सर्वाइकल स्क्रीनिंग (गर्भाशय ग्रीवा जाँच)

आपका टैस्ट (जाँच), आपकी पसंद

सुरक्षित

सटीक।

Time to screen
National Cervical Screening Programme

TimeToCervicalScreen.nz

HPV (एचपीवी) और सर्वाइकल (गर्भाशय ग्रीवा का) कैंसर

लगभग सभी सर्वाइकल कैंसर ह्यूमन पैपिलोमावायरस (एचपीवी) के कारण होते हैं। यह वायरस बहुत आम है और घनिष्ठ त्वचा-से-त्वचा संपर्क या किसी यौन गतिविधि से फैलता है। लगभग सभी वयस्कों को अपने जीवनकाल के किसी न किसी चरण में एचपीवी होगा।

हालांकि एचपीवी के अधिकांश मामले आमतौर पर अपने आप ठीक हो जाते हैं, कुछ ऐसे हैं जो बने रह सकते हैं और कोशिका परिवर्तन का कारण बन सकते हैं जो आगे चलकर कैंसर में बदल सकते हैं। वायरस कभी-कभी आपके सिस्टम (शरीर) में निष्क्रिय भी रह सकता है और आपके इसके संपर्क में आने के सालों बाद तक इसका पता नहीं चल पाता है। यदि जाँच में इसे पाया जाता है, तो जरूरी नहीं है कि यह एचपीवी के नए संपर्क के कारण हुआ हो। इन कारणों से, नियमित रूप से स्क्रीन (जाँच) कराना महत्वपूर्ण है, भले ही आप एक ही साथी के साथ रहे हों या कुछ समय से सैक्सुअली एक्टिव (यौन रूप से सक्रिय) नहीं रहे हों।

सर्वाइकल कैंसर विकसित होने में आमतौर पर 10 साल या उससे ज्यादा समय लगता है। नियमित जाँच से लोगों में कोशिका परिवर्तन के बढ़ते जोखिम का पता लगाया जा सकता है ताकि यदि परिवर्तन होता है, तो उनका इलाज किया जा सके, अक्सर कैंसर बनने से पहले।

एचपीवी संक्रमण, कोशिका परिवर्तन और कैंसर होने के बीच कई चरण होते हैं। एचपीवी होने का मतलब यह नहीं होता कि आपको कैंसर है।

सर्वाइकल कैंसर सबसे अधिक रोकथाम किए जाने योग्य कैंसरों में से एक है। एचपीवी टीकाकरण और नियमित जाँच, साथ मिलकर सर्वाइकल कैंसर के विकास के खिलाफ आपको सर्वोत्तम सुरक्षा प्रदान करते हैं।

जाँच किए गए लगभग 90% लोगों में एचपीवी नहीं पाया जाएगा और वे अपनी नियमित जाँच जारी रख सकते हैं। जाँच किए गए लगभग 10% लोगों में एचपीवी होगा और उन्हें आगे जाँच करवाने की आवश्यकता होगी।

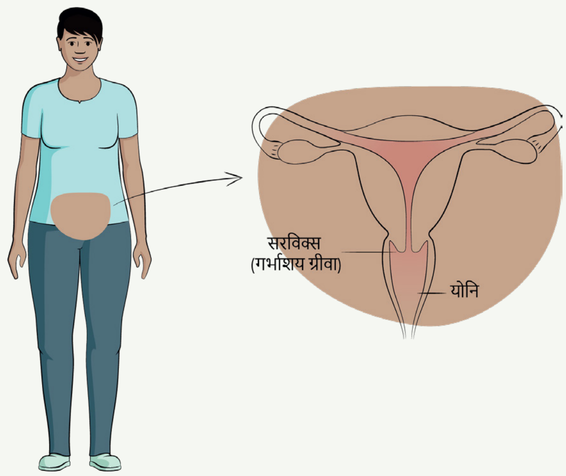
सर्वाइकल स्क्रीनिंग (गर्भाशय ग्रीवा जाँच) के बारे में

