

# সারভাইকাল স্ক্রিনিংয়ের বিষয়ে আপনার যা জেনে রাখা উচিত।

## সারভাইকাল স্ক্রিনিং কী?

সারভাইকাল স্ক্রিনিং হল এমন লোকদের উপর করা একটি পরীক্ষা যাদের সারভাইকাল/জরায়ুর ক্যান্সার হওয়ার ঝুঁকি রয়েছে তবে তাদের এই রোগ সংক্রান্ত কোনও লক্ষণ নেই এবং সাধারণত শারীরিকভাবে সুস্থ বোধ করেন। অন্টারিও সারভাইকাল স্ক্রিনিং প্রোগ্রাম এমন একটি স্ক্রিনিং প্রোগ্রাম যেটি এই সমস্ত লোকদেরকে নিয়মিত স্ক্রিনিং করানোর জন্য উৎসাহিত করে। নিয়মিত সারভাইকাল স্ক্রিনিং করলে তা আপনাকে জরায়ুর ক্যান্সার হওয়ার হাত থেকে রক্ষা করতে সহায়তা করতে পারে।

সারভাইকাল ক্যান্সার এমন একটি ক্যান্সার যা সার্ভিক্স বা জরায়ুর মুখে হয়। সার্ভিক্স বা জরায়ুর মুখ হল শরীরের এমন একটি অংশ যা জরায়ুকে (গর্ভাশয়) যোনি (যোনিপথ) -এর সঙ্গে সংযুক্ত করে। সারভাইকাল ক্যান্সার প্রায় সবসময় হিউম্যান প্যাপিলোমা ভাইরাস (Human papillomavirus, HPV) দ্বারা সৃষ্ট হয়। আপনার পরিবারের অন্য কোনো মহিলার জরায়ুর ক্যান্সার হয়ে থাকলে, আপনারও জরায়ুর ক্যান্সার হওয়ার ক্ষেত্রে বেশি সম্ভাবনা থাকতে পারে তা নয়।

## হিউম্যান প্যাপিলোমা ভাইরাস (HPV) কী?

HPV হল এমন একটি ভাইরাস যা এক ব্যক্তির শরীর থেকে অন্য ব্যক্তির শরীরে যৌন সম্পর্কের মাধ্যমে সংক্রমিত হয়। যৌন সম্পর্কের মধ্যে বিভিন্ন বিষয় অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে। এই ফ্যাক্ট শিটে সেই সময়কে অন্তর্ভুক্ত করা হয় যখন অন্য কোনও ব্যক্তি আপনার যোনাঙ্গ (গোপনাঙ্গ) -এর সংসর্গে আসে। এই সংসর্গে আসা হাত, মুখ বা যোনাঙ্গের মাধ্যমে হতে পারে।

HPV হওয়া সাধারণ ব্যাপার এবং এটি প্রায়শই কোনও ক্ষতি না করে নিজের থেকেই ঠিক হয়ে যায়।

100 টিরও বেশি ধরনের HPV রয়েছে এবং এগুলি জরায়ুর মুখের বা সার্ভিক্সের কোষগুলিতে পরিবর্তন ঘটাতে পারে। কয়েক ধরনের HPV-এর কারণে, কোষের মধ্যে হওয়া এই পরিবর্তনগুলির যদি চিকিৎসা করানো না হয় তবে সময়ের সঙ্গে সঙ্গে সেগুলি জরায়ুর ক্যান্সারে পরিণত হতে পারে।

## সারভাইকাল স্ক্রিনিং টেস্ট কী?

সারভাইকাল স্ক্রিনিং টেস্ট HPV-এর ধরনগুলির পরীক্ষা করে, যা কখনও কখনও সারভাইকাল ক্যান্সার/জরায়ুর ক্যান্সারের কারণ হতে পারে। এটি এই ধরনের HPV দ্বারা সৃষ্ট জরায়ুর মুখের কোষগুলিতে হওয়া পরিবর্তনগুলিও টেস্ট করে। এই টেস্টটি অন্যান্য ধরনের HPV-কে টেস্ট করে না।

সারভাইকাল স্ক্রিনিং টেস্ট প্যাপ টেস্টকে প্রতিস্থাপন করেছে কারণ এটি সারভাইকাল ক্যান্সার হওয়া আটকাতে আরও ভালোভাবে কাজ করে।

