

NHS સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ કોલપોસ્કોપી કરાવવું



પબ્લિક હેલ્થ ઈંગ્લેન્ડ (PHE) એ આ પત્રિકા NHS વતી બનાવી છે.

તમને કોલપોસ્કોપીની કેમ જરૂર છે?

તમારા સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ ટેસ્ટના (અગાઉ તે 'સ્મિયર ટેસ્ટ' તરીકે ઓળખાતું હતું) પરિણામે અમે તમને કોલપોસ્કોપી કરાવવા માટે આમંત્રિત કર્યા છે. આ સામાન્ય રીતે 4 કારણો પૈકી એક માટે છે, જે છે:

- અમને તમારા ગર્ભાશયમાં કેટલાક અસાધારણ કોશિકાઓ અને માનવ પેપિલોમાવાયરસ (HPV) સાથેનો ચેપ મળ્યો છે.
- તમારે HPV ચેપ થયું હતું જે સારું થયું નથી.
- તમારું ઘણા સ્ક્રીનીંગ પરીક્ષણો થયા પણ તેમાં અમે તમને પરિણામ આપવા માં અસમર્થ હતા (સંભવત: ત્યાં કંઈક ખોટું નથી એમ બતાવતું હોય, પરંતુ કોલપોસ્કોપી થી તે શોધી શકાય છે એનું ખાતરી છે).
- તે નર્સ અથવા ડૉક્ટર જેણે તમારી સ્ક્રીનીંગ ટેસ્ટ હાથ ધર્યું હતું, તે માને છે કે તમારું સર્વિક્સ જેટલું હોવું જોઈએ એટલું તંદુરસ્ત દેખાતું ન હતું.

મોટાભાગના લોકો જે કોલપોસ્કોપી કરાવ્યું એમને સર્વિકલ કેન્સર ના હતું.

કોલપોસ્કોપી પરીક્ષણ

કોલપોસ્કોપી પરીક્ષણમાં એ ચકાસણી કરવામાં આવે છે કે શું તમારા સર્વિક્સ પર કોઈ અસામાન્ય કોષો છે? અને જો હોય તો, તે કેટલું ગંભીર છે. આ તમારા સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ પરીક્ષણને આગળ ધપાવે છે. કોલપોસ્કોપી સામાન્ય રીતે બહારના દર્દીઓના હોસ્પિટલ કે ક્લિનિકમાં થાય છે.

એક નિષ્ણાત મેગ્નિફાઇંગ લેન્સનો પ્રકાશ (એક કોલોસ્કોપ) સાથે ઉપયોગ કરીને તમારા સર્વિક્સ પર નજીકના દેખાવ કરશે. અસામાન્ય લાગતું હોય તેવા તમારા સર્વિક્સના કોઈપણ વિસ્તારને તપાસવા માટે તેઓ નાના પેશી નમૂના (બાયોપ્સી) લઈ શકે છે. જો કોલોસ્કોપી ખાતરી કરી દે કે તમારા સર્વિક્સ પર અસામાન્ય કોશિકાઓ છે, તો તમારે સર્વિકલ કેન્સરને રોકવામાં સહાયરૂપે તેમને દૂર કરાવવાની જરૂર પડી શકે છે.

કોલપોસ્કોપી કરાવવું

તમારી એપોઇન્ટમેન્ટ થી પહેલાં

જો તમે તમારી કોલપોસ્કોપી કરવા માટે સ્ત્રી નર્સ અથવા ડૉક્ટરની ઇચ્છા રાખો છો, તો જ્યારે તમે તમારી એપોઇન્ટમેન્ટ મેળવો ત્યારેજ આ વિનંતી કરવા માટે ક્લિનિકને કોલ કરો.

જો તમને એવું લાગતું હોય કે તમારી એપોઇન્ટમેન્ટના દિવસે તમારી માહવારી હોઈ શકે છે, તો તમે કોઈ અલગ દિવસે એપોઇન્ટમેન્ટ ગોઠવવા માટે ક્લિનિકને કોલ શકો છો. પરંતુ જો તમે ઇચ્છો તો તમારા માહવારી દરમિયાન પણ તમે તમારી એપોઇન્ટમેન્ટ માટે આવી શકો છો.