एचपीवी के खिलाफ टीकाकरण के साथ-साथ, नियमित गर्भाशय ग्रीवा जाँच से गर्भाशय ग्रीवा के कैंसर से होने वाली बीमारी और मृत्यु में कमी आती है। नेशनल सर्वाइकल स्क्रीनिंग प्रोग्राम (एनसीएसपी) का हिस्सा बनना और नियमित रूप से जाँच करवाना सर्वाइकल कैंसर से खुद को बचाने का सबसे अच्छा तरीका है ताकि आप अपने और अपने परिवार के लिए स्वस्थ रह सकें।

अब एक शीघ्र और आसान सर्वाइकल स्क्रीनिंग टैस्ट उपलब्ध है जिसे ज्यादातर लोगों को हर 5 साल में करने की आवश्यकता होगी, इसे सैल्फ-टैस्ट (स्वयं-जाँच) के रूप में करने का विकल्प भी उपलब्ध है।

अधिकांश सर्वाइकल कैंसर का कारण बनने वाले वायरस का पता लगाने में एचपीवी टैस्ट एक बहुत ही संवेदनशील और सटीक टैस्ट है। यह जाँच किए गए लोगों में से उन 10% की पहचान करेगा, जिनमें प्रीकैंसरस सर्वाइकल सेल (कैंसर से पहले गर्भाशय ग्रीवा कोशिका) परिर्वतन के विकसित होने का खतरा बढ़ गया है; जिससे शीघ्र उपचार और ज्यादा सर्वाइकल कैंसरों को रोकने का अवसर मिलता है।

सर्वाइकल स्क्रीनिंग की नई विधि में ह्यूमन पैपिलोमावायरस (एचपीवी) नामक एक सामान्य वायरस की तलाश की जाती है, जो 95% से अधिक सर्वाइकल कैंसर का कारण बनता है। यह टैस्ट उतना ही अच्छा है, चाहे आप इसे स्वयं करें, अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता की मदद लें, या आपसे सर्वाइकल का नमूना लिया जाए।



मुझे कैसे पता चलेगा कि मुझे स्क्रीनिंग करवाने की जरूरत है?

आपको स्क्रीनिंग करवाने की सलाह दी जाती है यदि:

- आप एक महिला या गर्भाशय ग्रीवा वाले व्यक्ति हैं;
- आपकी आयु 25 से 69 के बीच है;
- आजकल यौन रूप से सक्रिय हैं, या कभी सक्रिय रहे हैं।

यदि आपकी संपूर्ण हिस्टेरेक्टॉमी (गर्भाशय और गर्भाशय ग्रीवा को हटाना) हुई है तो अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से जाँच लें कि क्या आपको अभी भी स्क्रीनिंग करवाने की आवश्यकता है।

यदि आप गर्भवती हैं, तो टैस्ट करना सुरक्षित है। यदि आपको मासिक धर्म आ गया है, तो भी आप स्क्रीनिंग टैस्ट करवा सकती हैं, बशर्ते कि बहुत अधिक रक्तस्राव न हो क्योंकि यह टैस्ट के परिणाम को प्रभावित कर सकता है।

आपके एचपीवी टैस्ट के विकल्प

सर्वाइकल स्क्रीनिंग टैस्ट कैसे किया जा सकता है, इसके लिए दो विकल्प उपलब्ध हैं। आपका नमूना या तो योनि स्वाब के रूप में लिया जा सकता है (जिसे स्वयं-जाँच के रूप में या स्वास्थ्य सेवा प्रदाता की मदद से किया जा सकता है), या गर्भाशय ग्रीवा के नमूने के रूप में (जिसे स्मीयर टैस्ट के रूप में जाना जाता था)।

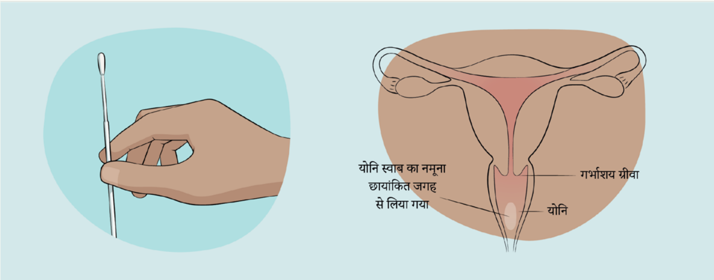
एचपीवी टैस्ट विकल्प 1: योनि स्वाब

योनि स्वाब अधिकांश लोगों के लिए उपयुक्त होगा। यदि आपके लिए कोई अलग टैस्ट उपयुक्त होगा तो आपको उसकी सलाह दी जाएगी।

