

सर्वाइकल स्क्रीनिंग (गर्भाशय ग्रीवा परीक्षण): निर्णय लेने में आपकी मदद करना



यह आपकी मर्जी है कि आप सर्वाइकल (गर्भाशय ग्रीवा) स्क्रीनिंग टेस्ट कराएं या नहीं। यह मार्गदर्शन आपको निर्णय लेने में मदद करने के लिए है। सर्वाइकल स्क्रीनिंग को पहले 'स्मियर टेस्ट' कहा जाता था।

यह पत्रक उन सभी महिलाओं को भेजा जाता है जिन्हें NHS सर्वाइकल (गर्भाशय ग्रीवा) स्क्रीनिंग के लिए बुलाया जाता है।

यह प्रकाशन NHS सर्वाइकल स्क्रीनिंग के बारे में जानकारी देता है।

इसमें यह जानकारी शामिल है:

- कौन स्क्रीनिंग के लिए योग्य है
- सर्वाइकल स्क्रीनिंग की प्रक्रिया
- स्क्रीनिंग से क्या देखा जाता है
- मुख्य HPV (ह्यूमन पेपिलोमा वायरस) की जांच
- HPV क्या होता है

हम सर्वाइकल स्क्रीनिंग क्यों देते हैं:

NHS सर्वाइकल स्क्रीनिंग गर्भाशय ग्रीवा के कैंसर को रोकने में मदद करती है। यह हर साल यूके में, गर्भाशय-ग्रीवा कैंसर से हजारों लोगों की जान बचाता है।^[1] 2] इंग्लैंड में, सर्वाइकल स्क्रीनिंग वर्तमान में गर्भाशय ग्रीवा के कैंसर से 70% मौतों को रोकती है। अगर सभी नियमित रूप से स्क्रीनिंग के लिए आएँ, तो 83% रोकती जा सकती हैं।^[3]

हम किसे आमंत्रित करते हैं

सर्वाइकल (गर्भाशय ग्रीवा) स्क्रीनिंग महिलाओं और उन लोगों के लिए होती है जिनके पास गर्भाशय ग्रीवा है। हम 25 से 49 साल की उम्र के बीच हर 3 साल में स्क्रीनिंग देते हैं और 50 से 64 साल की उम्र के बीच हर 5 साल में। यह इसलिए है क्योंकि ज्यादातर गर्भाशय ग्रीवा के कैंसर इसी उम्र में विकसित होते हैं। पहला निमंत्रण लोग 25 साल होने से कुछ महीने पहले आता है। आप अपना अपॉइंटमेंट जैसे ही निमंत्रण मिले, बुक कर सकते हैं। कुछ लोगों को पहले किए गए स्क्रीनिंग परिणाम के कारण ज्यादा बार बुलाया जाता है (नीचे देखें)।

आपको अपने यौन रुझान, यौन क्रिया इतिहास या आपने HPV टीकाकरण करवाया है या नहीं, इसकी परवाह किए बिना सर्वाइकल स्क्रीनिंग पर विचार करना चाहिए।