તમારી કોલપોસ્કોપી દરમિયાન તમારા સર્વિક્સને જોવાનું સરળ બનાવવા માટે, કૃપા કરીને એના ઓછામાં ઓછા 24 કલાક પહેલાં સુધી જાતીય સમાગમ અથવા યોનિમાર્ગ સંબંધી કોઈ પણ દવાઓ, લ્યુબ્રિકન્ટ્સ અથવા ક્રિમનો ઉપયોગ ટાળવું.

તમારે તમારી એપોઇન્ટમેન્ટમાં એક પેન્ટી લાઇનર સાથે રાખવું જોઈએ કારણ કે તમારી કોલપોસ્કોપી પછી થોડીક માત્રામાં યોનિમાર્ગ સ્રાવ થઈ શકે છે. જો તમારી પાસે થી નાના પેશીના નમૂના લેવામાં (બાયોપ્સી) આવે તો, તમને થોડીક માત્રામાં રક્તસ્રાવ પણ થઈ શકે છે.

જો તમે ઇચ્છો તો તમે તમારા મિત્ર, ભાગીદાર અથવા તમારા પરિવારના સભ્યને સાથે લાવી શકો છો.

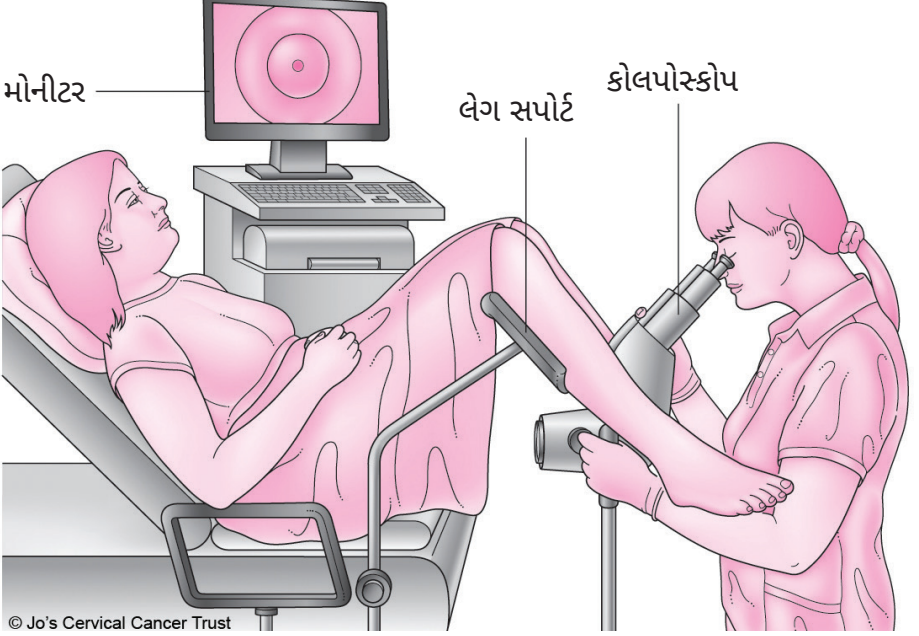
તમારી મુલાકાત વખતે

તમે તમારા કમર થી નીચેના કપડાં કાઢવાં પડશે અને તમારા ઘૂંટણ વલણ કરીને પથારીમાં સોવા પડશો. તમને તમારા પગને ગાદીવાળા ટેકો ઉપર મૂકવા માટે કહેવામાં આવશે. તમારા પેટ અને નિતંબોને આવરી લેવા માટે તમને કાગળની શીટ અથવા ટુવાલ મળશે. આ પરીક્ષણમાં લગભગ 10 થી 20 મિનિટ લાગે છે.

તમારી સ્ક્રીનીંગ ટેસ્ટની જેમ જ, નર્સ અથવા ડૉક્ટર તમારી યોનિમાં એક સ્પેક્યુલમ મુકશે અને એને ધીમેથી ખોલશે. પછી તેઓ તમારા સર્વિક્સ ના નજીકથી નિરીક્ષણ કરવા માટે કોલપોસ્કોપનો ઉપયોગ કરશે. કોલપોસ્કોપ તમારા શરીર ના અંદર પ્રવેશતું નથી, અથવા તમારી ત્વચાને પણ સ્પર્શતું નથી. તે તમારા યોનિની લગભગ 30 સે.મી. (12 ઇંચ) બહાર રહે છે. કોલોસ્કોપમાંથી તમારા સર્વિક્સની છબી કેટલાક વખતે સ્ક્રીન ઉપર હોઈ શકે છે. આનાથી નર્સ અથવા ડૉક્ટરને તમારા સર્વિક્સને વધુ સ્પષ્ટ રીતે જોવામાં મદદ મળે છે.