सैल्फ-टैस्ट (स्वयं-जाँच) आमतौर पर आपकी स्क्रीनिंग अप्वॉइटमेंट पर एक निजी क्षेत्र में किया जाता है। कुछ स्क्रीन लेने वाले समुदाय-आधारित स्थान, एक मोबाइल यूनिट या टेक-होम (घर ले जाने वाले) विकल्प की पेशकश कर सकते हैं।

यदि आप योनि स्वाब लेने के लिए स्क्रीन-लेने वाले की सहायता लेना चाहती हैं, तो अपनी अप्वॉइंटमेंट लेते समय अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता को इस बारे में बताएं।

एक स्वाब का उपयोग करके आपकी योनि से नमूना एकत्र किया जाएगा। योनि के नमूने की जाँच केवल HPV (एचपीवी) के लिए की जाती है।



यदि एचपीवी पाया जाता है, तो पाए गए प्रकार के आधार पर, आपको किसी कोशिका परिवर्तन की जाँच के लिए गर्भाशय ग्रीवा का नमूना देने की आवश्यकता हो सकती है (जिसे स्मीयर टैस्ट कहा जाता है), या आपको यह देखने के लिए colposcopy (कोल्पोस्कोपी) के लिए भेजा जा सकता है कि क्या गर्भाशय ग्रीवा में कोई बदलाव आया है जिसके लिए उपचार की आवश्यकता है।

यदि HPV (एचपीवी) नहीं पाया जाता है, तो आपकी अगली जाँच 5 साल में होगी (या यदि आपमें प्रतिरक्षा की कमी है तो 3 साल बाद होगी)।

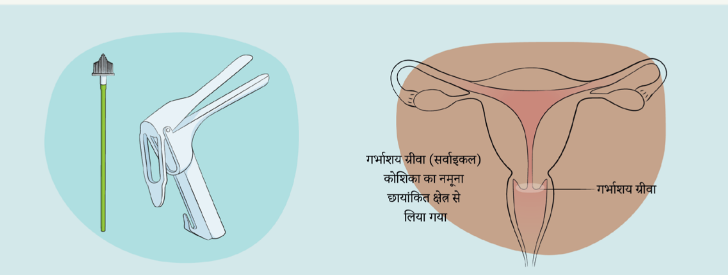
योनि स्वाब टैस्ट के बारे में अधिक जानकारी **www.CervicalSelfTest.nz** पर उपलब्ध है।

HPV टैस्ट विकल्प 2: सर्वाइकल नमूना

पहले इसे स्मीयर टैस्ट कहा जाता था, कुछ लोगों के लिए इसकी सलाह दी जा सकती है, और यदि आप चाहें तो आप अभी भी इस विकल्प का चुनाव कर सकते हैं।

सर्वाइकल (गर्भाशय ग्रीवा) का नमूना एक प्रशिक्षित स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर द्वारा लिया जाता है। यह [नमूना] किसी क्लिनिक में, समुदाय-आधारित स्थान पर या मोबाइल यूनिट में लिया जा सकता है।

आपका स्क्रीन टैस्ट करने वाला एक स्पेकुलम और एक छोटे ब्रश का उपयोग करके आपके गर्भाशय ग्रीवा से कोशिकाओं का एक नमूना लेगा। नमूने को पहले एचपीवी के लिए टैस्ट किया जाता है।



यदि एचपीवी पाया जाता है, तो किसी भी कोशिका बदलाव के लिए उसी नमूने की जाँच की जाएगी। परिणामों के आधार पर, आपको यह देखने के लिए कोल्पोस्कोपी (योनि की दीवार को देखने) के लिए भेजा जा सकता है कि क्या गर्भाशय ग्रीवा में कोई परिवर्तन है जिसके लिए उपचार की आवश्यकता है।

यदि HPV (एचपीवी) नहीं पाया जाता है, तो आपकी अगली जाँच 5 साल में होगी (या यदि आपमें प्रतिरक्षा की कमी है तो 3 साल बाद होगी)।

सर्वाइकल टैस्ट के बारे में अधिक जानकारी **www.CervicalSample.nz** पर उपलब्ध है।

मैं सर्वाइकल स्क्रीनिंग कार्यक्रम में कैसे भाग ले सकती हूँ?