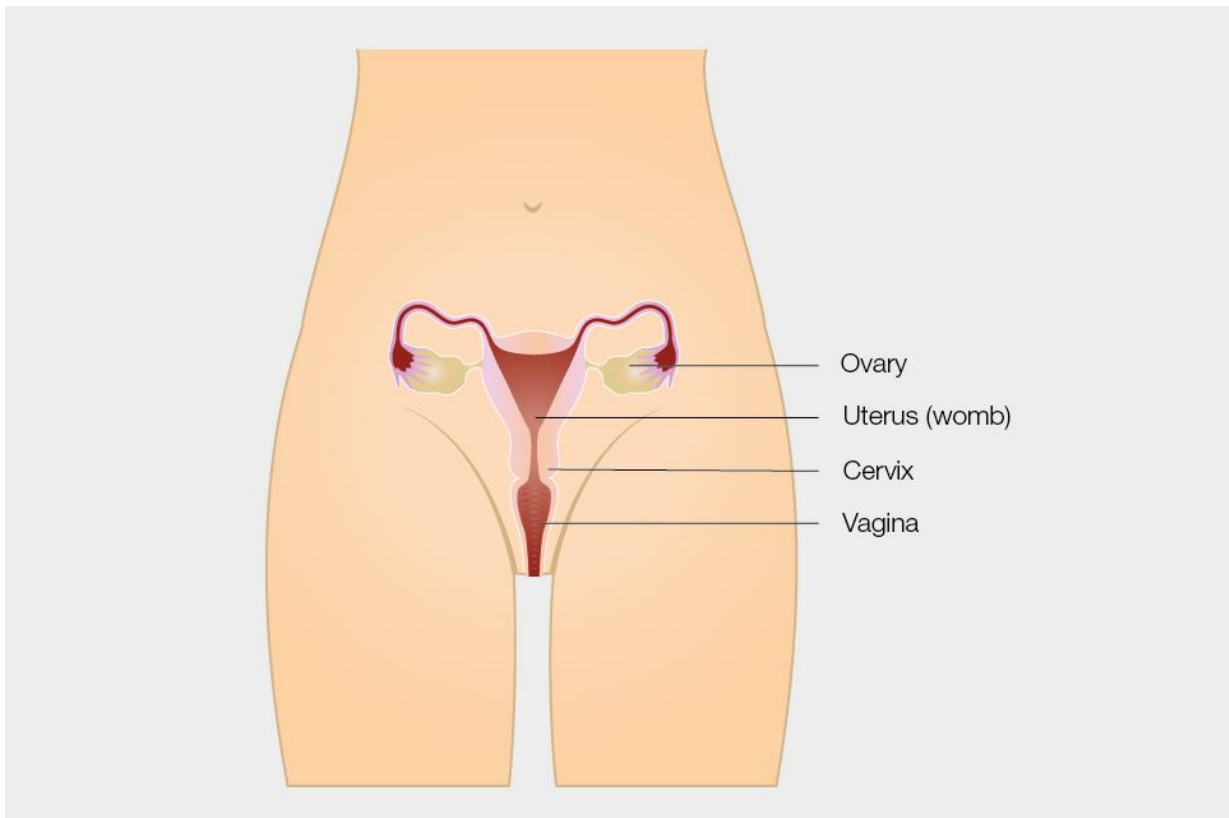
।अगर आप ट्रांसजेंडर(विपरीतलिंगी) (ट्रांस) पुरुष हैं और अपने GP के पास महिला के रूप में पंजीकृत हैं, तो आपको सर्वाइकल (गर्भाशय ग्रीवा) स्क्रीनिंग के लिए बुलावा भेजा जाएगा। अगर आप पुरुष के रूप में पंजीकृत हैं, तो आपको बुलावा नहीं मिलेगा,

लेकिन अगर आपके पास गर्भाशय ग्रीवा है, तो आपका GP या नर्स आपके लिए अपॉइंटमेंट बना सकते हैं। अगर आप ट्रांस महिला हैं, तो आपको सर्वाइकल स्क्रीनिंग की जरूरत नहीं है।

गर्भाशय ग्रीवा का कैंसर

गर्भाशय ग्रीवा का कैंसर तब होता है जब गर्भाशय ग्रीवा की कोशिकाएं अनियंत्रित रूप से बढ़ने लगती हैं और एक गांठ (ट्यूमर) बना लेती हैं। जब ट्यूमर बढ़ता है, तो ये कोशिकाएं शरीर के बाकी हिस्सों में फैल सकती हैं और खतरनाक बन सकती हैं।

गर्भाशय ग्रीवा बच्चेदानी का सबसे निचला हिस्सा होता है और यह योनि के ऊपर स्थित होता है।



महिला के प्रजनन अंगों का चित्र। गर्भाशय ग्रीवा योनि के ऊपर होती है।

एचपीवी(HPV) और गर्भाशय ग्रीवा का कैंसर

लगभग सभी गर्भाशय ग्रीवा के कैंसर ह्यूमन पैपिलोमावायरस (एचपीवी) वायरस के कारण होते हैं।

एचपीवी बहुत आम है। ज्यादातर लोगों को जीवन में किसी समय यह वायरस हो जाता है। यह वायरस पुरुष या महिला के साथ किसी भी प्रकार की यौन गतिविधि के दौरान त्वचा के करीबी संपर्क से फैलता है। एचपीवी शरीर में कई सालों तक रह सकता है। यह बहुत कम मात्रा में रह सकता है और कोई समस्या नहीं करता। इसका मतलब है कि एचपीवी संक्रमण आपको बहुत समय पहले किसी किसी साथी से आया हो सकता है।

