પેપ ટેસ્ટ અને સર્વિક્સનાં* કેન્સર અંગે ઉઠતા પ્રશ્નો

*ગર્ભાશયનું મુખ/ગ્રીવા

સી.બી.સી. સી. - યૂ.એસ.એ. તરફથી મળેલ પાયારૂપ
અનુદાનમાંથી આ સામગ્રીની આંશિક રચના શક્ય બની છે.

India Cancer Initiative

Distributed by

Cancer Patients Aid Association
TOTAL MANAGEMENT OF CANCER

American Cancer Society®

એક મહિલા તરીકે સર્વિક્સના કેન્સર (ગર્ભાશયના મુખનું કેન્સર)થી બચવા માટે પેપ ટેસ્ટ કરાવવો એ સૌથી અગત્યનાં પગલાંઓમાંનું એક છે.

- સર્વિક્સ એટલે તમારા ગર્ભાશયનો નીચેનો ભાગ, જે યોનીમાં ખૂલે છે.
- પેપ ટેસ્ટ એ સર્વિક્સમાં થતાં એ ફેરફારોની તપાસ કરે છે જે ભવિષ્યમાં કેન્સરમાં પરિણમી શકે .
- સર્વિક્સમાં આવતાં ફેરફારો માટે મોટે ભાગે હ્યુમન પેપીલોમા વાયરસ (એચ.પી.વી) નામનો સામાન્ય વાયરસ કારણભૂત હોય છે.
- એચ.પી.વી. ના કારણે સર્વિક્સમાં આવેલા ફેરફારો કેન્સરમાં પરિણમી શકે છે.
- જો કેન્સર હોય તો પેપ ટેસ્ટ તેને શરૂઆતના તબક્કામાં જ પારખી શકે છે, જ્યારે તેની સારવાર પ્રમાણમાં સરળ હોય છે.
- તમારે સમયાંતરે કેટલાંક પેપ ટેસ્ટ કરાવવા જોઈએ એ તમારા ડોક્ટર તમને કહી શકશે.

શું સર્વિક્સનાં કેન્સરને નિવારી શકાય?

હા, નિયમિત રૂપે પેપ ટેસ્ટ કરાવવાથી અને તેના રિપોર્ટ અંગે ડોક્ટરની સલાહ લેવાથી મોટાભાગે સર્વિક્સનું કેન્સરના કિસ્સાઓ રોકી શકાય છે. સર્વિક્સના કોષોમાં આવતાં બદલાવો કેન્સરમાં પરિણમે તે પહેલાં શરૂઆતમાં જ તેને પેપ ટેસ્ટમાં ઓળખી શકાય છે. ત્યાર બાદ આ સર્વિક્સના કોષોમાં આવેલાં બદલાવો કેન્સરમાં ન પરિણમે તે માટે તેની સારવાર આપી શકાય છે. પેપ ટેસ્ટ ગર્ભાશયના મુખનાં કેન્સરને મોટે ભાગે શરૂઆતના તબક્કામાં, જ્યારે તેનો ઉપચાર શક્ય હોય ત્યારે જ શોધી કાઢે છે. જો કે સર્વિક્સનું કેન્સર મોટા ભાગે એવી મહિલાઓમાં જોવા મળ્યું છે, જે નિયમિતપણે આ ટેસ્ટ કરાવતી ન હોય અથવા તો પાંચ વર્ષે એકવાર આવો ટેસ્ટ કરાવતી હોય.

જો મહિલાઓ નિયમિતરૂપે પેપ ટેસ્ટ કરાવે તો મોટા ભાગના કિસ્સામાં સર્વિક્સનાં કેન્સરને ચોક્કસ રોકી શકાય.

પેપ ટેસ્ટ શું છે?

પેપ ટેસ્ટમાં, મહિલાની આંતરિક તપાસ દરમિયાન સ્પેચ્યુલા અથવા પોચા બ્રશ દ્વારા મહિલાના સર્વિક્સથી થોડા કોષ નમૂનારૂપે લેવામાં આવે છે. આ કોષોનું માઈક્રોસ્કોપ હેઠળ નિરીક્ષણ કરવામાં આવે છે. આમ આ પેપ ટેસ્ટ, ડોક્ટરને સર્વિક્સનાં કોષોમાં શરૂઆતના તબકકામાં થતાં ફેરફારોને શોધવામાં મદદ કરે છે જે ભવિષ્યમાં કેન્સરમાં પરિણમી શકે

બીજા કયા ટેસ્ટ કરાવવા જોઈએ?

