2008

HINDI

the cervical smear test
सर्विकल स्मीयर टैस्ट

explained
आगे विस्तार से

यू.के. में सर्विकल स्मीयर टैस्ट से हर वर्ष 1,000 से अधिक लोगों की जान बचती है तथा यह 10 में से 8 सर्विकल कैंसर पैदा होने से रोकता है।

यह लीफलेट बताता है कि सर्विकल स्मीयर टैस्ट क्या है और टैस्ट के दौरान क्या होता है।

सर्विकल स्मीयर टैस्ट क्या है ?

यह सर्विकल स्मीयर टैस्ट यह जांच करता है कि क्या सर्विक्स (गर्भाशय के संकरे भाग) में कोशिकाएं सामान्य हैं। इसका उद्देश्य उन गड़बिड़यों का पता लगाना है जो सर्विकल कैंसर में विकसित हो सकती हैं, ताकि उनका सरल और प्रभावी ढंग से उपचार किया जा सके।

अधिकांश सर्विकल कैंसर ह्यूमन पैपिल्लोमा वाइरस (HPV) से होता है जो सर्विक्स में कोशिकाओं को नुकसान पहुंचा सकता है। यह बहुत ही सामान्य वाइरस है जो संभोग क्रिया के दौरान घनिष्ठ त्वचा-से-त्वचा संपर्क द्वारा आसानी से फैल सकता है। अधिकांश महिलाओं को अपने जीवन में किसी न किसी समय HPV संक्रमण होगा जिसके बारे में उन्हें पता नहीं चल पाएगा, क्योंकि इस संबंध में सामान्यत: कोई लक्षण नहीं होते हैं। ये HPV लक्षण सामान्यत: स्वयं दूर हो जाते हैं लेकिन ऐसा हमेशा नहीं होता है। यदि HPV सर्विक्स की लाइनिंग में प्रवेश कर जाता है, तो यह कोई नुकसान पहुंचाए बिना कई वर्षों तक वहीं टिका रह सकता है। कभी-कभार, HPV कोशिकाओं को नुकसान पहुंचाना शुरू कर देता है और इससे असामान्य बदलाव होते हैं, जिसका उपयोग न किए जाने से यह कैंसर बन सकता है।

इन बदलावों का पता सर्विकल स्क्रीनिंग से चल सकता है। यू.के. में, स्मीयर टैस्ट से प्रति वर्ष 1,000 से अधिक लोगों की जान बचती है तथा यह 10 में से 8 सर्विकल कैंसरों को विकसित होने से रोकता है। लेकिन, यह सभी मामलों को नहीं रोक सकता है।

किसे स्मीयर टैस्ट कराना चाहिए?

20 से 60 वर्ष की सभी महिलाओं, जिन्होंने कभी भी संभोग किया हो, को नियमित सर्विकल स्मीयर टैस्ट कराना चाहिए। स्कॉटलैंड में, इस आयु वर्ग की महिलाओं को प्रत्येक 3 वर्षों में स्मीयर टैस्ट कराने के लिए नियमित रूप से आमंत्रित किया जाता है। यदि पिछली-बार कराए गए स्मीयर टैस्ट के समय से तीन वर्ष से अधिक समय हो गया है और आपको हाल ही में टैस्ट के लिए आमंत्रित नहीं किया गया है, तो आपको डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए।

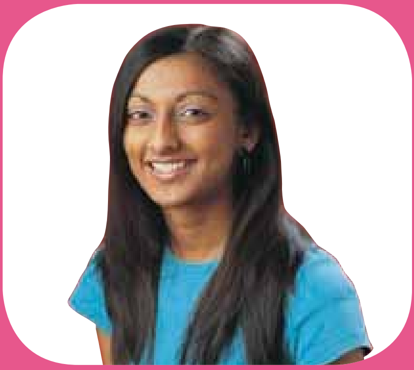
यदि आपको HPV के विरुद्ध टीका लगाकर सुरक्षित कर भी दिया गया है, तो यह महत्वपूर्ण है कि 20 वर्ष की आयु आप में अपना पहला स्क्रीनिंग आमंत्रण स्वीकार कर लें और फिर नियमित सर्विकल स्क्रीनिंग कराते रहें। यह इसलिए है क्योंकि टीका आपको उस प्रत्येक प्रकार के HPV के विरुद्ध सुरक्षा प्रदान नहीं करता है जिससे सर्विकल कैंसर हो सकता है।

यदि आप में कोई असामान्य बदलाव अथवा रक्तस्त्राव होता है, तो यह महत्वपूर्ण है कि आप जितना जल्दी संभव हो सके अपने डॉक्टर से मिल लें।

स्मीयर टैस्ट कौन करता है ?