एचपीवी के कई अलग-अलग प्रकार हैं, लेकिन केवल कुछ उच्च जोखिम वाले प्रकार ही कैंसर का कारण बन सकते हैं। जो एचपीवी गर्भाशय ग्रीवा का कैंसर करता है, वह कोई लक्षण नहीं दिखाता। अधिकतर मामलों में, आपकी रोग प्रतिरोधक प्रणाली (इम्यून सिस्टम) इस वायरस को बिना आपको पता चले ही खत्म कर देती है। लेकिन कभी-कभी, HPV आपकी गर्भाशय ग्रीवा की कोशिकाओं को असाधारण कर सकता है।

आपका शरीर आमतौर पर खराब कोशिकाओं को हटा देता है और आपकी गर्भाशय ग्रीवा ठीक हो जाती है। लेकिन कभी-कभी ऐसा नहीं होता, और असाधारण कोशिकाएं कैंसर बन सकती हैं।

"सर्वाइकल कैंसर होने की संभावना को क्या चीजें प्रभावित करती हैं?"

सर्वाइकल जांच कराने से सर्वाइकल कैंसर होने का खतरा कम हो जाता है। जांच से असाधारण कोशिकाएं पता चल जाती हैं, जिन्हें कैंसर बनने से पहले ही हटा दिया जाता है।

HPV जननांगों की त्वचा पर पाया जाता है और यह किसी भी तरह की यौन गतिविधि से फैल सकता है। इसका मतलब है कि कंडोम या डेंटल डैम संक्रमण से बचने में मदद कर सकते हैं, लेकिन ये HPV से पूरी सुरक्षा नहीं देते।

धूम्रपान सर्वाइकल कैंसर का खतरा बढ़ाता है क्योंकि यह आपके शरीर को HPV संक्रमण से मुक्त होने में मुश्किल करता है। धूम्रपान छोड़ने की जानकारी [NHS smokefree website](https://www.nhs.uk/stop-smoking) वेबसाइट पर मिलती है।

HPV का टीका उन ज्यादा जोखिमवाले HPV प्रकारों से बचाती है जो ज्यादातर सर्वाइकल कैंसर का कारण बनते हैं। अगर आपने HPV का टीका लिया है, तो आपको जब भी बुलाया जाए, सर्वाइकल जांच करवाने पर विचार करना चाहिए। यह सर्वाइकल कैंसर का कारण बनने वाले दूसरे ज्यादा जोखिम वाले HPV प्रकारों की जांच के लिए है।

गर्भाशय ग्रीवा(सर्वाइकल) कैंसर का पारिवारिक इतिहास होने से आपको इस कैंसर होने का खतरा नहीं बढ़ता।

सर्वाइकल स्क्रीनिंग कैसे काम करती है:

सर्वाइकल स्क्रीनिंग कैंसर की जांच नहीं है। यह गर्भाशय ग्रीवा में असामान्य कोशिकाएं ढूंढती है। अगर असामान्य कोशिकाओं का इलाज नहीं किया गया, तो वे कैंसर में बदल सकती हैं।

इस परीक्षण में एक नरम ब्रश का इस्तेमाल करके आपके गर्भाशय ग्रीवा की सतह से छोटी मात्रा में कोशिकाएं ली जाती हैं। नमूना एक छोटे प्लास्टिक के डिब्बे में रखकर प्रयोगशाला भेजा जाता है। इसकी जांच उन प्रकार के HPV के लिए की जाती है जो सर्वाइकल कैंसर का कारण बन सकते हैं। अगर आपके लिए सर्वाइकल कैंसर के सबसे सामान्य HPV प्रकारों का परिणाम नकारात्मक है, तो आपका कैंसर का खतरा बहुत कम है, और भले ही ये अगर आपको पहले असामान्य कोशिकाएं रही हैं, तो उनकी जांच करने की जरूरत नहीं है।

अगर HPV का परिणाम सकारात्मक आता है, तो हम नमूने में असामान्य कोशिकाएं खोजेंगे। असामान्य कोशिकाएं कैंसर नहीं होतीं, लेकिन अगर इनका इलाज नहीं किया गया, तो ये कैंसर में बदल सकती हैं।