ભારતમાં, કેટલાક ડોક્ટરોને ત્યાં તથા કેટલાક તબીબી કેન્દ્રો પર વિઝ્યુઅલ ઈન્સ્પેક્શન તપાસ (વી.આઇ.એ) નામે ઓળખાતું પરીક્ષણ કરાવવા માટેની વ્યવસ્થાઓ ઉપલબ્ધ હોઇ શકે. આ પરીક્ષણ પણ મહિલાની આંતરિક તપાસ દરમિયાન જ કરવામાં આવતું હોય છે. બે મિનિટ પછી સર્વિક્સને તેજ પ્રકાશ હેઠળ જોવામાં આવે છે જેથી ખબર પડે કે તેમાં કોઈ પ્રકારના બદલાવો આવ્યા છે કે કેમ. આ બદલાવોને સર્વિક્સનાં કોષોમાં આવેલા અસામાન્ય બદલાવો કહેવામાં આવે છે. આ ઉપરાંત, વી.આઇ.એલ.એલ નામનું અન્ય એક દેખીતું પરીક્ષણ કરાવી શકાય. તેમાં સર્વિક્સમાં જુદા પ્રકારનું પ્રવાહી લગાડવામાં આવે છે અને તેના માટે વિશિષ્ટ પ્રકારના સાધનોની જરૂરિયાત હોય છે.

પેપ ટેસ્ટ કરાવવા માટે મારે કોઈ પૂર્વ તૈયારીની જરૂર છે?

- તમારા માસિકસ્ત્રાવ દરમિયાન ટેસ્ટ ન કરાવવો હિતાવહ છે.
- ટેસ્ટ પહેલાંના 48 કલાક દરમિયાન તમે જાતિય સમાગમ ન કર્યો હોય તે ટેસ્ટ માટેની શ્રેષ્ઠ સ્થિતિ છે.
- ટેસ્ટ પહેલાંના 48 કલાક દરમિયાન તમે તમારી યોનીમાં કોઈપણ પ્રકારનું ક્રીમ, ફીણ કે રૂનું પૂમડું એવું કશું પણ લગાવ્યું ન હોય તે સારૂં છે.

જો હું કોઇપણ પ્રકારના જાતીય સંબંધ ધરાવતી ન હોઉં તો પણ પેપ ટેસ્ટ કરાવાની જરૂર ખરી?

હા. ભૂતકાળમાં જાતીય સંબંધ ધરાવતી કોઇપણ મહિલાને સર્વિક્સનું કેન્સર થઇ શકે છે.

સર્વિક્સનાં કેન્સર માટે મારે કેટલાં સમયાંતરે તપાસ કરાવતાં રહેવી જોઇએ?

- તમે 30 વર્ષના થાવ ત્યાં સુધીમાં તમારે પેપ ટેસ્ટ કરાવવા શરૂ કરી દેવા જોઇએ. દર 3 વર્ષે આ ટેસ્ટ કરાવવો પડે.
- જો તમે 50 વર્ષના કે તેથી વધુ ઉંમરના છો તો તમે આ ટેસ્ટ દર 5 વર્ષે કરાવી શકો.
- જો તમે 65 વર્ષની વય ધરાવતાં હોવ અને તમારા સળંગ બે ટેસ્ટનાં પરિણામ નેગેટિવ આવ્યાં હોય તો તમારે હવે પછી ટેસ્ટ કરાવવાની જરૂર નથી, સિવાય કે એવાં કોઇ લક્ષણો દેખાય.
- જો ઓપરેશન દ્વારા તમારું ગર્ભાશય અને સર્વિક્સ દૂર કરવામાં આવ્યાં હોય તો તમારે ટેસ્ટ કરાવવાની જરૂર રહેતી નથી, સિવાય કે આ ઓપરેશન સર્વિક્સનાં કેન્સરની સારવારના ભાગ રૂપે કરવામાં આવ્યું હોય. જો ઓપરેશનમાં તમારું સર્વિક્સ ન નીકાળવામાં આવ્યું હોય તો તમારે ટેસ્ટ કરાવતાં રહેવું જોઇએ.

મારો પેપ ટેસ્ટ નેગેટિવ હોય તો?

તમારા પેપ ટેસ્ટનો રિપોર્ટ નેગેટિવ હોય તો તેનો અર્થ થયો કે ભવિષ્યમાં કેન્સરમાં પરિણમી શકે તેવા કોઇ બદલાવો તમારા સર્વિક્સનાં કોષોમાં જોવા મળ્યાં નથી. છતાં તમારે સમયાંતરે નિયમિત રૂપે પેપ ટેસ્ટ કરાવતાં રહેવો જોઇએ, જેથી આવા કોઇ બદલાવો આકાર ન લે.