તેઓ તમારા સર્વિક્સ ઉપર જુદા જુદા પ્રવાહીઓને ચોપડશે. આ પ્રવાહીઓ કોઈપણ અસાધારણ કોશિકાઓને એક અલગ રંગના કરી દે છે જેથી તેને વધુ સરળતાથી જોઈ શકાય છે. જો નર્સ અથવા ડૉક્ટરને કંઈપણ અસામાન્ય દેખાય, તો તેઓ એક નાના પેશીનો નમૂનો થોડા મિલિમીટરના (બાયોપ્સી) લઈ શકે છે. પછી બાયોપ્સી લેબોરેટરીમાં તપાસવામાં આવશે.

આ પરીક્ષણ અસુવિધાજનક અનુભવ કરાવી શકે છે અને કેટલાક લોકો થોડીક પીડા પણ અનુભવી શકે છે. જો તે પીડાદાયક લાગે, તો નર્સ અથવા ડૉક્ટરને કહો અને તેઓ તમારા માટે તેને વધુ આરામદાયક બનાવવાનો પ્રયાસ કરશે.



કોલપોસ્કોપી પરીક્ષણ કરાવવું

તમારી મુલાકાત પછી

મોટાભાગના લોકો તેમની રોજિંદી પ્રવૃત્તિઓ થી તરત જ જોડાવા જેટલું સારા અનુભવે છે, પરંતુ કેટલાકને ઘરે જઈને થોડાક સમય માટે આરામ કરવાની જરૂર પડી શકે છે. તમારા યોનિમાંથી ભૂરો સ્ત્રાવ થઈ શકે છે, તે એવા પ્રવાહી પદાર્થોથી થાય છે જેનો ઉપયોગ તમારી કોલપોસ્કોપી દરમિયાન કરવામાં આવ્યો હતો.

આગામી થોડા દિવસો માટે, તમારી યોનિમાંથી થોડું રક્તસ્રાવ થઈ શકે છે, ખાસ કરીને જો તમારી બાયોપ્સી કરવામાં આવી હોય તો. આ સામાન્ય છે, અને સામાન્ય રીતે 3 થી 5 દિવસ પછી અટકી જાય છે. રક્તસ્રાવ બંધ થાય ત્યાં સુધી ટેમ્પન, અને કોઈપણ યોની સંબંધિત દવાઓ, લ્યુબ્રિકન્ટ્સ અથવા ક્રિમનો ઉપયોગ કે જાતીય સમાગમ ટાળવું એ શ્રેષ્ઠ છે.

પરિણામો

નર્સ અથવા ડૉક્ટર ને ટેસ્ટમાં જે પણ મળ્યું હોય તે તમને તરત જ કહી શકે છે જો તમારી બાયોપ્સી લેવામાં આવી હોય, તો તેને લેબોરેટરીમાં તપાસવાની જરૂર પડશે. જો આવું થાય, તો તમને 4 અઠવાડિયા પછી પોસ્ટ દ્વારા એના પરિણામો મળશે.

સામાન્ય પરિણામ

કોલપોસ્કોપી કરાવતા લગભગ 10 લોકોમાંથી 4 ના સામાન્ય પરિણામ હશે. જો તમારી કોલપોસ્કોપી નો પરિણામ સામાન્ય હોય, તો તેનો અર્થ એ છે કે તમારું સર્વિક્સ તંદુરસ્ત દેખાય છે અને તમારી આગામી સ્ક્રીનીંગ પરીક્ષણ પહેલા સર્વિકલ કેન્સર વિકસાવવાનું જોખમ ઓછું છે.

જો તમારા સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ પરીક્ષણના પરિણામો અસમાન્ય આવ્યા હોય તો પણ તમારો કોલપોસ્કોપી પરિણામ સામાન્ય આવી શકે છે.