सामान्यतः आपकी प्रैक्टिस नर्स या डॉक्टर ही स्मीयर टैस्ट करेंगे। यदि आप चाहें, तो आप अपना स्मीयर टैस्ट अपने वैल वूमैन क्लिनिक अथवा फैमिली प्लानिंग क्लिनिक, जहां ये उपलब्ध हों, में करा सकते हैं। आप जिस भी क्लिनिक का प्रयोग करें, यदि आप किसी महिला डॉक्टर या नर्स से मिलना चाहते हैं, तो आप हमेशा इसके लिए अनुरोध कर सकते हैं।

आपको टैस्ट के लिए उस दिन अप्वाइंटमेंट मांगना चाहिए जब आपको पीरियड न हों, ताकि आपका टैस्ट करने वाली नर्स अथवा डॉक्टर आपका सर्विक्स स्पष्ट रूप से देख सके। यदि आप गर्भनिरोध के लिए कंडोम या कैप के साथ शुक्राणुनाशक का प्रयोग करते हैं अथवा लुब्रिकेटिंग जैली का प्रयोग करते हैं, तो कृपया अपने अप्वाइंटमेंट से 24 घंटे पहले संभोग न करें। यह इसलिए है क्योंकि शुक्राणुनाशक और लुब्रिकेटिंग जैली में रसायनों से आपके स्मीयर टैस्ट पर प्रभाव पड़ सकता है।



स्मीयर टैस्ट के दौरान क्या होता है ?

आपसे कमर के नीचे से अंडरवीयर हटाने, जांच पलंग पर पीठ के बल लेटने, और अपने घुटने मोड़ने के लिए कहा जाएगा। डॉक्टर अथवा नर्स स्पेकुलम नामक ट्यूब को धीरे से आपके योनिमार्ग के अंदर डालेगी ताकि यह खुला रह सके और सर्विक्स दिखायी दे सके। डॉक्टर अथवा नर्स फिर सर्विक्स से कोशिकाओं को धीरे-धीरे ब्रश करेगी। इन कोशिकाओं को प्रयोगशाला भेजा जाएगा, जहां उनकी जांच माइक्रोस्कोप द्वारा की जाएगी।

क्या स्मीयर टैस्ट से जख्म होता है ?

स्मीयर टैस्ट कराने से जख्म नहीं होना चाहिए, लेकिन आपको इससे थोड़ा तकलीफ हो सकती है। यह समझने योग्य बात है कि यह टैस्ट कराने के बारे में आप थोड़ा परेशानी अथवा घबराहट महसूस कर सकते हैं, लेकिन आपका स्मीयर लेने वाली डॉक्टर अथवा नर्स आपके लिए इसे यथासंभव आसान बनाएगी। यदि आपको घबराहट हो रही है, तो उन्हें बताएं और वे आपको चिंतामुक्त रखने में मदद करेंगी।

टैस्ट रिजल्ट कौन देखता है ?

आपके स्मीयर टैस्ट के लिखित रिजल्ट आपको 4 हफ्तों के भीतर भेज दिए जाएंगे। यह रिजल्ट आपके द्वारा दिए गए उस व्यक्ति के नाम एवं पते पर सीधे भेज दिए जाएंगे जो आपका स्मीयर टैस्ट करता है। रिजल्ट उस व्यक्ति को भी भेजे जाएंगे जिसने आपका स्मीयर लिया, और साथ ही आपके डॉक्टर को, चाहे आपने अपना टैस्ट किसी और से ही क्यों न कराया हो।

यदि आपको 4 हफ्तों के भीतर अपना रिजल्ट प्राप्त नहीं होता है, तो उस व्यक्ति से संपर्क करें जिसने आपका टैस्ट किया।

रिजल्ट दर्शाने वाले पत्र में क्या कहा जाएगा?