મારો પેપ ટેસ્ટ પોઝિટિવ હોય તો?

જો તમારા પેપ ટેસ્ટનો રિપોર્ટ પોઝિટિવ હોય તો તમારે તરત જ તમારા ડોક્ટરની સલાહ લેવી જોઇએ. તમે હજુ કેન્સરની પૂર્વાવસ્થાના તબક્કામાં છો કે કેન્સર ધરાવો છો. તે નક્કી કરવા માટે તમારે બીજા કેટલાક ટેસ્ટ કરાવવા પડશે. જો તમે કેન્સરના પહેલા તબક્કામાં છો તો આ સ્થિતિ પોતાની મેળે જતી રહે તે માટે સમય આપવાનો કે પછી તમને સારવારની જરૂર છે તે અંગે ડોક્ટર નિર્ણય લેશે. જો તમે કેન્સર ધરાવતા હો તો તમારે તાત્કાલિક સારવાર લેવી આવશ્યક છે.

એચ.પી.વી. વિશે મારે જાણવું છે?

એચ.પી.વી. એ જાતીય સંબંધ ધરાવતાં લોકોમાં અતિસામાન્ય રૂપે જોવા મળતો એક વાયરસ છે. ઘનિષ્ઠ જાતીય સંબંધો દરમિયાન આ વાયરસ એક વ્યક્તિમાંથી બીજા વ્યક્તિને લાગે છે. મોટાભાગના લોકોને પોતે વાયરસ ધરાવતાં હોવાનો કદી ખ્યાલ પણ આવતો નથી અને આ વાયરસ પોતાની મેળે જતો પણ રહે છે. પણ કેટલીક સ્ત્રીઓમાં આ વાયરસ સર્વિક્સનાં કોષોમાં બદલાવ માટે કારણભૂત બને છે. પેપ ટેસ્ટ અથવા સર્વિક્સનાં કેન્સર માટેનાં અન્ય પરીક્ષણો થકી આ બદલાવોને પારખી શકાય છે. એટલે, જો કોઇ મહિલા એચ.પી.વી ધરાવતી હોય અને તેના કારણે તેના સર્વિક્સનાં કોષોમાં ફેરફાર પણ આવ્યો હોય તો આ ફેરફારો સર્વિક્સનાં કેન્સર માટેનાં પરીક્ષણો દ્વારા પકડી શકાય છે અને તરત જ તેની સારવાર શરૂ કરી શકાય છે.

સર્વિક્સનાં કેન્સરનાં લક્ષણો અને નિશાનીઓ કઇ-કઇ હોય છે?

- યોનીમાંથી અસામાન્ય સ્ત્રાવ
- યોનીમાંથી બીજો કોઇ અસામાન્ય સ્ત્રાવ
- જાતીય સમાગમ વખતે પીડા

જો કે ઉપરોક્ત લક્ષણો અને નિશાનીઓ સર્વિક્સનાં કેન્સર સિવાય અન્ય પરિસ્થિતિઓમાં પણ જોવા મળી શકે છે. ભલે તમે નિયમિતપણે પેપ ટેસ્ટ કરાવતાં હોવ, પણ જો તમે ઉપર જણાવેલી આવી કોઇપણ સમસ્યા ધરવતાં હો તો તરત જ તમારા ડોક્ટરનો સંપર્ક કરો. જે મહિલાઓને નાની ઉંમરે સર્વિક્સનું કેન્સર થાય છે તેમને સામાન્ય રીતે આવાં કોઈ લક્ષણો જોવાં મળતાં નથી.

©2009, American Cancer Society, Inc.
No.011284
India Project

સર્વિક્સના કેન્સરને રોકવા માટે મદદરૂપ પગલાં

- નિયમિત સમયાંતરે પેપ ટેસ્ટ કરાવો
- તમારા પેપ ટેસ્ટનો રિપોર્ટ મેળવો.
- જો કોઈ સારવારની જરૂર હોય તો તે માટે સમયસર તમારા ડોક્ટરને મળો.
- કોઇપણ લક્ષણો દેખાય તો હંમેશા તે વિશે તમારા ડોક્ટરને જણાવો.

American Cancer Society® Global

CBCC COMPREHENSIVE BLOOD & CANCER CENTER *Outsmarting Cancer*

Creation of this material was made possible in part by a pioneering grant from CBCC-USA.

cancer.org