अगले कदम के रूप में, हम आपको एक और जांच (जिसे कोल्पोस्कोपी कहा जाता है) करने की पेशकश कर सकते हैं, ताकि हम आपके गर्भाशय ग्रीवा को और अच्छे से देख सकें। अगर कोल्पोस्कोपी में हमें असामान्य कोशिकाएं मिलती हैं, तो हम सुझाव देंगे कि आपको उन कोशिकाओं को निकाल देना चाहिए। इस तरह से स्क्रीनिंग सर्वाइकल कैंसर को रोकने में मदद कर सकती है।

कोई भी स्क्रीनिंग टेस्ट 100% प्रभावी नहीं होता है।

सर्वाइकल स्क्रीनिंग में यह इसलिए होता है:

- कभी-कभी HPV संक्रमण या असामान्य कोशिकाएं छूट सकती हैं (जिसे 'गलत नकारात्मक' परिणाम कहा जाता है)।
- स्क्रीनिंग टेस्ट के बीच असामान्य कोशिकाएं कैंसर में बदल सकती हैं।
- ऐसा होने की कुछ संभावना है कि रिपोर्ट कहे कि असामान्य कोशिकाएं हैं, जबकि गर्भाशय ग्रीवा सामान्य हो (जिसे 'गलत सकारात्मक' कहा जाता है)।

अगर स्क्रीनिंग असामान्य कोशिकाएं नहीं दिखाती, तो इसका मतलब यह नहीं है कि आपके पास असामान्य कोशिकाएं नहीं हैं, या कि भविष्य में वे नहीं होंगी।

सर्वाइकल स्क्रीनिंग कराना

आपकी अपॉइंटमेंट से पहले

सर्वाइकल स्क्रीनिंग आमतौर पर एक महिला नर्स या डॉक्टर द्वारा की जाती है। अगर आप सुनिश्चित करना चाहते हैं कि आपकी जांच एक महिला करे, तो आप अपनी अपॉइंटमेंट बुक करते समय इस बारे में पूछ सकते हैं।

आपकी अपॉइंटमेंट ऐसे दिन होनी चाहिए जब आपको माहवारी न हो। अगर आपको माहवारी नहीं होती, तो आप किसी भी समय स्क्रीनिंग करवा सकते हैं।

कृपया अपनी जांच के 2 दिन पहले कोई भी योनि दवाएं, लुब्रिकेंट या क्रीम का उपयोग न करें, क्योंकि ये परिणामों को प्रभावित कर सकती हैं।

कृपया अपनी नर्स या डॉक्टर से बात करें अगर आप:

- गर्भवती हैं
- आपकी हिस्टरेक्टमी हुई है
- अगर आपको लगता है कि टेस्ट कराना आपके लिए मुश्किल होगा,

अगर आप स्क्रीनिंग को लेकर घबराए हैं, तो आप अपनी नर्स या डॉक्टर से बात कर सकते हैं। वे आपके किसी भी सवाल या चिंता पर बात कर सकते हैं। अगर आप स्क्रीनिंग करवाने का निर्णय लेते हैं, तो वे आपको अधिक आरामदायक महसूस कराने के लिए व्यवस्था कर सकते हैं।