## কাদের স্ক্রীন করা উচিত এবং কতবার?

অন্টারিও সারভাইকাল স্ক্রিনিং প্রোগ্রাম পরামর্শ দেয় যে সারভাইকাল স্ক্রিনিংয়ের জন্য যোগ্য বেশিরভাগ মহিলাদের প্রতি 5 বছর অন্তর স্ক্রিনিং করানো উচিত।

- স্ক্রীন করান যদি আপনি:
  - কমপক্ষে 25 বছর বয়সী হন, এবং
  - যদি আপনি একজন মহিলা, টু-স্পিরিট পার্সন, রূপান্তরকামী ব্যক্তি, শরীরে সার্ভিক্স আছে এমন কোনো নন-বাইনারি ব্যক্তি হন।
  - আপনি যদি কখনও অন্য কারও সাথে যৌন সম্পর্কে লিপ্ত হয়ে থাকেন, এবং
  - যোনি (যোনিপথ) থেকে বিভিন্নধরনের স্রাব (স্বেচ্ছ বা হলুদ তরল) বা রক্তপাতের মত লক্ষণগুলি যদি না থাকে।
- আপনার তখনও স্ক্রিনিং করানো উচিত যদি:
  - আপনি HPV ভ্যাকসিন নিয়ে থাকেন
  - শারীরিকভাবে সুস্থ থাকেন
  - মেনোপজের পর্যায় পার করে থাকেন
  - আপনার পরিবারের কোনো সদস্যের জরায়ুর ক্যান্সার না হয়ে থাকে
  - আপনি শুধুমাত্র একজনের সঙ্গে সেক্স করে থাকেন
  - দীর্ঘদিন ধরে একই যৌন সঙ্গীর সঙ্গে মিলিত হয়ে থাকেন
  - অনেকদিন সেক্স না করে থাকেন
  - সমকামী সম্পর্কে লিপ্ত হয়ে থাকেন



আপনার রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা দুর্বল হলে প্রতি 3 বছর অন্তর সারভাইকাল স্ক্রিনিং করানোর প্রয়োজন হতে পারে। উদাহরণস্বরূপ, আপনি যদি HIV/AIDS রোগাক্রান্ত হন বা যদি আপনার অঙ্গ প্রতিস্থাপন করা হয়ে থাকে।

সার্ভিক্স বা জরায়ুর মুখের কোষে পরিবর্তনের কারণে চিকিৎসা গ্রহণ করার পরে সারভাইকাল স্ক্রিনিং করানোরও পরামর্শ দেওয়া হয়। এই চিকিৎসার ফলাফলের উপর ভিত্তি করে, আপনার ডাক্তার, নার্স প্র্যাকটিশনার, নার্স বা মিডওয়াইফ আপনাকে জানাবেন যে আপনার কত ঘনঘন স্ক্রিনিং করানো উচিত।

বেশিরভাগ মহিলারা 65 থেকে 69 বছর বয়সের পর সারভাইকাল স্ক্রিনিং করানো বন্ধ করতে পারেন। 69 বছর বয়সের পরেও আপনার স্ক্রিনিং করানো উচিত কি না, সেই সিদ্ধান্ত নিতে আপনার ডাক্তার, নার্স প্র্যাকটিশনার, নার্স বা মিডওয়াইফ আপনাকে সাহায্য করতে পারেন।

### সারভাইকাল স্ক্রিনিং পরীক্ষার সময় কী হয়?

সারভাইকাল স্ক্রিনিং টেস্টটি প্যাপ টেস্টের মতো মনে হয়। ডাক্তার, নার্স প্র্যাকটিশনার, নার্স বা মিডওয়াইফ আপনার সার্ভিক্স বা জরায়ুর মুখ থেকে কোষ সংগ্রহ করতে একটি ছোট, নরম ব্রাশ ব্যবহার করবেন যাতে ল্যাবরেটরি HPV-এর ধরণ এবং কোষে হওয়া পরিবর্তনগুলিকে শনাক্ত করার জন্য কোষগুলি পরীক্ষা করতে পারে। যে ব্যক্তি আপনার পরীক্ষাটি করছেন তিনি পরীক্ষাটিকে আপনার জন্য যতটা সম্ভব আরামদায়ক করার চেষ্টা করতে পারেন।

