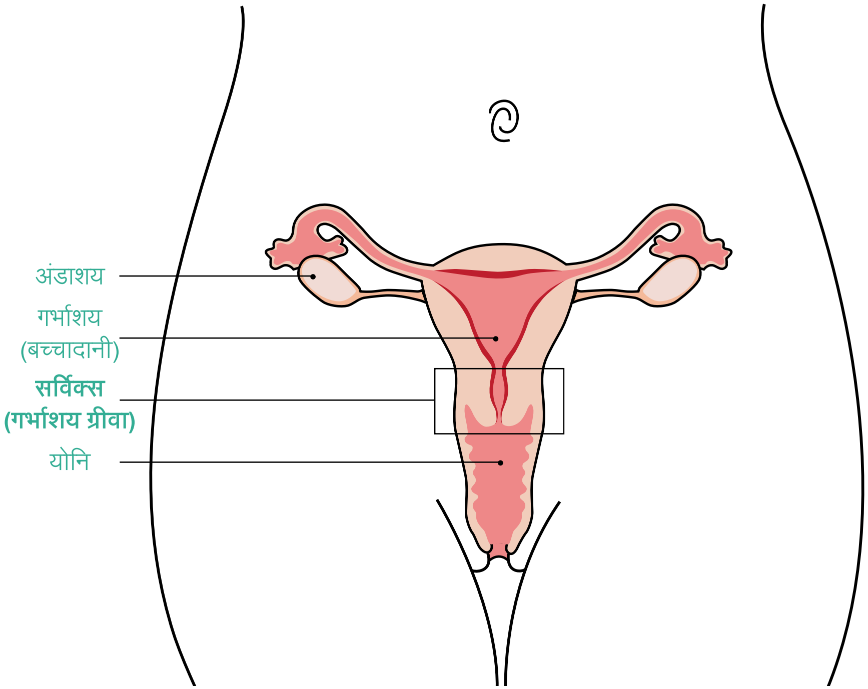
सर्विकल कैंसर किससे होता है?

लगभग सभी सर्विकल कैंसर ह्यूमन पेपिलोमावायरस (या संक्षेप में HPV) नामक वायरस से होते हैं।

HPV एक बहुत आम वायरस है – अधिकाँश लोग अपने जीवन के किसी समय इससे संक्रमित होते हैं। यह किसी पुरुष या महिला के साथ किसी भी प्रकार के सेक्स संबंधी कार्यकलाप के माध्यम से दूसरे को हो सकता है। HPV के बहुत-से भिन्न प्रकार हैं, लेकिन उनमें से केवल कुछ से ही कैंसर हो सकता है।

सर्विकल कैंसर उत्पन्न करने वाले HPV के प्रकार कोई लक्षण उत्पन्न किए बिना आपकी सर्विक्स को संक्रमित कर सकते हैं। अधिकाँश मामलों में, आपकी प्रतिरक्षित प्रणाली वायरस से छुटकारा दिला सकती है और आपको यह पता भी नहीं चलता कि आपको यह था। लेकिन कभी-कभी HPV संक्रमणों से आपकी सर्विक्स में कोशिकाएं असामान्य हो सकती हैं।

सामान्य रूप से, आपका शरीर असामान्य कोशिकाओं से छुटकारा पा सकता है और आपकी सर्विक्स सामान्य हो जाती है। लेकिन कभी-कभी ऐसा नहीं होता और असामान्य कोशिकाएं कैंसर के रूप में विकसित हो सकती हैं।



सर्विकल स्क्रीनिंग क्या है?

सर्विकल स्क्रीनिंग (जिसे 'स्मियर टेस्ट' कहा जाता था) में आपकी सर्विक्स की सतह से कोशिकाओं का एक छोटा नमूना लिया जाता है। यह नमूना प्रयोगशाला में भेजा जाता है और इसकी यह देखने के लिए माइक्रोस्कोप के नीचे जाँच की जाती है कि क्या इसमें कोई असामान्य कोशिकाएं हैं। असामान्य कोशिकाएं कैंसर नहीं होतीं, लेकिन अगर इनका उपचार न किया जाए तो ये कैंसर में विकसित हो सकती हैं।

आपके परीक्षण के परिणाम के आधार पर, आपके नमूने का ह्यूमन पेपिलोमावायरस (HPV) के उन प्रकारों के लिए परीक्षण किया जा सकता है जिनसे सर्विकल कैंसर हो सकता है।