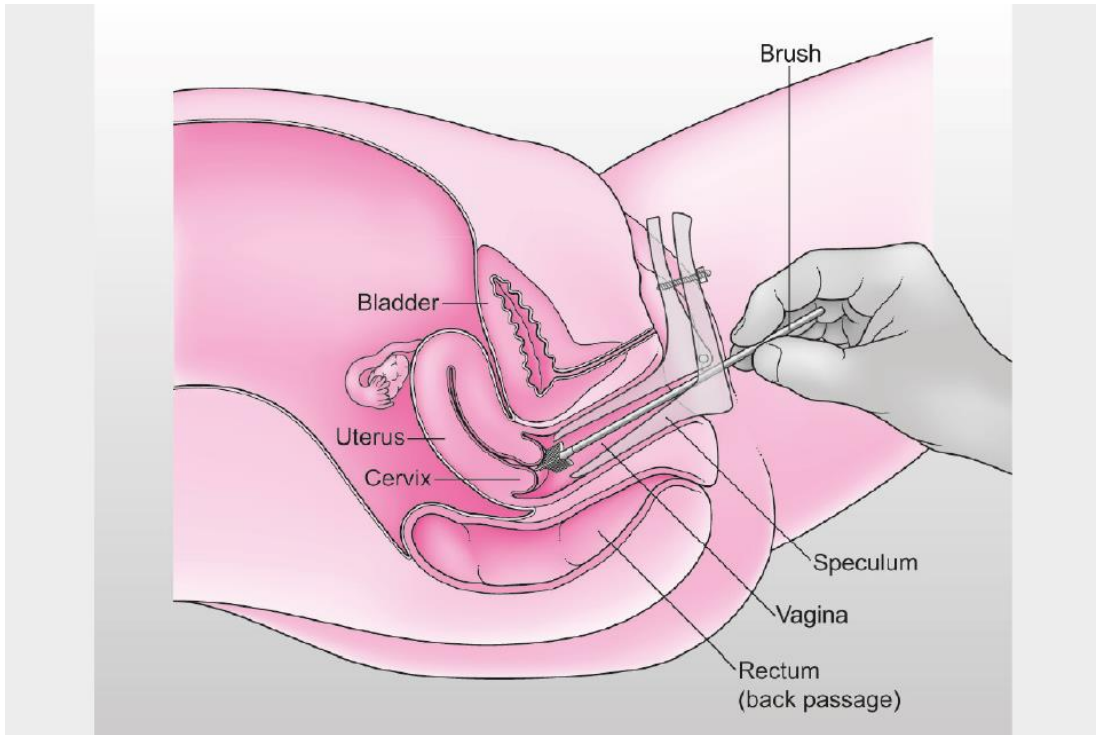
आपकी अपॉइंटमेंट पर

असल में, टेस्ट सिर्फ 1 से 2 मिनट लेता है। पूरी अपॉइंटमेंट आमतौर पर करीब 10 मिनट की होती है।

नर्स या डॉक्टर आपसे कहेंगे कि आप कमर के नीचे के कपड़े उतारें (या ढीली स्कर्ट पहनने पर सिर्फ अंडरवियर निकालें) और अपने घुटनों को मोड़कर और उन्हें अलग रखकर एक बिस्तर पर लेटें, आपके पेट और कूल्हों को ढकने के लिए एक पेपर की शीट या तौलिया होगा।

वे आपकी योनि में स्पेकुलम नामक एक उपकरण डालेंगे और उसे धीरे से खोलेंगे। इससे उन्हें आपके गर्भाशय ग्रीवा को देखने में मदद मिलेगी। स्पेकुलम आमतौर पर प्लास्टिक का होता है, और हर बार स्क्रीनिंग टेस्ट के लिए नया इस्तेमाल होता है। फिर नर्स या डॉक्टर आपकी सर्विक्स से कोशिकाओं का नमूना लेने के लिए एक छोटे, नरम ब्रश का इस्तेमाल करते हैं। आपको थोड़ी असुविधा महसूस हो सकती है, लेकिन यह जल्दी ठीक हो जाएगी। अगर आपको दर्द हो रहा है, तो नर्स या डॉक्टर से कहें; वे आपको आराम देने की कोशिश करेंगे।

आपकी स्क्रीनिंग अपॉइंटमेंट में आप पूरी तरह से नियंत्रण में हैं। आप चाहें तो किसी भी समय रोकने के लिए कह सकते हैं।



चित्र जो दिखाता है कि स्पेकुलम और छोटे नरम ब्रश से सर्विकल स्क्रीनिंग का नमूना कैसे लिया जाता है। (Image © Jo's Cervical Cancer Trust.)

सर्विकल स्क्रीनिंग के नतीजे

नर्स या डॉक्टर आपको बताएंगे कि आपको नतीजों का पत्र कब मिलेगा। इसके 4 संभावित परिणाम होते हैं:

1. एचपीवी नकारात्मक

अगर एचपीवी नकारात्मक है, तो हम आगे कोई परीक्षण नहीं करेंगे। इसका मतलब है कि असामान्य सर्विकल कोशिकाएँ होने की संभावना बहुत कम है। अगर होती भी हैं, तो वे समस्या पैदा करने की बहुत संभावना नहीं है। हम आपको 3 या 5 साल बाद (आपकी उम्र के अनुसार) फिर से स्क्रीनिंग के लिए बुलाएंगे।