### সারভাইকাল স্ক্রিনিং টেস্টের পর কী হয়?

আপনি ডাকঘোণে আপনার সারভাইকাল স্ক্রিনিং টেস্টের রিপোর্ট পাবেন। যে ব্যক্তি আপনার পরীক্ষাটি করেছেন তিনিও আপনার রিপোর্টের একটি কপি পাবেন এবং আপনার কোনও প্রশ্ন থাকলে তার উত্তর দিতে পারবেন। পরবর্তী পদক্ষেপ সম্পর্কেও তাঁরা আপনার সঙ্গে কথা বলতে পারেন।

এমন এক ধরণের HPV যা কখনও কখনও সারভাইকাল/জরায়ুর ক্যান্সারের কারণ হতে পারে, আপনার শরীরে সেটির উপস্থিতির অর্থ এই নয় যে আপনার জরায়ুর ক্যান্সার হয়েছে, তবে আপনার সারভাইকাল কলপোস্কোপি (কল-পস-কো -পি নামে পরিচিত) নামে একটি পরীক্ষার করানোর প্রয়োজন হতে পারে।

সারভাইকাল কলপোস্কোপি হল একজন বিশেষজ্ঞ ডাক্তার যেমন স্ত্রীরোগ বিশেষজ্ঞ দ্বারা করা একটি পরীক্ষা। কলপোস্কোপি চলাকালীন, বিশেষজ্ঞ সারভাইকাল স্ক্রিনিং পরীক্ষার তুলনায় সার্ভিক্স বা জরায়ুর মুখকে আরও ভালোভাবে পরীক্ষা করে দেখেন যে সেখানে অস্বাভাবিক কিছু আছে কি না। কলপোস্কোপি করানোর দ্বারা আপনি নিজেকে জরায়ুর ক্যান্সার হওয়ার হাত থেকে রক্ষা করতে সাহায্য করতে পারেন।

### জরায়ু ক্যান্সার হওয়ার সম্ভাবনাগুলিকে কোন বিষয়গুলো প্রভাবিত করতে পারে?

নিয়মিত স্ক্রিনিং করানোর দ্বারা আপনি আপনার সারভাইকাল/জরায়ুর ক্যান্সার হওয়ার সম্ভাবনা কমাতে পারেন। আপনি যদি ধূমপান করেন এবং যদি আপনি কখনও অন্য কোনো ব্যক্তির সঙ্গে যৌন সম্পর্কে লিপ্ত হন তবে বয়স বাড়ার সঙ্গে সঙ্গে আপনার জরায়ুর ক্যান্সার হওয়ার সম্ভাবনা বেড়ে যায়। আপনার জরায়ুর ক্যান্সার হওয়ার সম্ভাবনাগুলিকে কোন কোন বিষয়গুলি প্রভাবিত করতে পারে সে সম্পর্কে আরও জানতে [mycanceriq.ca](http://mycanceriq.ca) -এতে যান।

### কীভাবে আপনার পরীক্ষার জন্য অ্যাপয়েন্টমেন্ট নেবেন?

আপনার ডাক্তার, নার্স প্র্যাকটিশনার, নার্স বা মিডওয়াইফকে ফোন করে আপনাকে পরীক্ষা করতে বলুন।

- অথবা -

সারভাইকাল স্ক্রিনিং টেস্ট করে এমন একটি ক্লিনিক খুঁজে পেতে যে কোনও সময় Health811 ব্যবহার করুন:

- [ontario.ca/healthservices](http://ontario.ca/healthservices)-এ সারভাইকাল স্ক্রিনিং টেস্টের জন্য অনুসন্ধান করুন।
- 811 (TTY: 1.866.797.0007)-এ ফোন করুন।
- লাইভ চ্যাট করতে [ontario.ca/health811](http://ontario.ca/health811) ব্যবহার করুন।

### আরও তথ্যের জন্য, অনুগ্রহ করে :

[ontariohealth.ca/cervical-test](http://ontariohealth.ca/cervical-test)-এতে যান



অ্যাক্সেস করা যায় এমন ফরম্যাটে এই তথ্য প্রয়োজন? যোগাযোগ করুন  
1-877-280-8538, TTY 1-800-855-0511, [info@ontariohealth.ca](mailto:info@ontariohealth.ca)-এ  
Document disponible en français en contactant [info@ontariohealth.ca](mailto:info@ontariohealth.ca).