अगले चरण के रूप में आपकी सर्विक्स को और अधिक बारीकी से देखने के लिए आपका एक अन्य परीक्षण (जिसे कॉल्पोस्कोपी कहा जाता है) किया जा सकता है। अगर कॉल्पोस्कोपी करने वाले व्यक्ति को असामान्य कोशिकाओं का पता चलता है, तो वह सुझाव देगा कि आप कोशिकाएं निकलवा लें, जो आमतौर पर एक अन्य कॉल्पोस्कोपी के दौरान किया जाता है। स्क्रीनिंग इस प्रकार सर्विकल कैंसर से बचाव कर सकती है।

अगर मैं स्क्रीनिंग कराने का फैसला करूँ, तो क्या होगा?

आपकी अपाइंटमेंट से पहले:

सर्विकल स्क्रीनिंग आमतौर पर किसी महिला नर्स या डॉक्टर द्वारा की जाती है। अगर आप यह सुनिश्चित करना चाहती हैं कि कोई महिला आपका परीक्षण करे, तो आप अपनी अपाइंटमेंट तय करते समय इसके लिए कह सकती हैं।

आपकी अपाइंटमेंट किसी ऐसे दिन होनी चाहिए जब आपको मासिक-धर्म न हो रहा हो। अगर आपको मासिक-धर्म न हो, तो आपकी किसी भी समय स्क्रीनिंग की जा सकती है।

ढीली फिटिंग वाली स्कर्ट (पतलून या तंग स्कर्ट की बजाए) पहनने से परीक्षण के लिए तैयार होना संभावित रूप से अधिक आसान हो सकता है। कृपया अपना परीक्षण करवाने से 2 दिन पहले योनि की किसी दवा, लुब्रीकेंट या क्रीम का उपयोग न करें क्योंकि इससे आपकी नर्स या डॉक्टर द्वारा लिया जाने वाला नमूना प्रभावित हो सकता है।

अगर आप गर्भवती हैं, अगर आपने हिस्टेरेकटॉमी (गर्भाशय विच्छेदन) करवाई है या अगर आपके यह सोचने का कोई कारण है कि आपके लिए सर्विकल स्क्रीनिंग परीक्षण करवाना कठिन होगा, तो कृपया अपनी नर्स या डॉक्टर से बात करें। वे आपके किसी प्रश्न या चिंता का उत्तर दे सकेंगे और आपके लिए सही व्यवस्थाएं करेंगे।

आपकी अपाइंटमेंट पर:

नर्स या डॉक्टर आपको अपनी कमर के नीचे के कपड़े उतारने और आपको अपने घुटने मोड़कर और इन्हें एक-दूसरे से अलग रखते हुए बिस्तर पर लेटने के लिए कहेंगे।