2. एचपीवी सकारात्मक: असामान्य कोशिकाएँ नहीं हैं

अगर आपका नमूना एचपीवी सकारात्मक है, तो हम असामान्य सर्विकल कोशिकाओं के लिए भी परीक्षण करेंगे। अगर कोई असामान्य कोशिकाएँ नहीं मिलीं, तो आपके परिणाम में लिखा होगा कि आपको एचपीवी है, लेकिन असामान्य कोशिकाएँ नहीं हैं। हम आपसे जल्दी स्क्रीनिंग के लिए आने को कहेंगे (आपके परिणाम पत्र में बताया जाएगा कि कब आना है)। यह इस लिए है ताकि हम देखें कि क्या आपका इम्यून सिस्टम एचपीवी को खत्म कर पाया है (यह ज्यादातर मामलों में होता है)।

3. एचपीवी पॉजिटिव: असामान्य कोशिकाएं पाई गईं

असामान्य कोशिकाओं के कई अलग-अलग "ग्रेड" होते हैं, क्योंकि कुछ गंभीर होती हैं। आपके नतीजों का पत्र आपके नतीजों का मतलब समझाएगा। अगर आपको एचपीवी है और कोई भी ग्रेड की असामान्य सर्विकल कोशिकाएँ हैं, तो हम आपको कॉलपोसकोपी के लिए भेजेंगे (नीचे जानकारी देखें)। हम आपको हमारी सूचना पत्रिका भेजेंगे एनएचएस सर्विकल स्क्रीनिंग – कॉलपोसकोपी के बारे में।

4. अपर्याप्त नतीजा

कभी-कभी नमूने को "अपर्याप्त" कहा जा सकता है। यह किसी तकनीकी समस्या के कारण हो सकता है, जैसे कि अगर लैब आपके नमूने से HPV जांच का नतीजा नहीं ले पा रही है या यह नहीं देख पा रही है कि असामान्य कोशिकाएँ हैं या नहीं। अगर आपका

टेस्ट अपर्याप्त है, तो हम आपसे 3 महीने बाद फिर से गर्भाशय की जांच कराने के लिए कहेंगे। हम इसलिए इंतज़ार करते हैं ताकि फिर से पर्याप्त कोशिकाएँ मिल सकें।

स्क्रीनिंग के बाद नमूनों का क्या होता है?

आपके जांच के नतीजे के आधार पर, आपकी जांच का नमूना लेबोरेटरी में कम से कम 10 साल तक रखा जा सकता है। आपका नतीजा एक राष्ट्रीय सुरक्षित कंप्यूटर सिस्टम पर रखा जाएगा, ताकि NHS आपके हालिया नतीजे की तुलना आपके पिछले नतीजों से कर सके।

कोल्पोस्कोपी

कोल्पोस्कोपी आमतौर पर अस्पताल की क्लिनिक में होती है। इसमें एक विशेषज्ञ आपके गर्भाशय ग्रीवा को ध्यान से देखेंगे, और वे एक लाइट और बड़े लेंस (जिसे 'कोलप्सकोप' कहते हैं) का इस्तेमाल करेंगे। वे आपके गर्भाशय ग्रीवा के किसी भी असामान्य दिखनेवाले हिस्से का एक छोटा मांस-तंतु का नमूना (बायोप्सी) ले सकते हैं। अगर असामान्य कोशिकाएं गंभीर हैं, तो आपको उन्हें निकालने के लिए इलाज की जरूरत पड़ सकती है। इससे गर्भाशय का कैंसर रोकने में मदद मिलती है।

आप कोल्पोस्कोपी के बारे में हमारे पत्रक में और जानकारी पढ़ सकते हैं।

सर्वाइकल स्क्रीनिंग के संभावित लाभ और खतरें

सर्वाइकल स्क्रीनिंग करवाना आपके ऊपर निर्भर करता है। आपको फैसला लेने में मदद करने के लिए, हमने संभावित फायदे और जोखिमों की जानकारी शामिल की है।

संभावित फायदे

सर्वाइकल स्क्रीनिंग करने से गर्भाशय के कैंसर को रोकने में मदद मिलती है।
सर्वाइकल स्क्रीनिंग हर साल यूके में हजारों जानें गर्भाशय के कैंसर से बचाती है। [\[2\]](#)