अधिकांश मामलों में, यह बताएगा ''कोई गड़बडियां नहीं'', और यह पुष्टि करेगा कि आपके सर्विक्स में कोशिकाएं सामान्य हैं। यदि आपका रिजल्ट सामान्य है, तो आपको स्वत: ही 3 वर्ष की अवधि में एक और स्मीयर टैस्ट कराने के लिए आमंत्रित किया जाएगा।

कभी–कभी प्रयोगशाला को यह पता चलता है कि माइक्रोस्कोप के नीचे जांच करने के लिए आपके स्मीयर सैम्पल में पर्याप्त कोशिकाएं नहीं होती हैं। ऐसा 100 मामलों में से लगभग 2 मामलों में होता है। आपसे यथासंभव शीघ्र दूसरा स्मीयर टैस्ट कराने के लिए कहा जाएगा।

कभी–कभी आपके सर्विक्स में असामान्य कोशिकाएं पायी जाती हैं । यह पत्र आपके रिजल्ट बताएगा और यह भी कि आगे क्या करना है। यदि कोशिकाओं में परिवर्तन बहुत ही कम हैं या ‘‘बॉर्डरलाइन (सीमारेखा)’’ पर हैं, तो वे स्वयं दूर हो सकते हैं। अन्यथा आपसे दोबारा या अनुवर्ती टैस्ट के लिए आने हेतु, अथवा आगे जांच कराने हेतु कहा जा सकता है। सभी असामान्य रिजल्ट्स पर अनुवर्ती ार्यवाही करना और यदि आवश्यक हो तो उनका उपचार करना महत्वपूर्ण है।

यदि आपको अपने परिणाम और आपको क्या कार्यवाही करनी है, के बारे में कोई चिंताएं अथवा प्रश्न हैं, तो अपने डॉक्टर या नर्स से बात करें।

स्मीयर सैम्पलों का क्या होता है ?

आपके स्मीयर की जांच करने वाली प्रयोगशाला आपके स्मीयर सैम्पल 10 वर्षों तक रखती है। इसका अर्थ है कि आपसे विभिन्न समयों पर लिए गए स्मीयर की तुलना करना संभव है। यदि इन तुलनात्मक जांचों से यह संकेत मिलता है कि आपकी चिकित्सा में किसी भी तरह से परिवर्तन किया जाना चाहिए, तो आपसे संपर्क किया जाएगा। साथ ही, आपके सैम्पल की आगे जांच की जा सकती है, जिसमें HPV टैस्टिंग भी शामिल है, ताकि NHS इस बात का आंकलन कर सके कि यह कितनी अच्छी तरह से सर्विकल कैंसर को रोक रहा है।

स्मीयर टैस्ट से प्राप्त जानकारी का उपयोग किस तरह किया जाता है ?

स्कॉटिश सर्विकल स्क्रीनिंग प्रोग्राम, स्मीयर टैस्ट रिजल्ट सहित आपकी व्यक्तिगत जांच जानकारी का रिकॉर्ड रखता है। इस जानकारी को केवल अधिकृत स्टाफ एवं समुचित स्वास्थ्य चिकित्सा पेशेवर, जैसे आपका डॉक्टर, देख सकते हैं। सभी कर्मचरी कड़े गोपनीयता कोड से बंधे होते हैं।

स्मीयर टैस्ट जानकारी का प्रयोग गुमनाम अनुसंधान, जन स्वास्थ्य, शिक्षा और प्रशिक्षण प्रयोजनों हेतु किया जा सकता है। इस तरह प्रयोग किए गए कोई भी टैस्ट सैम्पल और जानकारी गुमनाम रहेगी अर्थात् इसमें से व्यक्तिगत विवरण हटा दिए जाएंगे ताकि इन्हें किसी नामित व्यक्ति से न जोड़ा जा सके। स्मीयर टैस्ट जानकारी का प्रयोग क्लिनिकल ऑडिट के लिए भी किया जाता है। इससे यह सुनिश्चित करने में मदद मिलती है कि सर्विकल स्क्रीनिंग सर्विस, सहमत मानकों को पूरा करती है तथा यह सुधार के लिए क्षेत्रों की भी पहचान करती है।