यदि आप पात्र हैं, तो आपके 25 वर्ष के होते ही आप स्वचालित रूप से कार्यक्रम का हिस्सा बन जाती हैं, या जब आपका पहला सर्वाइकल स्क्रीनिंग टैस्ट होता है।

स्क्रीनिंग के लिए आमंत्रण, रिकॉल और रिमाइंडर (याद दिलाने का पत्र) प्राप्त करने के लिए आपका नाम NCSP (एनसीएसपी)-रजिस्टर में होना जरूरी है। अगर आप निश्चित नहीं हैं कि आपका नाम रजिस्टर में है या नहीं, तो **0800 729 729** नंबर पर फोन करें।

क्या मैं निःशुल्क स्क्रीनिंग के लिए योग्य हूँ?

नेशनल सर्वाइकल स्क्रीनिंग प्रोग्राम (एनसीएसपी) पूरी तरह से फंडिड (वित्त पोषित) नहीं है। हालाँकि, स्क्रीनिंग उन महिलाओं और गर्भाशय ग्रीवा वाले लोगों के लिए निःशुल्क है:

- जिनकी आयु 30 वर्ष या उससे अधिक हो और उनका कभी स्क्रीनिंग टैस्ट नहीं हुआ है या उनकी कम जाँच की गई है
- जिन्हें फॉलो-अप (अनुवर्ती) टैस्ट की जरूरत है
- जिनके पास कम्युनिटी सर्विसिज़ कार्ड है
- आप माओरी या पैसीफिक समूह से हैं।

मुझे सर्वाइकल स्क्रीनिंग के लिए कहाँ जाना है?

आपके चुनने के लिए निम्नलिखित विकल्प हैं:

- किसी जीपी क्लिनिक में यदि आपका कोई सामान्य डॉक्टर या नर्स है
- माओरी, पैसीफिक या महिलाओं का कम्युनिटी हैल्थ सैंटर (सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र)
- आउटरीच (सीमा से बाहर) सेवाएँ, जैसे कि मराय या मोबाइल यूनिट
- परिवार नियोजन क्लीनिक
- यौन स्वास्थ्य सेवाएँ (पूरे परामर्श के एक हिस्से के रूप में)।

कुछ स्वास्थ्य सेवा प्रदाता टेक-होम (घर ले जाने वाले) विकल्प प्रदान कर सकते हैं, यदि इसमें आपकी रुचि हो तो उनसे बात करें।

आप अपनी अप्वॉइंटमेंट के समय किसी सहायक व्यक्ति को अपने साथ ले जा सकते हैं। यदि आपको दुभाषिए की आवश्यकता है या आपको ऐसी विकलांगता है जिसके कारण आपको सहायता की आवश्यकता है, तो बुकिंग करते समय सूचित करें।

अधिक जानकारी प्राप्त करें

कार्यक्रम, HPV और सर्वाइकल कैंसर के बारे में अधिक जानकारी, आपके विकल्पों, अप्वॉइंटमेंट कहाँ बुक करें, इस बारे में अधिक जानकारी के लिए **www.TimeToCervicalScreen.nz** पर जाएं या **0800 729 729** पर सोमवार से शुक्रवार सुबह 8 बजे से शाम के 8 बजे के बीच और शनिवार को सुबह 9 बजे से दोपहर 1बजे के बीच फोन करें, या **screening@health.govt.nz** पर ईमेल करें।

यदि आप बधिर हैं, सुनने में कठिनाई है, बहरे अंधे हैं, बोलने में अक्षम हैं या आपको बात करने में कठिनाई होती है, तो आप न्यूज़ीलैंड रिले सेवा का उपयोग कर सकते हैं: **www.nzrelay.co.nz**

TimeToCervicalScreen.nz

Health New Zealand
Te Whatu Ora

Te Kāwanatanga o Aotearoa
New Zealand Government

HE1335 March 2024 - HINDI