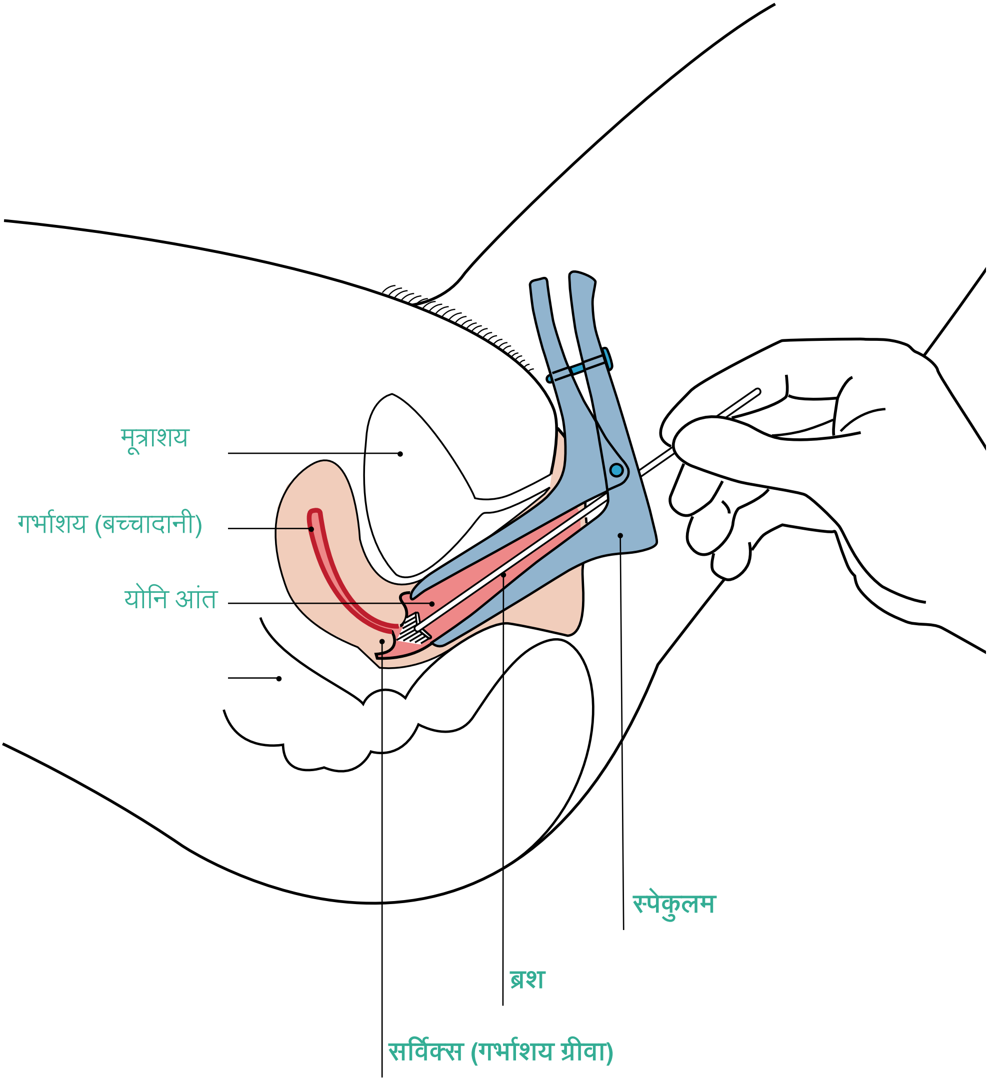
स्पेकुलम (speculum) नामक एक उपकरण आपकी योनि में डाला जाएगा और फिर योनि को कोमलता से खोलने के लिए इसका उपयोग किया जाएगा। इससे आपकी नर्स या डॉक्टर आपकी सर्विक्स देख सकेंगे।

वे आपकी सर्विक्स की सतह से नमूना लेने के लिए एक छोटे ब्रश का उपयोग करेंगे। वास्तविक परीक्षण में केवल एक या दो मिनट लगते हैं। पूरी अपाइंटमेंट में आमतौर पर लगभग 10 मिनट लगते हैं।

सर्विकल स्क्रीनिंग करवाने में कैसा महसूस होता है?

आपको थोड़ी तकलीफ महसूस हो सकती है लेकिन यह जल्द ही ठीक हो जानी चाहिए। अगर इसमें दर्द होता है, तो नर्स या डॉक्टर को बताएं और वे इसे आपके लिए और अधिक आरामदेह बनाने का प्रयास करेंगे।

सर्विकल स्क्रीनिंग परीक्षण करवाना



सर्विकल स्क्रीनिंग के परिणाम

आपको अपने परीक्षण के 2 सप्ताह के भीतर आपके परिणामों के बारे में सूचित करने वाला पत्र मिल जाना चाहिए।

अधिकाँश महिलाओं को सामान्य परिणाम प्राप्त होगा

सर्विकल स्क्रीनिंग करवाने वाली 100 महिलाओं में से लगभग 94 का परिणाम सामान्य होगा। अगर आपका परिणाम सामान्य होता है, तो आपके अगली स्क्रीनिंग परीक्षण से पहले आपको सर्विकल कैंसर होने का जोखिम बहुत कम होगा।

कुछ महिलाओं के नमूने में असामान्य कोशिकाएं होंगी

सर्विकल स्क्रीनिंग करवाने वाली 100 महिलाओं में से लगभग 6 के नमूनों में असामान्य कोशिकाएं होंगी। असामान्य कोशिकाएं कैंसर नहीं होतीं, लेकिन अगर इनका उपचार न किया जाए तो कभी-कभी ये कैंसर में विकसित हो सकती हैं।

थोड़ी असामान्य कोशिकाएं

असामान्य कोशिकाओं वाली अधिकाँश महिलाओं में थोड़ी असामान्य कोशिकाएं ही होंगी। थोड़ी असामान्य कोशिकाओं के दो प्रकार है, जिन्हें बॉर्डरलाइन परिवर्तन और निम्न श्रेणी डिस्केरिओसिस (dyskaryosis) के रूप में जाना जाता है।

अगर आप में थोड़ी असामान्य कोशिकाएं हैं, तो आपके नमूने का ह्यूमन पेपिलोमावायरस (HPV) के उन प्रकारों के लिए परीक्षण किया जाएगा जिनसे सर्विकल कैंसर हो सकता है।

अगर आपको कोई HPV संक्रमण नहीं है, तो आपको अपने अगले स्क्रीनिंग परीक्षण से पहले सर्विकल कैंसर होने का कम जोखिम होता है। इसलिए आपको सामान्य रूप से आपकी आयु के आधार पर 3 से 5 वर्षों में फिर से स्क्रीनिंग के लिए आमंत्रित किया जाएगा।

अगर आपको कोई HPV संक्रमण है, तो आपकी सर्विक्स की और अधिक बारीकी से जाँच करने के लिए आपका एक अन्य परीक्षण (जिसे कॉल्पोस्कोपी कहा जाता है) किया जाएगा।

बहुत असामान्य कोशिकाएं

थोड़ी सी महिलाओं के नमूने में बहुत असामान्य कोशिकाएं होंगी।
इसे उच्च श्रेणी डिस्केरियोसिस कहा जाता है।

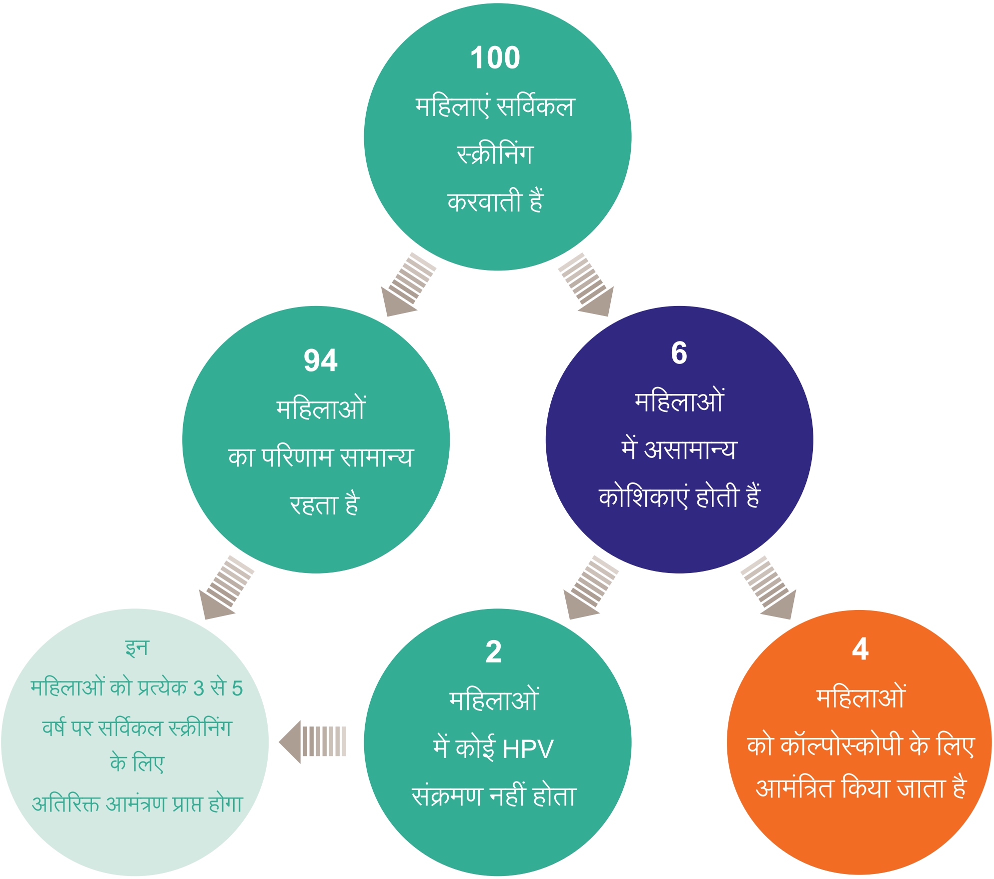
अगर आपमें बहुत असामान्य कोशिकाएं हैं, तो आपकी सर्विक्स की और अधिक बारीकी से जाँच करने के लिए आपकी कॉल्पोस्कोपी की जाएगी।

कभी कभार ही, महिलाओं के नमूने में संभावित रूप से कैंसर कोशिकाएं होंगी

अगर आपका परिणाम यह होता है, तो आपको जल्दी से जल्दी किसी विशेषज्ञ से मिलने के लिए आमंत्रित किया जाएगा। ऐसा 1,000 महिलाओं में से लगभग 1 के साथ होता है।

कुछ महिलाओं को अपने परिणाम प्राप्त करने से पहले एक अन्य सर्विकल स्क्रीनिंग परीक्षण की ज़रूरत होगी

कभी-कभी महिलाओं के परीक्षण दोहराने की ज़रूरत होती है क्योंकि नमूना पर्याप्त रूप से साफ नहीं होता। अगर ऐसा होता है, तो आपको एक अन्य परीक्षण करवाने के लिए आमंत्रित किया जाएगा। ऐसा प्रत्येक 100 स्क्रीनिंग परीक्षणों में से लगभग 2 में होता है।



कॉल्पोस्कोपी (colposcopy) क्या है?

कॉल्पोस्कोपी यह देखने के लिए एक परीक्षण है कि आपकी कितनी सर्विक्स में असामान्य कोशिकाएं हैं और ये कितनी गंभीर हैं। इसे आमतौर पर अस्पताल में बाहरी रोगी क्लिनिक में किया जाता है। कोई विशेषज्ञ चीज़ों को बड़ा करके दिखाने वाले लेंस और एक लाइट (जिसे कॉल्पोस्कोप कहा जाता है) का उपयोग करते हुए आपकी सर्विक्स को बारीकी से देखेगा। वह आपकी सर्विक्स की असामान्य दिखने वाली जगहों की जाँच करने के लिए एक छोटा नमूना (बायोप्सी) ले सकता है। अगर असामान्य कोशिकाएं गंभीर हों, तो आपको कोशिकाएं निकलवाने के लिए उपचार की ज़रूरत हो सकती है। इससे सर्विकल कैंसर से बचाव में सहायता मिलती है।

कॉल्पोस्कोपी परिणाम

आपकी कॉल्पोस्कोपी यह दिखा सकती है कि आप में ऐसी असामान्य कोशिकाएं हैं जिन्हें निकाला जाना चाहिए

अगर आप में गंभीर असामान्य कोशिकाएं पाई जाती हैं, तो इन्हें हटाया जा सकता है। इसे अस्पताल में बाहरी रोगी क्लिनिक में आमतौर पर कॉल्पोस्कोपी के दौरान भी किया जाता है।

कॉल्पोस्कोपी करवाने वाली लगभग आधी महिलाओं में ऐसी असामान्य कोशिकाएं पाई जाती हैं जिन्हें हटाने की ज़रूरत होती है।

आपकी कॉल्पोस्कोपी यह दिखा सकती है कि आपको कैंसर है

कभी कभार ही, स्क्रीनिंग के माध्यम से महिलाओं को कैंसर होने का पता लगेगा। स्क्रीनिंग के माध्यम से पता लगाए गए कैंसरों में आरंभिक चरण पर पता लगने की प्रवृत्ति होती है। जिन महिलाओं में आरंभिक चरण के सर्विकल कैंसर होते हैं, उनमें बाद के चरण वाले कैंसरों से ग्रस्त महिलाओं की तुलना में बचने की अधिक संभावना होती है।

कोई फैसला करना – सर्विकल स्क्रीनिंग के संभावित लाभ और जोखिम

यह आपका फैसला है कि सर्विकल स्क्रीनिंग करवानी है या नहीं। इस बात के बहुत-से भिन्न कारण हैं कि महिलाएं स्क्रीनिंग करवाने या न करवाने का निर्णय क्यों लेती हैं। निर्णय लेने में आपकी सहायता करने के लिए, हमने संभावित लाभों और जोखिमों के संबंध में सूचना शामिल की है।

सर्विकल स्क्रीनिंग के क्या लाभ हैं?

सर्विकल स्क्रीनिंग से सर्विकल कैंसर से बचाव करने में सहायता मिलती है। इससे स्क्रीनिंग करवाने वाली प्रति 100 महिलाओं में से लगभग 1 महिला का सर्विकल कैंसर होने से बचाव होता है।

सर्विकल स्क्रीनिंग द्वारा UK में एक वर्ष में सर्विकल कैंसर से लगभग 5,000 जानें बचाई जाती हैं।

सर्विकल स्क्रीनिंग के क्या जोखिम हैं?