संभावित खतरे

सर्वाइकल स्क्रीनिंग के असली खतरे असामान्य कोशिकाएं हटाने से आते हैं, जो कोल्पोस्कोपी में होता है, न कि जांच से। असामान्य कोशिकाएं हटाने से कभी-कभी

खून आ जाता है या संक्रमण हो सकता है, और यह आगे की गर्भधारण पर असर कर सकता है। जो महिलाएं असामान्य कोशिकाएं हटाने के बाद गर्भवती होती हैं, उन्हें अगर सामान्य इलाज मिलता है, तो उनके बच्चे का जल्दी जन्म लेने का खतरा नहीं बढ़ता। अगर गर्भाशय ग्रीवा की ज्यादा कोशिकाएं हटानी पड़ती हैं, तो महिलाओं को अपना बच्चा 1 से 2 महीने पहले जन्म लेने की संभावना थोड़ी ज्यादा होती है। यह इलाज कराने वाली महिलाओं में से लगभग 16% (100 में से 16) को प्रभावित कर सकता है, जिन्होंने इस का विस्तृत इलाज करवाया है और उसके बाद बच्चा पैदा करें [4]।

जिन लोगोंने असामान्य कोशिकाएं निकाली हैं, उनमें से सभी को गर्भाशय ग्रीवा(सर्वाइकल) कैंसर नहीं होगा। हम गंभीर असामान्य कोशिकाओं वाले सभी लोगों को इलाज देते हैं, क्योंकि हम नहीं जान सकते कि किसे गर्भाशय ग्रीवा(सर्वाइकल) कैंसर होगा और किसे नहीं।

गर्भाशय ग्रीवा(सर्वाइकल)कैंसर के लक्षण

कैंसर आपके सामान्य स्क्रीनिंग टेस्ट के बीच में भी विकसित हो सकता है। आपके लिए जो कुछ भी असामान्य हो, उसकी पहचान करना ज़रूरी है, खासकर:

- अपने मासिक धर्म के बीच, सेक्स के समय या बाद में, या रजोनिवृत्ति के बाद खून आना।
- योनि स्राव में परिवर्तन

स्क्रीनिंग लक्षणों की जांच करने का टेस्ट नहीं है।

अगर आपको इनमें से कोई बदलाव महसूस होता है, तो अपने अगले सर्वाइकल स्क्रीनिंग के अपॉइंटमेंट का इंतज़ार मत कीजिए। जल्द से जल्द अपने जीपी से जाकर मिलें। आपका जीपी आपको जांच सकते हैं और ज़रूरत पड़ने पर आपको गाइनकोलॉजी क्लिनिक भेज सकते हैं।

आमतौर पर इन लक्षणों का यह मतलब नहीं बनता कि आपको कैंसर है। लेकिन अगर कैंसर का पता जल्दी चल जाए और इलाज सही समय पर किया जाए, तो आप के जीवित रहने की ज़्यादा संभावना रखते हैं।

गोपनीयता

NHS स्क्रीनिंग कार्यक्रम आपको सही समय पर स्क्रीनिंग के लिए आमंत्रित करने के लिए आपके NHS रिकॉर्ड की व्यक्तिगत जानकारी का उपयोग करते हैं। NHS इंग्लैंड आपकी जानकारी का उपयोग यह सुनिश्चित करने के लिए भी करता है कि आपको उच्च गुणवत्ता वाली देखभाल मिले और स्क्रीनिंग कार्यक्रम बेहतर हों। इस बारे में ज्यादा जाननेके लिए [आपकी जानकारी का कैसे इस्तेमाल किया जाता है और इसे कैसे सुरक्षित रखा जाता है, और आपके क्या विकल्प हैं।](#)

ज्यादा जानकारी

अगर आपको सर्वाइकल स्क्रीनिंग के बारे में कोई सवाल है, तो आप अपने जीपी, प्रैक्टिस नर्स से बात कर सकते हैं या किसी स्थानीय गर्भनिरोधक/सेक्सुअल हेल्थ क्लिनिक जा सकते हैं।

[एनएचएस यूके वेबसाइट पर सर्वाइकल स्क्रीनिंग के बारे में और जानकारी है।](#)

[कोल्पोस्कोपी के बारे में अधिक जानकारी के लिए हमारी पुस्तिका पढ़ें।](#)

पता करें कि [स्क्रीनिंग न कराने के लिए ऑफ़ आउट कैसे करें।](#)