અસામાન્ય કોશિકાઓની પુષ્ટિ

આશરે 10 માંથી 6 લોકો કોલપોસ્કોપીમાં અસામાન્ય કોશિકાઓ ધરાવતા જોવા મળેશે. અસામાન્ય કોશિકાઓ માટેનો તબીબી શબ્દ CIN ('સર્વિકલ ઇન્ટ્રેપિટિએલીયલ નેઓપ્લાસિયા') છે. CIN એ કેન્સર નથી, પણ તે ક્યારેક કેન્સરમાં વિકસિત થઈ શકે છે.

તમારી કોલપોસ્કોપી અને બાયોપ્સી પરિણામો બતાવશે જો તમને અસામાન્ય કોષો દૂર કરાવવાની જરૂર છે કે પછી તેને આ સમય તેમજ છોડી શકાય છે કે કેમ. આ તમારા CIN 'લો ગ્રેડ' ના છે કે 'હાઈ ગ્રેડ' નો (નીચે જુઓ) તેના પર નિર્ભર રહેશે.

CIN 1 'લો ગ્રેડ'

તમારામાં સર્વિકલ કેન્સર વિકસે એવી શક્યતા નથી. જ્યારે તમારી રોગપ્રતિકારક શક્તિ એચપીવીથી છુટકારો મેળવે છે ત્યારે ઘણીવાર અસામાન્ય કોષો પોતે જ જતા રહે છે. એવા મોટા ભાગના કિસ્સાઓમાં બને છે. તમને હજી પણ એચપીવી છે કે કેમ તે ચકાસવા માટે અમે સામાન્ય રીતે 12 મહિનામાં બીજું સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ પરીક્ષણ માટે તમને બોલાવશું.

CIN 2 અથવા CIN 3 (હાઈ ગ્રેડ)

'લો ગ્રેડ' CIN ધરાવતી મહિલા કરતાં સર્વિકલ કેન્સર વિકસાવવાની શક્યતા તમારામાં વધારે છે. અસામાન્ય કોષોને દૂર કરવા માટે અમે સામાન્ય રીતે તમને સારવારના પ્રસ્તાવ આપીશું કારણ કે તે સર્વિકલ કેન્સર વિકસાવવાના તમારા જોખમને ઘટાડે છે.

સર્વિકલ કેન્સર

ભાગ્યે જ, કોલપોસ્કોપી કરાવતા કોઈ વ્યક્તિને સર્વિકલ કેન્સર થયું એ જોવામાં આવે છે. જો એવો તમારા મામલે થાય તો અમે તમને નિષ્ણાતોની ટીમ તરફથી કાળજી અને સારવાર માટે રેફર કરીશું. સ્ક્રીનીંગ દ્વારા નિદાન થઈ શકે એ કેન્સર સામાન્ય રીતે અગાઉના તબક્કે જોવા મળે તે છે. એવા લોકો કે જેમના પ્રારંભિક તબક્કાના કેન્સર હોય છે તેમના, પછીનાં તબક્કાના કેન્સર ધરાવતા લોકો કરતા વધુ જીવતા રહેવાની શક્યતા હોય છે.

સર્વિક્સ પરના અસામાન્ય કોષોને દૂર કરવા માટેના ઉપચાર

ઉચ્ચ ગ્રેડ અસાધારણ કોશિકાઓની સામાન્ય સારવાર એ તેમને દૂર કરવાથી હોય છે, સર્વિક્સના તંદુરસ્ત ભાગોને નુકસાન ન પહોંચે એ ધ્યાન રાખવાનું સાથે. અસામાન્ય કોષોને દૂર કરવા માટે ઘણી વાર ઉપયોગમાં લેવામાં આવતી સારવાર એ LLETZ ('લાર્જ લૂપ એક્ઝિઝન ઓફ ટ્રાન્સફોર્મેશન ઝોન') કહેવાય છે. તમે NHS.UK વેબસાઇટ (www.nhs.uk) પર 'કોલપોસ્કોપી સારવાર' માટે શોધ કરીને આ વિશે વધુ માહિતી મેળવી શકો છો.

ક્યારેક એવું બની શકે કે સારવાર માટે બીજું વખત પણ કોલોસ્કોપી માટે પાછા આવવાની જરૂર પડે, પરંતુ ઘણી વાર તમારા પ્રથમ કોલપોસ્કોપી દરમિયાન જ અસામાન્ય કોષોને દૂર કરવાનું શક્ય થાય છે.