सर्विकल स्क्रीनिंग के जोखिम कॉल्पोस्कोपी के दौरान असामान्य कोशिकाएं हटाने से उत्पन्न होते हैं, स्वयं स्क्रीनिंग परीक्षण से नहीं। असामान्य कोशिकाएं हटाने से कभी-कभी खून निकल सकता है या संक्रमण हो सकता है और इससे भविष्य के गर्भ भी प्रभावित हो सकते हैं। जो महिलाएं असामान्य कोशिकाएं हटाए जाने के बाद गर्भवती होती हैं, उनमें उनके शिशु के समय से 1 से 2 महीने पहले जन्म लेने की थोड़ी अधिक संभावना होती है।

असामान्य कोशिकाएं हटवाने वाली प्रत्येक महिला को आगे चलकर सर्विकल कैंसर नहीं होना था। लेकिन गंभीर असामान्य कोशिकाओं वाली प्रत्येक महिला को इन्हें हटाने के लिए उपचार की पेशकश की जाती है क्योंकि यह बताना संभव नहीं है कि किसे सर्विकल कैंसर होगा और किसे नहीं होगा।

सर्विकल कैंसर के लक्षण क्या होते हैं?

कैंसर आपके नियमित स्क्रीनिंग परीक्षणों के बीच हो सकता है।

इसलिए किसी ऐसी बात के प्रति सावधान रहना महत्वपूर्ण है जो आपके लिए असामान्य हो, जिनमें विशेष रूप से निम्नलिखित हैं:

- आपके मासिक-धर्मों के बीच, संभोग के बाद या रजोनिवृत्ति के बाद रक्तस्राव होना।
- योनि से स्राव होना।
- संभोग के दौरान दर्द या तकलीफ।

अगर आपमें इनमें से कोई परिवर्तन हो, तो किसी डॉक्टर से जल्द मिलें। अपनी अगली सर्विकल अपाइंटमेंट तक इंतज़ार न करें।

सामान्य रूप से इन लक्षणों का यह अर्थ नहीं होगा कि आपको कैंसर है, लेकिन अगर यह पाया जाता है कि आपको कैंसर है, तो इसका जल्दी पता लगने और उपचार किए जाने का यह अर्थ हो सकता है कि आपके जीवित बचने की अधिक संभावना है।

क्या चीज़ मुझे सर्विकल कैंसर होने की संभावना को प्रभावित करती है?

सर्विकल स्क्रीनिंग करवाने से आपको सर्विकल कैंसर होने की संभावना कम हो जाती है।

सर्विकल कैंसर के लगभग सभी मामले HPV संक्रमणों से होते हैं। HPV किसी पुरुष या महिला के साथ किसी भी प्रकार के सेक्स संबंधी कार्यकलाप के माध्यम से दूसरे को हो सकता है।

जिन महिलाओं और पुरुषों के अधिक सेक्स पार्टनर रहे हैं, उन्हें HPV संक्रमण होने की अधिक संभावना होती है। लेकिन HPV इतना आम है कि अधिकाँश लोगों में अपने जीवन के किसी समय यह वायरस होगा।

HPV पूरे जननांग क्षेत्र के आसपास की त्वचा पर पाया जाता है और यह किसी भी प्रकार के सेक्स संबंधी कार्यकलाप के माध्यम से फैल सकता है। इसका अर्थ यह है कि कंडोम कोई HPV संक्रमण होने से हमेशा आपकी रक्षा नहीं करते।

धूम्रपान करने से सर्विकल कैंसर होने का जोखिम बढ़ जाता है क्योंकि इससे आपके शरीर के लिए HPV संक्रमणों से मुक्ति पाना अधिक कठिन हो जाता है।

12 से 13 वर्ष की लड़कियों को अब HPV के उन प्रकारों से बचाव करने के लिए टीका लगाया जाता है जिनसे सर्विकल कैंसर होता है।

स्क्रीनिंग के बाद मेरे नमूने का क्या होता है?