आप इन विषयों के लिए, अपने स्मीयर टैस्ट सैम्पल और जानकारी के प्रयोग पर आपत्ति कर सकते हैं तथा NHS सहमत होने के लिए बाध्य होता है, यदि ऐसा करना संभव हो। आपको, लिखित चिकित्सा रिकॉर्डों में अथवा कंप्यूटर पर आपके बारे में धारण की गई व्यक्तिगत जानकारी देखने का कानूनी अधिकार होता है। यदि आप इस बारे में अधिक जानना चाहते हैं कि स्मीयर टैस्ट जानकारी का प्रयोग किस प्रकार किया जाएगा, कृपया अपने लोकल NHS बोर्ड में डेटा प्रोटेक्शन ऑफिसर से संपर्क करें।

याद रखने के लिए प्रमुख बातें

- सर्विकल जांच से सर्विकल कैंसर विकसित होने का जोखिम कम हो जाता है, तथा इससे यू.के. में हर वर्ष 1000 से अधिक लोगों की जान बचती है।
- अधिकांश सर्विकल कैंसर ह्यूमन पैपिल्लोमा वाइरस (HPV) से होता है। यह वाइरस बहुत ही सामान्य होता है तथा संभोग क्रिया द्वारा आसानी से फैलता है।
- चाहे आपको HPV के विरुद्ध सुरक्षा क्यों न मिल गई हो, आपको नियमित सर्विकल जाँच करानी चाहिए।
- सर्विकल स्मीयर टैस्ट, सर्विक्स की प्रत्येक गड़बड़ी को नहीं पकड़ पाते हैं अथवा सर्विकल कैंसर के प्रत्येक मामले को नहीं रोक पाते हैं।
- सर्विकल कोशिकाओं में गड़बड़ियां कोई उपचार किए बिना बेहतर हो जाती हैं, लेकिन इनकी हमेशा अनुवर्ती जाँच किए जाने की ज़रूरत होती है।
- चाहे आप नियमित स्मीयर टैस्ट क्यों न कराते हों, आपको किसी असामान्य द्रव्य या रक्त निकलने का पता चलने पर यथा संभव शीघ्र डॉक्टर से मिलना चाहिए।
- यह सुनिश्चित करें कि आपके डॉक्टर के पास आपका वर्तमान पता होता है, ताकि आपको स्वत: ही नियमित स्मीयर टैस्ट के लिए आमंत्रित किया जा सके।
- यदि आप सर्विकल जाँच के बारे में अधिक जानना चाहते हैं, तो अपनी नर्स अथवा डॉक्टर से बात करें, या www.nhs24.com/cervicalscreening में जाएं अथवा 0800 22 44 88 पर फ्री NHS हैल्पलाइन पर फोन करें।

यदि आपके पास वेब सुविधा उपलब्ध नहीं है या आपको यह कार्य करने के लिए मदद चाहिए, तो अपने लोकल NHS बोर्ड से संपर्क करें अथवा 0800 22 44 88 (टैक्स्टफोन 18001 22 44 88) पर फ्री NHS हैल्पलाइन पर फोन करें।

ENGLISH

More information is available in other languages and formats at http://www.healthscotland.com/publications

If you do not have web access or need help to do this, contact your local NHS Board or phone the free **NHS Helpline** on **0800 22 44 88** (Textphone 18001 0800 22 44 88).

বাংলা BENGALI

http://www.healthscotland.com/publications তে অন্যান্য ভাষা এবং ফর্মায় আরো তথ্য পাওয়া যায়।

আপনার কাছে ওয়েব দেখার সুযোগসুবিধা না থাকলে কিংবা তাতে সাহায্যের প্রয়োজন হলে **0800 22 44 88** (টেক্সফোন 18001 0800 22 44 88)তে বিনামূল্যে **NHS Helpline** (এনএইচএস হেল্পলাইনে) ফোন করুন কিংবা আপনার স্থানীয় NHS Board (এনএইচএস বোর্ডে) যোগাযোগ করুন।

中文 CHINESE

想得到更多关于该信息的不同语言或者格式的版本,请浏览以下网址 http://www.healthscotland.com/publications

如果你不能浏览互联网或者需要别人帮助你浏览互联网,请联系你本地的NHS(全民健康服务),免费**NHS**帮助热线是**0800 22 44 88**(文本电话 18001 0800 22 44 88).