જો તમારે સારવાર માટે પાછા આવવાની જરૂર હોય તો તે પણ આઉટપેશન્ટ ક્લિનિકમાં જ હશે. અમે સામાન્ય રીતે સારવાર માટે સ્થાનિક એનેસ્થેટિકનો ઉપયોગ કરીએ છીએ, જેથી તમે જાગૃત થશો પણ તમને કોઈ દુખાવ થશે નહીં.

ઉપચાર પછી અમે સારવારની સફળતાની તપાસ કરવા માટે સામાન્યરીતે સામાન્ય કરતાં ઝડપી સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ પરીક્ષણ કરવા માટે તમને આમંત્રણ આપીશું.

જો તમે ગર્ભવતી હો, તો તમારે જન્મ આપ્યા પછીજ અમે અસામાન્ય કોષોને દૂર કરી શકીશું. તમારે નર્સ અથવા ડોક્ટર સાથે વાત કરવી જોઈએ કે ક્યારે તમારા માટે આ કરાવવું શ્રેષ્ઠ છે.

આ સારવારના જોખમો

જો કે એ સર્વિકલ કેન્સરને અટકાવવાનો એક અસરકારક રસ્તો છે, આ સારવારમાં કેટલાક જોખમો રહેલો છે.

અસામાન્ય કોષો દૂર કરવાથી ચેપનું જોખમ રહેલું છે. તમારા GPને જોવાની જરૂર પડી શકે તેવા ચેપના ચિહ્નો આ પ્રમાણે છે:

- ભારે રક્તસ્રાવ
- રક્તસ્રાવ કે જે દૂર નથી થયા
- યોનિમાર્ગ સ્રાવ કે જેના માંથી ગંધ આવતું હોય
- તમારા પેટમાં દુખાવો જે દૂર ન જાય

અસામાન્ય કોષો દૂર કરવાથી તમારી કોઈપણ ભવિષ્યની ગર્ભાવસ્થાને અસર થઈ શકે છે. અસામાન્ય કોષો દૂર કર્યા પછી ગર્ભવતી થતી મહિલાઓએ જો પ્રમાણભૂત સારવાર લીધેલી હોય તો તેમના બાળક સમય થી પહેલા થવાનું જોખમ વધતું નથી. જોકે, જો વધારે સર્વિકલ ટીશ્યુને દૂર કરવાની જરૂર હોય તો, સ્ત્રીઓમાં તેમના બાળક સમયથી 1 થી 2 મહિના પેલા થાય એની સંભાવના વધે છે. આ એવા 16% સ્ત્રીઓ (100 માં 16) ને અસર કરી શકે છે જેમણે એની વધુ વ્યાપક સારવાર લીધી હોય અને પછી બાળક ધરાવે.*

* કાસ્ટનન, એ અને અન્યો (2014). ઈંગ્લેંડમાં સર્વિકલ ઇન્ટ્રેપિથેલિયલ નિયોપ્લાસિયા માટે વધારે ઊંડું એક્સિઝન અને પ્રીટર્મ ડિલિવરીનું જોખમ: જોડાયેલું કેસ-કંટ્રોલ અભ્યાસ. બ્રિટીશ મેડિકલ જર્નલ; 349: g6223

અસામાન્ય કોષો દૂર કરાવનાર દરેકને સર્વિકલ કેન્સર થાય એવું જરૂરી નથી. અમે ગંભીર અસાધારણ કોશિકાઓવાળા દરેકને સારવાર ના પ્રસ્તાવ આપીએ છીએ કારણ કે એવા કઈ કેસમાં સર્વિકલ કેન્સર થશે અને કઈ કેસ માં નહી તે કહેવાનું શક્ય નથી.

સર્વિકલ કેન્સરના લક્ષણો

તમારા નિયમિત સ્ક્રિનિંગ પરીક્ષણો વચ્ચે કેન્સર વિકસિત થવાનું શરૂ કરી શકે છે. તમારા માટે અસામાન્ય હોય એવા કંઈપણ જોવાનું મહત્વપૂર્ણ છે, ખાસ કરીને:

- માહવારી વચ્ચે, સેક્સ દરમિયાન અથવા પછી, અથવા મેનોપોઝ પછી રક્તસ્ત્રાવ
- યોની સ્નાવમાં ફેરફાર

જો તમારામાં આમાંના કોઈપણ ફેરફારો જોવામાં આવે, તો કૃપા કરીને તમારા GP ને શક્ય તેટલી વહેલી તકે મળો.