आपका स्क्रीनिंग नमूना प्रयोगशाला द्वारा कम से कम 10 वर्ष तक रखा जाएगा। आपके परिणाम को एक राष्ट्रीय सुरक्षित कंप्यूटर प्रणाली में रखा जाएगा जिससे NHS आपके नवीनतम परिणामों की उन परिणामों से तुलना कर सके जो आपके पहले रहे हैं। आपके परिणाम उन कर्मचारियों द्वारा देखे जा सकते हैं जो स्वास्थ्य सेवा में कहीं अन्य काम करते हैं जिससे वे यह सुनिश्चित कर सकें कि सेवा यथासंभव अच्छी है और साथ ही विशेषज्ञ कर्मचारियों के कौशलों में सुधार किया जा सके।

अगर मेरे कोई प्रश्न हों, तो मैं किससे संपर्क कर सकती हूँ?

अगर सर्विकल स्क्रीनिंग के बारे में आपका कोई प्रश्न हैं, तो आप अपने GP, प्रेक्टिस नर्स या गर्भनिरोधक (contraceptive) क्लिनिक से बात कर सकती हैं। निम्नलिखित वेबसाइटों पर इस पुस्तिका में उपयोग किए गए प्रमाण के स्रोतों सहित सर्विकल स्क्रीनिंग पर अधिक विस्तृत जानकारी दी गई है।

The NHS Cervical Screening Programme
(NHS सर्विकल स्क्रीनिंग कार्यक्रम)
www.cancerscreening.nhs.uk/cervical

Informed Choice about Cancer Screening
(कैंसर स्क्रीनिंग के बारे में सोचा-समझा निर्णय)
www.informedchoiceaboutcancerscreening.org

निम्नलिखित चैरिटी वेबसाइटें आपको सर्विकल स्क्रीनिंग के बारे में उपयोगी सूचना प्रदान कर सकती हैं:

Cancer Research UK (कैंसर रिसर्च UK)
www.cruk.org

Jo’s Cervical Cancer Trust (जोज़ सर्विकल कैंसर ट्रस्ट)
www.jostrust.org.uk

Healthtalkonline
www.healthtalkonline.org

The Information Standard
Certified member

यह पुस्तिका Informed Choice about Cancer Screening (कैंसर स्क्रीनिंग के बारे में सोचा-समझा निर्णय) – King's Health Partners में सूचना विशेषज्ञों की स्वतंत्र टीम द्वारा, Cancer Research UK (कैंसर रिसर्च UK) की सलाह और लिखित सहायता और जोज़ के सर्विकल कैंसर ट्रस्ट से रेखाचित्रों पर दी गई जानकारी से तैयार की गई थी।

जनता के साथ विचार-विमर्श के माध्यम से, जनता के 1,000 से अधिक सदस्यों ने NHS कैंसर स्क्रीनिंग कार्यक्रमों के बारे में सूचना से संबंधित दृष्टिकोण विकसित करने के लिए योगदान दिया।

निम्नलिखित संगठनों ने विचार-विमर्श में सहायता की। Beating Bowel Cancer (आँत के कैंसर को मात देना), BME Cancer Communities (अश्वेत और जातीय अल्पसंख्यक कैंसर समुदाय), Bowel Cancer UK (आँत कैंसर UK), Breakthrough Breast Cancer (स्तन कैंसर का भेदन), Breast Cancer Campaign (स्तन कैंसर अभियान), Breast Cancer Care (स्तन कैंसर की देखभाल), Cancer Research UK (कैंसर रिसर्च UK), Independent Cancer Patients' Voice (स्वतंत्र कैंसर रोगियों की आवाज़), Jo's Cervical Cancer Trust (जो का सर्वाइकल कैंसर ट्रस्ट) और Patient Information Forum (रोगी सूचना मंच)।

www.informedchoiceaboutcancerscreening.org

NHS कैंसर स्क्रीनिंग प्रोग्राम्स द्वारा धन उपलब्ध कराया गया है।

NHS कैंसर स्क्रीनिंग प्रोग्राम्स, पब्लिक हैल्थ इंग्लैंड द्वारा चलाया जाता है।

CANCER RESEARCH UK

Informed Choice about Cancer Screening

डिज़ाइन feltonworks.com द्वारा

सितंबर 2013. समीक्षा की नवीनतम तारीख, सितंबर 2015.

2901195 1p 1.6mill जुलाई 13 (ANT)

इस शीर्षक की अतिरिक्त प्रतियों के लिए www.orderline.dh.gov.uk पर जाएं और कोड xxxxxxx का हवाला दें या DH Publications Orderline से संपर्क करें: फोन: 0300 123 1002; मिनीकॉम: 0300 123 1003

KING'S HEALTH PARTNERS

An Academic Health Sciences Centre for London

Pioneering better health for all