



## عنقی سرطان کی روک تھام اور معائنہ

ہانگ کانگ میں خواتین میں عنقی سرطان عام ہے۔ کرویکس بچہ دانی (رحم) کا نچلا حصہ ہے جو رحم کے وجود کو اندام نہانی سے جوڑتا ہے۔ تقریباً تمام عنقی سرطانوں کی وجہ سرطان کا باعث بننے والے (یا زائد خطرے کے حامل) ہیومن پیپیلوما وائرس (ایچ پی وی) اقسام میں سے ایک کے مسلسل انفیکشن کی وجہ سے ہوتے ہیں۔ ایچ پی وی انفیکشن عام طور پر ان افراد میں پایا جاتا ہے جو کبھی جنسی طور پر متحرک رہے ہوں۔ ایچ پی وی انفیکشن والے زیادہ تر افراد میں کوئی علامات نہیں ہوتی ہیں اور وہ خود ہی انفیکشن سے چھٹکارا پا لیتے ہیں۔ کرویکس میں مسلسل زائد خطرے کے ایچ پی وی انفیکشن سے متاثرہ بعض خواتین میں خلیوں میں غیر معمولی (قبل از سرطان) تبدیلیاں پیدا ہو جاتی ہیں۔ اگرچہ ان میں سے زیادہ تر تبدیلیاں معمول پر آجائیں گی، لیکن کچھ برسوں گزرنے کے بعد یہ سرطان کی طرف بڑھ سکتی ہیں۔

### کیا مجھے عنقی سرطان کا خطرہ ہے؟

ایچ پی وی انفیکشن یا عنقی سرطان کے خطرے کے عوامل میں شامل ہیں:

- متعدد جنسی پارٹنرز
- کم عمری میں جنسی ملاپ
- جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کے ساتھ مشترکہ انفیکشن
- تمباکو نوشی
- کمزور قوت مدافعت
- مانع حمل گولیوں کا 5 سال سے زیادہ عرصے تک طویل مدتی استعمال (استعمال روکنے کے 10 سال بعد خطرہ معمول پر آجاتا ہے)
- پہلے حمل میں بچے کی پیدائش یا کم عمری کی زیادہ تعداد

مندرجہ بالا خطرے کے عوامل کے باوجود، کرویکس کا باقاعدہ معائنہ اور سرطان سے پہلے کی تبدیلیوں کا بروقت علاج عنقی سرطان کو روک سکتا ہے۔

### عنقی سرطان کی عام علامات کیا ہیں؟

عنقی سرطان کے ابتدائی مرحلے میں کوئی علامات پیدا نہیں ہو سکتی ہیں۔

عام علامت:

- اندام نہانی سے غیر معمولی خون بہنا (ماہواریوں کے درمیان، جنسی تعلقات کے دوران یا اس کے بعد، یا بندش حیض کے بعد)

دیگر علامات:

- اندام نہانی سے بدبو دار مادہ کا اخراج
- پیڑو کا درد، کمر درد
- پیشاب میں خون یا پیشاب کرتے وقت درد
- ٹانگوں کی سوجن
- عام تھکاوٹ اور وزن میں کمی

اگر آپ کو کوئی علامات ظاہر ہوں تو آپ کو جلد از جلد ڈاکٹر سے رجوع کرنا چاہیے، چاہے آپ کے عنقی معائنہ کا تازہ ترین نتیجہ نارمل آیا ہو۔

### عنقی سرطان ہونے کے امکانات کو کیسے کم کیا جائے؟

عنقی سرطان کی روک تھام کے لیے باقاعدہ عنقی معائنہ ایک موثر طریقہ ثابت ہوا ہے۔

دیگر احتیاطی تدابیر میں شامل ہیں:

- جنسی سرگرمی شروع کرنے سے پہلے ایچ پی وی ویکسین حاصل کریں
- ایچ پی وی اور دیگر جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کے انفیکشن کے امکانات کو کم کرنے کے لیے محفوظ جنسی عمل کریں (مثلاً کنڈوم کا استعمال کریں اور متعدد جنسی پارٹنرز سے بچیں)
- تمباکو نوشی نہ کریں

### کیا مجھے معائنہ کروانا چاہیے؟

25 سے 64 سال کی عمر کی خواتین جو کبھی بھی جنسی تجربہ کر چکی ہوں ان کو کرویکس کا باقاعدگی سے معائنہ کروانا چاہیے۔