સામાન્ય રીતે આ લક્ષણો નો અર્થ એવો **નથી** કે તમને કેન્સર છે. પરંતુ જો તમારામાં કેન્સર મળ્યું હોય અને તેના નિદાન અને વહેલી સારવાર કરવામાં આવે તો તેનો અર્થ એ છે કે તમારા જીવિત રહેવાની શક્યતા વધુ છે.

કોલપોસ્કોપી પછી પેશીઓનાં નમૂનાઓનું શું થાય છે

તમારા પેશીઓના નમૂનાઓ ઓછામાં ઓછા 10 વર્ષ સુધી પ્રયોગશાળા દ્વારા રાખવામાં આવશે. તમારા કોલપોસ્કોપી પરિણામો એવા સ્ટાફ દ્વારા જોઈ શકાય છે જે આરોગ્ય સેવામાં અન્યત્ર કામ કરે છે, જેથી એવી ખાતરી કરી શકાય છે કે આપેલી સેવા શક્ય તેટલી સારી છે અને નિષ્ણાત સ્ટાફની કુશળતાને પણ બહેતર બનાવી શકાય.

વધુ માહિતી અને સહાય

વધુ માહિતી માટે, તમે આ કરી શકો છો:

- તમારા GP અથવા પ્રેક્ટિસ નર્સ સાથે વાત કરો
- મુલાકાત લો www.nhs.uk/cervical
- www.gov.uk ની મુલાકાત લો અને 'સર્વિકલ સ્ક્રિનિંગ' શોધો.
- જો સર્વિકલ કેન્સર ટ્રસ્ટ (Jo's Cervical Cancer Trust) હેલ્પલાઇનને 0800 802 8000 ઉપર કોલ કરો.

જાહેર સ્વાસ્થ્ય ઇંગ્લેન્ડ અને NHS કેવી રીતે તમારી સ્ક્રીનિંગ માહિતીનો ઉપયોગ કરે છે અને તેની સુરક્ષા કરે છે તે જાણો: www.gov.uk/phe/screening-data

આ પત્રિકાનું HTML સંસ્કરણ ઉપલબ્ધ છે. તમે એને મોટા પ્રિન્ટમાં જોઈ અને ડાઉનલોડ કરી શકો છો, અને ઑડિઓ સંસ્કરણ માટે સ્ક્રીન રીડરનો ઉપયોગ કરી શકો છો. મુલાકાત લો:

www.gov.uk/government/publications/cervical-screening-colposcopy

અમે બ્રેઇલ સંસ્કરણ ઉપલબ્ધ કરાવી શકીએ છીએ. ઈમેઈલ:

phe.screeninghelpdesk@nhs.net

ઈમેજ કેડિટ

કવર: મંકી બિઝનેસ ઈમેજ / શટરસ્ટોક

પૃષ્ઠ 5: જો સર્વિકલ કેન્સર ટ્રસ્ટ

તમે કોઈપણ ફોર્મેટ અથવા માધ્યમમાં આ માહિતી (લોગોને સિવાય) નિ:શુલ્ક ઉપયોગ કરી શકો છો. ઓપન ગવર્નમેન્ટ લાઇસન્સ v3.0 ની શરતો હેઠળ. જ્યાં અમે કોઈ તૃતીય પક્ષની કૉપિરાઇટ માહિતી ઓળખીએ, ત્યારે તમારે સંબંધિત કૉપિરાઇટ ધારકોની પરવાનગી મેળવવી પડશે.

PHE પ્રકાશનનો ગેટવે નંબર: GW-345

પ્રથમ પ્રકાશન: જૂન 2019

આ સંસ્કરણ: જૂન 2019

સમીક્ષા થવાની છે એ તારીખ: જૂન 2022

પત્રિકાનું સંદર્ભ: CSP15

PN2465448

© કાઉન કોપીરાઇટ 2019



જાહેર આરોગ્ય ઇંગ્લેન્ડ એ યુએન સસ્ટેનેબલ ડેવલપમેન્ટ ગોલ્સને સમર્થન આપે છે

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS