သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ စစ်ဆေးခြင်း

သင်၏ စစ်ဆေးမှု သင့် ရွေးချယ်မှု

ဘေးကင်းသည်။

တိကျသည်။

Time to screen National Cervical Screening Programme

TimeToCervicalScreen.nz

HPV နှင့် သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ

သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ အားလုံးနီးပါးသည် HPV ဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့် ဖြစ်သည်။ ထိုဗိုင်းရပ်စ်သည် အလွန်အဖြစ်များပြီး အရေပြားချင်းနီးကပ်စွာ နီးနှောထိတွေ့မှု သို့မဟုတ် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဆက်ဆံမှုတစ်ခုခုမှ ကူးစက်ပါသည်။ အရွယ်ရောက်ပြီးသူ အားလုံးနီးပါးသည် တစ်ချိန်ချိန်တွင် HPV ရှိဖူးကြလိမ့်မည်။

HPV ကူးစက်ခံရသူအများစုမှာ များသောအားဖြင့် သူ့အလိုလိုပျောက်ကင်းကြသော်လည်း အချို့မှာ မပျောက်ဘဲ အချိန်တစ်ခုအကြာတွင် ဆဲလ်ကလာပ်စည်းများပြောင်းလဲမှုများဖြစ်ကြပြီး ကင်ဆာအဖြစ်ကူးပြောင်းသွားနိုင်ပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ဗိုင်းရပ်စ်သည် သင့်ကိုယ်ထဲတွင် ငြိမ်နေနိုင်သည့်အတွက် သင့်ကိုယ်ထဲသို့ဝင်ရောက်ပြီး နှစ်အတန်ကြာသည်အထိ ဗိုင်းရပ်စ်ကို စစ်ဆေးတွေ့ရှိနိုင်မည်မဟုတ်ပါ။ စစ်ဆေးမှုတွင် တွေ့ရှိပါက၊ ၎င်းသည် HPV ကူးစက်မှုအသစ် မဟုတ်နိုင်ပါ။ ဤအကြောင်းများကြောင့်၊ သင်သည် အဖော်တစ်ဦးတည်းနှင့်သာ ပေါင်းဖက်နေသည့်တိုင်အောင် သို့မဟုတ် အချိန်အတန်ကြာ လိင်ဆက်ဆံမှု မရှိသည့်တိုင်အောင် ပုံမှန်စစ်ဆေးရန် အရေးကြီးပါသည်။

သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာသည် အများအားဖြင့် ကင်ဆာအဆင့်ရောက်ရန် 10 နှစ် သို့မဟုတ် ထို့ထက်ပို ကြာပါသည်။ ပုံမှန်စစ်ဆေးခြင်းဖြင့် ဆဲလ်ကလာပ်စည်းများပြောင်းလဲမှု ဖြစ်ပွားနိုင်ခြေ ပိုမြင့်မားနေသူများကို တွေ့ရှိနိုင်သောကြောင့် ကင်ဆာမဖြစ်မီ ကုသနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

HPV ကူးစက်မှု၊ ဆဲလ်ကလာပ်စည်းများပြောင်းလဲမှုနှင့် ကင်ဆာရောဂါဖြစ်ပွားမှုကြားတွင် အဆင့်များစွာရှိသည်။ HPV ရှိယုံဖြင့် သင့်တွင် ကင်ဆာရှိသည်ဟု မဆိုလိုပါ။

သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာသည် ကြိုတင်ကာကွယ်နိုင်သော ကင်ဆာအမျိုးအစားထဲတွင် ပါဝင်သည်။ HPV ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းနှင့် ပုံမှန်စစ်ဆေးမှုများ ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာဖြစ်ခြင်းမှ အကောင်းဆုံးကာကွယ်မှုပေးပါသည်။

စစ်ဆေးမှုခံယူသူများ၏ 90% ခန့်တွင် HPV မတွေ့ရှိဘဲ ပုံမှန်စစ်ဆေးမှုကို ဆက်လက်လုပ်ဆောင်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။ စစ်ဆေးမှုခံယူသူများ၏ 10% ခန့်တွင် HPV ရှိမည်ဖြစ်ပြီး နောက်ထပ်စစ်ဆေးမှုများ လိုအပ်မည်ဖြစ်သည်။

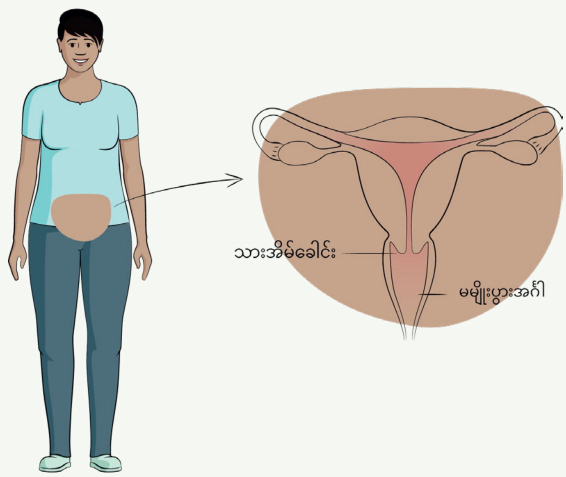
သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ စစ်ဆေးခြင်း

HPV ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းနှင့် ပုံမှန်စစ်ဆေးခြင်းတို့ ပြုခြင်းဖြင့် ဖျားနာခြင်းနှင့် သေဆုံးခြင်းများကို လျော့နည်းစေသည်။ နိုင်ငံအဝှမ်း သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာစစ်ဆေးခြင်း အစီအစဉ် (NCSP) ၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအဖြစ် ပုံမှန်စစ်ဆေးမှုခံယူခြင်းသည် သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာဖြစ်ပွားခြင်းမှ ကာကွယ်ရန် အကောင်းဆုံးနည်းဖြစ်သောကြောင့် သင်ကိုယ်တိုင်နှင့် သင့်မိသားစုအတွက် ကျန်းမာစွာနေထိုင်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။

ယခုအခါတွင် လျင်မြန်လွယ်ကူသော သားအိမ်ခေါင်းစမ်းသပ်မှုကို သုံးနိုင်ပြီး ထိုနည်းတွင် လူအများစုသည် 5 နှစ်တစ်ကြိမ်သာ စမ်းသပ်ရန်လိုအပ်ပြီး၊ မိမိဘာသာလည်း စမ်းသပ်မှုပြုနိုင်သည်။

HPV စစ်ဆေးမှုသည် သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ အများစုကို ဖြစ်စေသည့် ဗိုင်းရပ်စ်ကို ရှာဖွေရာတွင် အလွန်တိကျသေချာပါသည်။ ထိုစစ်ဆေးမှုသည် ကင်ဆာရောဂါမဖြစ်ပွားမီ အကြိုအဆင့် သားအိမ်ခေါင်းဆဲလ်ကလာပ်စည်းများပြောင်းလဲမှု ဖြစ်နိုင်ခြေများသော စမ်းသပ်စစ်ဆေးခံရသူများ၏ 10% ကို ဖော်ထုတ်ပေးမည်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ဖြင့် သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာကို စောစီးစွာ ကုသပြီး ပိုမိုကာကွယ်ပေးနိုင်ပါတယ်။

သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာစစ်ဆေးခြင်းနည်းသစ်သည် သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ 95% ကျော်ကိုဖြစ်စေသော human papillomavirus (HPV) ဗိုင်းရပ်ကိုရှာဖွေသည်။ စစ်ဆေးမှုသည် သင်ကိုယ်တိုင်ပြုလုပ်သည်ဖြစ်စေ၊ သင့်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူ၏ အကူအညီဖြင့် သားအိမ်ခေါင်းနမူနာယူသည်ဖြစ်စေ အဆင်ပြေပါသည်။



စစ်ဆေးရန် လိုအပ်ကြောင်း မည်သို့သိနိုင်မည်နည်း။

သင်သည် အောက်ပါတို့ကို ကြုံတွေ့ရလျှင် စစ်ဆေးရန် အကြံပြုပါသည်-

- အမျိုးသမီး သို့မဟုတ် သားအိမ်ခေါင်းရှိသူတစ်ဦး၊
- အသက် 25 နှင့် 69 အကြား၊
- လက်ရှိတွင် လိင်ဆက်ဆံမှု ရှိနေပါသလား၊ သို့မဟုတ် အရင်က ရှိဖူးပါသလား။

အကယ်၍ သင့်တွင် သားအိမ်တစ်ခုလုံးခွဲစိတ်မှု (သားအိမ်နှင့် သားအိမ်ခေါင်းကို ဖယ်ရှားခြင်း) ပြုထားပါက စစ်ဆေးရန် လိုအပ်မှု ရှိမရှိကို သင့်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူနှင့် ဆွေးနွေးပါ။

ကိုယ်ဝန်ရှိနေစဉ်တွင် စမ်းသပ်ဖို့ အန္တရာယ်ကင်းပါတယ်။ သင့်တွင် ရာသီသွေးရှိနေပါက သွေးအလွန်မဆင်းသရွေ့ စမ်းသပ်မှုကို ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ သွေးအလွန်ဆင်းခြင်းက စမ်းသပ်မှုရလာဒ်ကို သက်ရောက်မှုရှိနိုင်ပါသည်။

သင့်အတွက် HPV စမ်းသပ်မှု ရွေးချယ်စရာများ

သားအိမ်ခေါင်းစစ်ဆေးမှုမှာ ရွေးချယ်စရာနှစ်ခုရှိပါသည်။ သင့်အသားစနမူနာကို မွေးလမ်းကြောင်းအသားစတို့ဖတ် (swab) (မိမိကိုယ်တိုင် သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူ၏အကူအညီဖြင့် ပြုလုပ်နိုင်သည်) သို့မဟုတ် သားအိမ်ခေါင်းနမူနာ (smear test အဖြစ် လူသိများသောနည်းလမ်း) ဖြင့်ယူနိုင်သည်။

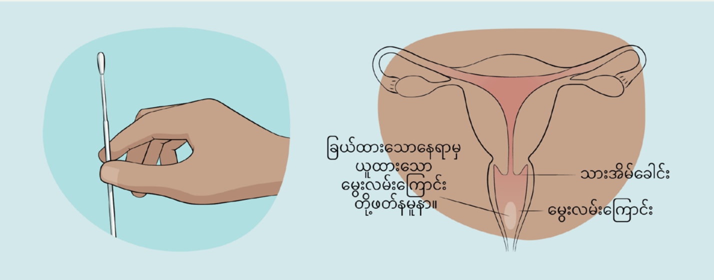
HPV စမ်းသပ်မှု ရွေးချယ်မှု 1: မွေးလမ်းကြောင်းအသားစတို့ဖတ် (Vaginal swab)

မွေးလမ်းကြောင်းအသားစတို့ဖတ် (Vaginal swab) သည် လူအများစုအတွက် သင့်လျော်ပါလိမ့်မည်။ သင့်အတွက် အခြားစမ်းသပ်မှုတစ်ခု သင့်လျော်ပါက သင့်အား အကြံပေးပါမည်။

ကိုယ်တိုင်စစ်ဆေးမှုအား ချိန်းဆိုထားသောရက်တွင် သီးသန့်နေရာတစ်ခု၌ မိမိကိုယ်တိုင်ပြုလုပ်ရပါသည်။ အချို့စစ်ဆေးမှုများကို ရပ်ရွာဝန်းကျင်၊ ရွေ့လျားဆေးခန်း၊ အိမ်တွင်ယူခြင်း စသည်ဖြင့် ရွေးချယ်နိုင်သည်။

သင်သည် မွေးလမ်းကြောင်းအသားစတို့ဖတ်ယူရာတွင် အကူအညီလိုပါက သင့်အားချိန်းဆိုထားသည့်အချိန်တွင် သင့်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူကို ပြောပြပါ။

အသားစနမူနာတို့ဖတ်ဖြင့် သင့်မွေးလမ်းကြောင်းမှ ယူပါမည်။ မွေးလမ်းကြောင်းအသားစနမူနာတို့ဖတ်ကို HPV အတွက်သာ စမ်းသပ်ပါသည်။



HPV တွေ့ပါက ဆဲလ်ကလာပ်စည်းများပြောင်းလဲမှုရှိမရှိ စစ်ဆေးရန် သားအိမ်ခေါင်းနမူနာ (smear test) စစ်ဆေးမှု လိုအပ်နိုင်သည်၊ သို့မဟုတ် ကုသမှုလိုမလို သိရှိရန် သားအိမ်ခေါင်းမှန်ပြောင်းကြည့် (colposcopy) စစ်ဆေးမှုအား ညွှန်ကြားနိုင်ပါသည်။

HPV မတွေ့ရှိပါက နောက်ထပ်စစ်ဆေးမှုကို 5 နှစ် (သို့မဟုတ် သင့်တွင် ခုခံအားချို့တဲ့ပါက 3 နှစ်) တွင် ပြုလုပ်ပါသည်။

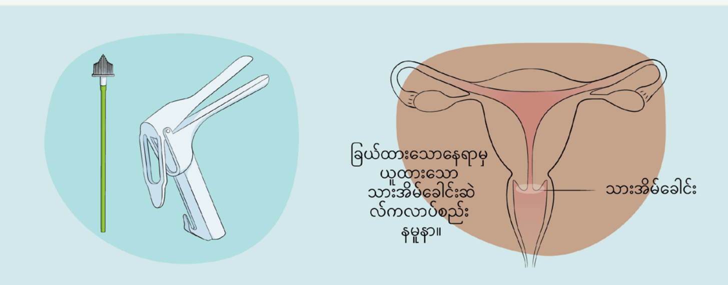
မွေးလမ်းကြောင်းအသားစနမူနာတို့ဖတ် စစ်ဆေးမှုအကြောင်း နောက်ထပ်အချက်အလက်များကို **www.CervicalSelfTest.nz** တွင် ရနိုင်ပါသည်။

HPV စစ်ဆေးမှု ရွေးချယ်စရာ 2: သားအိမ်ခေါင်းအသားစနမူနာ

ယခင်က smear စမ်းသပ်မှုဟု ခေါ်ပြီး အချို့လူများအတွက် အကြံပြုလေ့ရှိသည်။ သင်ဆန္ဒရှိပါက ဤစစ်ဆေးမှုကို ရွေးနိုင်ပါသည်။

လေ့ကျင့်ထားသော ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပညာရှင်မှ သားအိမ်ခေါင်းအသားစနမူနာကို ယူပေးသည်။ ၎င်းကို ဆေးခန်း၊ ရပ်ရွာအခြေပြုတည်နေရာ သို့မဟုတ် ရွေ့လျားလှည့်လည်ဆေးခန်းများတွင် ပြုလုပ်နိုင်သည်။

အသားစနမူနာယူပေးသူသည် speculum နှင့် brush အသေးကိုသုံး၍ သင့်သားအိမ်ခေါင်းမှ ဆဲလ်နမူနာကိုယူပါမည်။ အသားစနမူနာကို ပထမဦးစွာ HPV အတွက် စမ်းသပ်သည်။



HPV တွေ့ပါက ထိုအသားစနမူနာကို ဆဲလ်ကလာပ်စည်းများပြောင်းလဲမှုများအတွက် စစ်ဆေးပါမည်။ ရလဒ်ပေါ် မူတည်၍ ကုသမှုခံယူရန် လိုအပ်သော သားအိမ်ခေါင်းအပြောင်းအလဲများ ရှိမရှိ စစ်ဆေးရန် သားအိမ်ခေါင်းမှန်ပြောင်းကြည့် (colposcopy) စစ်ဆေးမှုအား ညွှန်ကြားနိုင်ပါသည်။

HPV မတွေ့ရှိပါက နောက်ထပ်စစ်ဆေးမှုကို 5 နှစ် (သို့မဟုတ် သင့်တွင် ခုခံအားချို့တဲ့ပါက 3 နှစ်) တွင် ပြုလုပ်ပါသည်။

မွေးလမ်းကြောင်းအသားစနမူနာတို့ဖတ်စစ်ဆေးမှုအကြောင်း နောက်ထပ်အချက်အလက်များကို **www.CervicalSample.nz** တွင် ရနိုင်ပါသည်။

သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ စစ်ဆေးခြင်းအစီအစဉ်တွင် ဘယ်လိုပါဝင်ရမလဲ။

အသက် 25 နှစ်ပြည့်ပါက သို့မဟုတ် သင်၏ ပထမဆုံးသားအိမ်ခေါင်းစစ်ဆေးမှု ခံယူပြီးပါက သင်သည် အစီအစဉ်၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအဖြစ် အလိုအလျောက် ပါဝင်လာမည်ဖြစ်သည်။

စစ်ဆေးရန် ဖိတ်ခေါ်မှု၊ ထပ်မံစစ်ဆေးရန်ဖိတ်ခေါ်မှု နှင့် သတိပေးချက်များ ရယူရန် NCSP-Register တွင် သင်ရှိနေရန် လိုအပ်ပါသည်။ စာရင်းသွင်းထားခြင်း ရှိမရှိ မသေချာပါက **0800 729 729** သို့ခေါ်ဆိုပါ။

ကျွန်ုပ်သည် အခမဲ့စစ်ဆေးမှုအတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီပါသလား။

နိုင်ငံအဝှမ်း သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ စစ်ဆေးရေး အစီအစဉ် (NCSP) သည်အပြည့်အဝ ငွေကြေးအထောက်အပံ့ရထားသော အစီအစဉ်မဟုတ်ပါ။ သို့ရာတွင်၊ အောက်ပါအချက်နှင့်ကိုက်ညီသော အမျိုးသမီးများနှင့် သားအိမ်ခေါင်းရှိသောလူများအတွက် အခမဲ့ဖြစ်သည်-

- အသက် 30 နှင့်အထက် ရှိပြီး စစ်ဆေးမှု တစ်ကြိမ်မှ မပြုလုပ်ဖူး သို့မဟုတ် စစ်ဆေးမှု လိုအပ်သူ
- နောက်ဆက်တွဲစမ်းသပ်မှုလိုအပ်သူ
- Community Services Card ရှိသူ
- Māori သို့မဟုတ် Pacific လူမျိုး

သားအိမ်ခေါင်းစစ်ဆေးရန် ဘယ်ကိုသွားရမလဲ။

သင့်အတွက် ရွေးချယ်မှုများ-

- သင်ပြသရန် GP ဆေးခန်းတစ်ခုရှိလျှင် သင်၏ပုံမှန်ဆရာဝန် သို့မဟုတ် သူနာပြုဆရာမ
- Māori, Pacific သို့မဟုတ် အမျိုးသမီးများ၏ ရပ်ရွာကျန်းမာရေးဌာနများ
- marae သို့မဟုတ် ရွေ့လျားလှည့်လည်ဆေးခန်းများကဲ့သို့ အဝေးရောက်ဝန်ဆောင်မှုများ
- မိသားစုဝင်လူဦးရေစီစဉ်ရေး ဆေးခန်းများ
- လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ (ဆွေးနွေးတိုင်ပင်မှု၏တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအဖြစ်)။

အချို့သော ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူများသည် သင်ဆန္ဒရှိပါက အိမ်တွင်ပြုလုပ်ရန် ရွေးချယ်ခွင့်ကို ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်ပါသည်။

ရက်ချိန်းတွင် သင်နှင့်အတူ အကူတစ်ဦး ခေါ်ဆောင်သွားနိုင်သည်။ ရက်ချိန်းကြိုတင်ရယူသည့်အခါ စကားပြန်လိုအပ်ပါက သို့မဟုတ် ပံ့ပိုးကူညီမှုလိုအပ်သည်ဟု ဆိုနိုင်သော မသန်စွမ်းမှုတစ်ခုရှိပါက ဖော်ပြပါ။

ပိုမိုလေ့လာရန်

ပရိုဂရမ်၊ HPV နှင့် သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ၊ သင်၏ရွေးချယ်မှုများနှင့် ရက်ချိန်းယူရမည့်နေရာကို **www.TimeToCervicalScreen.nz** သို့မဟုတ် အခမဲ့ဖုန်း **0800 729 729** သို့ တနင်္လာနေ့မှ သောကြာနေ့အထိ နံနက် 8 နာရီမှ 8 နာရီနှင့် စနေနေ့ နံနက် 9 နာရီမှ ညနေ 1 နာရီ သို့မဟုတ် **screening@health.govt.nz** သို့ အီးမေးလ် ပေးပို့နိုင်ပါသည်။

အကယ်၍ သင်သည် နားမကြားသူ၊ အကြားအာရုံချို့ယွင်းသူ၊ မမြင်မကြားသူ၊ စကားပြောချို့ယွင်းသူ သို့မဟုတ် စကားပြောရခက်ခဲသူဖြစ်ပါက၊ New Zealand Relay Service **www.nzrelay.co.nz** ကို သုံးနိုင်သည်။