FRANÇAIS FRENCH

Pour obtenir de plus amples informations en d'autres langues et formats veuillez cliquer sur le lien suivant http://www.healthscotland.com/publications

Si vous n'avez pas accès à Internet ou avez besoin d'aide pour le faire, contactez votre agence locale NHS Board ou contactez le numéro gratuit du **NHS Helpline** au **0800 22 44 88** (Textphone 18001 0800 22 44 88).

LIETUVIŠKAI LITHUANIAN

Tolesnę informaciją galima rasti kitomis kalbomis ir kituose formatuose, adresu http://www.healthscotland.com/publications

Jei neturite priėjimo prie interneto, arba jeigu jums reikalinga pagalba, susisiekite su savo vietine Sveikatos Apsaugos Taryba (NHS Board), arba skambinkite nemokamu **NHS pagalbos** telefonu: **0800 22 44 88** (Tekstofonas: 18001 0800 22 44 88).

हिन्दी HINDI

अन्य भाषाओं और फॉर्मेट्स में अधिक जानकारी निम्नलिखित पते पर उपलब्ध है http://www.healthscotland.com/publications

यदि आपके पास वेब एक्सेस नहीं है अथवा इसे करने के लिए मदद की जरूरत है, तो अपने स्थानीय NHS Board (एनएचएस बोर्ड) से संपर्क करें अथवा **0800 22 44 88** (टैक्स्टफोन 18001 0800 22 44 88) पर नि:शुल्क **NHS Helpline** (एनएचएस हैल्पलाइन) को फोन करें.

POLSKI POLISH

Więcej informacji w innych językach i formatach znajdą Państwo na stronie internetowej http://www.healthscotland.com/publications

Jeżeli nie mają Państwo dostępu do Internetu lub potrzebują pomocy w znalezieniu informacji prosimy kontaktować się z lokalną siedzibą Narodowego Funduszu Zdrowia (NHS Board) lub telefonować pod bezpłatna **infolinię NHS** pod numer **0800 22 44 88** (numer telefonu testowego 18001 0800 22 44 88).

Русский RUSSIAN

Дополнительная информация доступна на других языках и в другом формате на: http://www.healthscotland.com/publications

Если вы не можете открыть веб страницу или вам нужна помощь, обратитесь в местное Бюро НСЗ (NHS Board) или бесплатно позвоните в **Службу Помощи НСЗ (NHS)** по телефону **0800 22 44 88** (Текстофон 18001 0800 22 44 88).

ESPAÑOL SPANISH

Mayores informes se encuentran disponibles en otros lenguajes e idiomas en http://www.healthscotland.com/publications

Si no cuenta con acceso a internet o requiere ayuda para la consulta, contacte su NHS Board local marcando al conmutador, o marque gratis a la linea **NHS Helpline** al **0800 22 44 88** (Para textos telefónicos al 18001 0800 22 44 88).

URDU اردو

درج ذیل پتے پر دیگر زبانوں اور شکلوں میں مزید معلومات دستیاب ہیں http://www.healthscotland.com/publications

اگر آپ کے پاس انٹرنیٹ کی سہولت نہیں ہے یا اس کام میں مدد کی ضرورت ہے تو، اپنے مقامی NHS Board (این ایچ ایس بورڈ) سے رابطہ کریں یا **NHS Helpline** (این ایچ ایس ہیلپ لائن) کو **0800 22 44 88** (ٹیکسٹ فون18001 0800 22 44 88) پر مفت فون کریں۔

NHS हैल्थ स्कॉटलैंड द्वारा प्रकाशित एडिनबर्ग ऑफिस
Edinburgh Office:
Woodburn House
Canaan Lane
Edinburgh EH10 4SG

© NHS हैल्प स्कॉटलैंड तथा स्कॉटिश
सर्विकल स्क्रीनिंग प्रोग्राम 2008

ISBN: 978-1-84485-120-1

अपना ध्यान रखें और यह याद रखें कि
नियमित स्मीयर टैस्ट से जीवन बचता है।

healthier scotland
SCOTTISH GOVERNMENT

www.healthscotland.com

NHS SCOTLAND

2899 11/2008