### اوسط خطرے سے دوچار بغیر علامات والی خواتین کے لیے

- 25 سے 29 سال کی عمر کی خواتین جن کو کبھی جنسی تجربہ ہوا ہو، انہیں ہر 3 سال بعد دو مسلسل عام سالانہ معائنوں کے بعد سائٹولوجی کے ذریعے معائنہ کروانا چاہیے

- 30 سے 64 سال کی عمر کی خواتین جنہیں کبھی بھی جنسی تجربہ ہوا ہو، ان کا اس طور معائنہ ہونا چاہیے:

- (i) مسلسل دو عام سالانہ معائنوں کے بعد ہر 3 سال بعد سائٹولوجی؛ یا
- (ii) ہر 5 سال بعد ایچ پی وی ٹیسٹنگ؛ یا
- (iii) مشترکہ -جانچ (سائٹولوجی اور ایچ پی وی ٹیسٹنگ) ہر 5 سالوں کے بعد۔

- 65 سال یا اس سے زیادہ عمر کی خواتین جنہیں کبھی جنسی تجربہ ہوا ہے:

- (i) اگر 10 سال کے اندر معمول کی معائنہ نارمل ہو تو معائنہ بند کر سکتی ہے۔
- (ii) اگر انہوں نے کبھی عنقی معائنہ نہ کروایا ہو تو ان کا معائنہ کیا جانا چاہیے۔

### بڑھتے ہوئے خطرے کی شکار خواتین کے لیے

- 21 سے 24 سال کی عمر کی خواتین جنہوں نے کبھی جنسی تجربہ کیا ہو اور جن میں ایچ پی وی انفیکشن یا عنقی سرطان کے خطرے کے عوامل ہوں، ان کو زائد خطرے کا سامنا ہوتا ہے۔ انہیں ڈاکٹر کی تشخیص اور سفارشات کی بنیاد پر معائنہ کروانا چاہیے۔

- دیگر خواتین جن میں عنقی سرطان ہونے کا زیادہ خطرہ ہو انہیں ڈاکٹر کی تشخیص کی بنیاد پر زیادہ بار بار معائنہ کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

### عنقی معائنہ پروگرام

حکومت صحت کی دیکھ بھال کے شعبے کے ساتھ مل کر عنقی معائنہ کو فروغ دیتی ہے تاکہ خواتین کو عنقی سرطان سے بچاؤ کے لیے کرویکس کی باقاعدگی سے معائنہ کروانے میں سہولت فراہم کی جا سکے۔ صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والوں کے درمیان معلومات کے اشتراک کو آسان بنانے کے لیے، سرویکل سکریننگ انفارمیشن سسٹم (سی ایس آئی ایس) ([www.csis.gov.hk](http://www.csis.gov.hk)) قائم کیا گیا ہے۔ یہ متعلقہ ڈیٹا، بشمول شرکاء کی ذاتی معلومات، معائنہ کے نتائج اور اگلی تجویز کردہ معائنہ کی تاریخ رکھنے اور

پروسیسنگ کے لیے کمپیوٹرائزڈ رجسٹری ہے۔

### میں عنقی معائنه کہاں سے کرواؤں؟

ہانگ کانگ میں، فیملی ڈاکٹر، ماہرین امراض نسوان، غیر سرکاری تنظیمیں، میٹرنل اینڈ چائلڈ ہیلتھ سینٹرز (MCHCs) اور ہیلتھ ڈیپارٹمنٹ کے وومن ہیلتھ سینٹرز عنقی معائنه کی خدمات فراہم کرتے ہیں۔ عنقی معائنه کروانے کے لیے براہ مہربانی اپنے منتخب سروس فراہم کنندگان سے رابطہ کریں۔

CSIS کے ساتھ مندرج شدہ سروس فراہم کنندگان:

<https://www.cervicalscreening.gov.hk/en/serviceproviders.html>



MCHCs میں عنقی معائنه سروس کے لیے، براہ مہربانی عنقی معائنه سروس کی 24 گھنٹے فون بکنگ اور انفارمیشن ہاٹ لائن پر 3166 6631 پر کال کریں۔



ہیلتھ ڈیپارٹمنٹ  
2022 میں شائع شدہ