NHS
Greater Glasgow and Clyde

ایکیوٹ سروسیز ڈویژن

کولپوسکوپی

(عورت کے اندام نہانی اور رحم کے نچلے حصے کا معائنہ)

Colposcopy – Urdu

کولپوسکوپی کلینک

ڈائریکٹوریٹ برائے خواتین و اطفال

مجھے کولپوسکوپی کی ضرورت کیوں ہے؟

آپ درج ذیل وجوہات میں سے کسی ایک کے لئے ریفر کی گئی ہیں:

- آپ نے تین غیر اطمینان بخش اسمیئر (عنق رحم میں خلاف معمول خلیات کے پتہ لگانے کی جانچ) جانچ کرائی تھی، یا
- آپ کی حالیہ اسمیئر جانچ کا نتیجہ خلاف معمول یا مثبت تھا۔

اس کا مطلب یہ ہے کہ ہو سکتا ہے ان خلیات میں معمولی تبدیلیاں پائی گئی ہوں جن سے رحم کی گردن (عنق رحم) کی جلد بنتی ہے۔

ہمارے لئے تمام عنق رحم (سرویکس) کی خلیات کی تبدیلیوں کا معائنہ کرنا ضروری ہے، خواہ وہ کتنی ہی معمولی کیوں نہ ہوں۔ برائے مہربانی اطمینان رکھیں کہ، اگر ضروری ہو تو، ہم بآسانی ان کا علاج کر سکتے ہیں۔ کبھی کبھی آپ کو، مجامعت کے بعد خون آنے جیسی علامات کی وجہ سے بھی، معائنہ کے لئے ریفر کیا جا سکتا ہے، خواہ آپ کی اسمیئر جانچ نارمل رہی ہو۔

کولپوسکوپی کیا ہے؟

کولپوسکوپی وہ ہوتی ہے جس میں کوئی ڈاکٹر کولپوسکوپ نامی ایک خاص قسم کے مائیکروسکوپ کا استعمال کرتے ہوئے عنق رحم کا معائنہ کرتا/کرتی ہے۔ یہ ایک اسٹینڈ پر دوربین کے کسی بڑے جوڑے کی طرح نظر آتا ہے۔ یہ آپ کے اندر نہیں داخل کیا جاتا ہے۔

کولپوسکوپی کلینک کی پہلی ملاقات میں کیا ہوتا ہے؟

کلینک پر چند منٹ پہلے پہنچنا ایک اچھا خیال ہے تاکہ آپ جلدی میں نہ ہوں اور محسوس کریں کہ آپ سہولت سے کام کر سکتی ہیں۔

آپ اپنے پارٹنر، کسی رشتہ دار یا دوست کو اپنے ساتھ لا سکتی ہیں۔

کسی بھی سوال کو پہلے ہی لکھ لینا ایک اچھا خیال ہے۔ ہم نے اس کتابچہ کے آخر میں اس کے لئے جگہ چھوڑ رکھی ہے۔

آپ کی پہلی کلینک کی ملاقات میں ڈاکٹر آپ کے عنق رحم کا علاج کرنے کی پیش کش کر سکتا/سکتی ہے۔

معائنہ سے پہلے:

کولپوسکوپی معائنہ سے پہلے، ڈاکٹر آپ سے کچھ طبی تفصیلات پوچھے گا/گی۔ وہ کسی بھی معائنے یا علاج کے بارے میں وضاحت کریں گے۔

وہ آپ سے کپڑے بدلنے کی جگہ میں جانے کے لئے کہیں گے تاکہ آپ اپنے چست پاجامہ اور کمر سے نیچے کے زیر جامہ اتار سکیں۔ آپ کے لئے کلینک میں اسکرٹ پہننا معاون ہو سکتا ہے۔

ہم آپ سے ایک کاؤچ (گدے دار صوفہ) پر لیٹ جانے کے لئے کہیں گے اور ہم آپ کے آدھے نچلے حصہ کو ایک تولیے سے ڈھک دیں گے۔

اسے آپ کے لئے مزید آرام دہ بنانے کے لئے اور اس لئے بھی کہ ڈاکٹر بآسانی آپ کے عنق رحم کو دیکھ سکے، ہم آپ کی ٹانگوں کو ٹانگیں رکھنے کے ایک خاص اسٹینڈ پر رکھیں گے۔ نرس ہمیشہ آپ کے بغل میں رہے گی اور وہ یا ڈاکٹر آپ کا معائنہ کرتے وقت ہر چیز کی وضاحت کریں گے۔

معائنہ

سب سے پہلے، اسی وقت کی طرح جب آپ کا اسمیئر لیا گیا تھا، ڈاکٹر آپ کے اندام نہانی میں اسپیکیولم (سوراخ دیکھنے والا آلہ) نامی ایک خاص ٹیوب داخل کرے گا/گی تاکہ وہ آپ کے عنق رحم کو دیکھ سکیں۔

وہ کولپوسکوپ کے ذریعہ آپ کے عنق رحم کو قریب سے دیکھنے سے پہلے آپ کے عنق رحم کی اسمیئر جانچ کو دہرا سکتے ہیں اور کسی انفیکشن کی جانچ کے لئے پھاہے پر نمونہ لے سکتے ہیں۔

کسی بھی خلاف معمول حصہ کو صاف طور پر دیکھنے کا اہل ہونے کے لئے، ڈاکٹر عنق رحم پر ایک خاص محلول لگائے گا/گی۔

پھر، اگر آپ چاہیں تو، آپ ایک ٹی وی اسکرین پر اپنے عنق رحم کو دیکھ سکیں گی۔

نرس یا ڈاکٹر آپ سے متعلق معمولی تبدیلیوں والے کسی بھی حصہ کی نشاندہی کر سکیں گے۔ کچھ عورتیں اسے دیکھنا چاہتی ہیں اور کچھ نہیں دیکھنا چاہتی ہیں۔ برائے مہربانی ہمیں بتائیں کہ آپ کیا چاہتی ہیں۔ پورے معائنہ میں تقریبا 10 منٹ لگیں گے۔

نسیجی جانچ (بائیوپسی)

آپ کے عنق رحم پر قریب سے نظر ڈالنے کے ساتھ ساتھ، ڈاکٹر آپ کے عنق رحم میں کسی بھی متاثرہ حصہ سے ایک بہت چھوٹا سا نمونہ (نسیجی جانچ کا نمونہ) لے سکتا/ سکتی ہے۔

آپ چند لمحوں کے لئے تھوڑی بے چینی محسوس کریں گی۔ تفصیلی جانچ کے لئے نسیجی نمونہ لیباریٹری میں بھیج دیا جائے گا۔

نتائج ملنے میں چند ہفتے لگ سکتے ہیں۔

نتائج ملنے کے بعد، ہم نتیجہ اور ایک دوسرا متابعتی اپائنٹمنٹ آپ کے پاس بھیجیں گے۔

کسی نسیجی جانچ میں کیا نظر آسکتا ہے؟

نسیجی جانچ سے حاصل ہونے والا نتیجہ خلیات کی تبدیلیوں کے درجہ کی تصدیق کرے گا۔

اگر آپ نے پہلے علاج کرایا تھا تو یہ تصدیق کرے گا کہ یہ موزوں تھا۔

اگر آپ نے علاج نہیں کرایا تھا تو اس سے ڈاکٹر کو یہ فیصلہ کرنے میں مدد ملے گی کہ کون سا علاج، اگر کوئی ہو، سب سے بہتر ہوگا۔

علاج کے بارے میں کیا خیال ہے؟

اگر آپ کو علاج کی ضرورت ہے تو ڈاکٹر آپ سے اختیارات کے بارے میں بات کرے گا/گی۔

علاج عام طور پر آؤٹ پیشنٹ اپائنٹمنٹ میں کیا جاتا ہے۔

کیا میں کچھ محسوس کروں گی؟

آپ تھوڑی بے چینی محسوس کر سکتی ہیں لیکن یہ تکلیف دہ نہیں ہونی چاہئے۔

جب ہم خلاف معمول خلیات کو نکالیں گے تو تھوڑی سی جلنے جیسی بو ہوسکتی ہے اور پوری کارروائی میں صرف 10 – 5 منٹ لگیں گے۔

نرس پُرسکون ہونے میں آپ کی مدد کرنے کے لئے آپ کے ساتھ ہوگی۔ اگر آپ چاہیں تو وہ وضاحت کریں گی کہ کیا ہو رہا ہے۔

اگر آپ چاہیں تو کولپوسکوپی کلینک میں اس دن کسی پارٹنر، رشتہ دار یا دوست کو بھی ساتھ لا سکتی ہیں جس دن آپ علاج کے لئے آتی ہیں۔

علاج کے بعد کے بارے میں کیا خیال ہے؟

اپنے علاج کے ایک یا دو دن بعد آپ گاڑی چلانے یا کام پر واپس جانے کی اہل ہو جائیں گی۔ اگر آپ کا کام خاص طور پر مشقت طلب ہے تو آپ کو کام سے کچھ مزید رخصت لینے کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

آپ کو کچھ مدت کے لئے ماہواری جیسا درد ہو سکتا ہے۔
آپ کے اندر سے 4 - 3 ہفتوں تک آبی مادہ یا خون آلود مادہ بھی خارج ہو سکتا ہے جب تک کہ عنق رحم کا علاج والا حصہ ٹھیک نہ ہو جائے۔

اس کے ختم ہونے تک انفیکشن کے خطرے کو کم کرنے اور اس حصہ کو ٹھیک ہونے کا موقع دینے کے لئے ٹیمپنز (روئی یا نرم پٹی کی گدی) کی بجائے سینیٹری ٹاویلز کا استعمال کریں۔ اگر آپ کو بہت زیادہ خون آتا ہے تو آپ کو صلاح کے لئے اپنے جی پی یا کلینک سے رابطہ کرنا چاہئے۔

عورتیں علاج کے تئیں مختلف انداز میں ردعمل ظاہر کرتی ہیں۔ کچھ تھکان محسوس کرتی ہیں، کچھ معمول کے مطابق رہتی ہیں۔ دونوں قسم کے ردعمل طبعی ہیں۔

ہمارے پاس ایک آرام گاہ ہے جہاں آپ علاج کے بعد گھر جانے سے پہلے آرام کر سکتی ہیں۔ چند گھنٹوں تک سہولت سے کام لینا ایک اچھا خیال ہے۔ اگر ضرورت ہو تو چند دردکش دوائیں لیں۔

مجامعت کے بارے میں کیا خیال ہے؟

ڈاکٹر آپ کو تقریبا 4 ہفتوں تک مجامعت نہ کرنے کی صلاح دے گا/گی۔ اس کے بعد آپ کی جنسی زندگی مکمل طور پر غیر متاثر ہو جانی چاہئے۔ آپ کو یہ بھی معلوم ہونا چاہئے کہ خلاف معمول عنق رحم کے اسمیئر کا علاج آپ کے حاملہ ہونے کے امکان کو متاثر نہیں کرے گا۔

کیا کوئی متابعتی ملاقاتیں کی جائیں گی؟

آپ کو کولپوسکوپی کلینک میں ایک یا اس سے زائد متابعتی ملاقاتوں کے لئے آنے کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔ اس کا انحصار کسی بھی ایسی جانچوں کے نتائج پر ہوگا جو انجام دی جاتی ہیں۔ ایسا اس لئے ہے تاکہ ڈاکٹر یہ جانچ کر سکے کہ تمام خلاف معمول خلیات ٹھیک ہو گئے ہیں۔ وہ اس وقت اسمیئر جانچ کا ایک نمونہ بھی لیں گے۔
اگر سب کچھ ٹھیک ہے تو ایک مدت تک برابر مزید اسمیئر جانچوں کے لئے ہم آپ کو آپ کے جی پی کے پاس، ویل وومن کلینک میں یا فیملی پلاننگ کلینک میں واپس ریفر کر دیں گے۔ اس سے آپ کو ذہنی سکون حاصل ہوگا۔

علاج 95% مؤثر ہوتا ہے۔

اس کا مطلب یہ ہے کہ علاج سے زیادہ تر عورتیں مکمل طور پر شفایاب ہو جاتی ہیں لیکن کچھ عورتوں کو مزید علاج کی ضرورت ہوگی۔ ہم سفارش کرتے ہیں کہ آپ اسمیئر جانچ کے تمام اپائنٹمنٹ میں شرکت کریں۔

اگر آپ کولپوسکوپی یا علاج کے بارے میں کوئی سوالات یا تشویشات رکھتی ہیں تو برائے مہربانی ہمیں آگاہ کریں۔

سرویکل کینسر اور کولپوسکوپی کے بارے میں معلومات www.jostrust.org.uk پر آن لائن بھی دستیاب ہے۔

صحت مند طرز زندگی سے متعلق 5 اہم ترین تجاویز

ثبوت بتاتے ہیں کہ ہم کچھ ایسی چیزیں یا کچھ ایسے انتخابات بھی کر سکتے ہیں جو ہمارے لئے بہت سے طویل مدتی عارضوں کا خطرہ کم کر سکتے ہیں اور زیادہ صحت مند زندگی جینے میں ہماری مدد کر سکتے ہیں۔

1. تمباکو نوشی بند کرنا

تحقیق سے پتہ چلا ہے کہ یوکے میں تقریبا 7% سرویکل کینسر تمباکو نوشی کی وجہ سے ہوتے ہیں۔ تمباکو نوشی یوکے میں خراب صحت اور قبل از وقت موت کی روکے جانے کے قابل واحد سب بڑی وجہ ہے۔ تمباکو نوشی بند کرنے سے آپ کے جسم سے ہیومین پیپیلوما وائرس (HPV) کو ختم کرنے میں بھی مدد ملے گی جو سرویکل کینسر کی سب سے خاص وجہ ہے۔

اپنی تمباکو نوشی ترک کرنے میں مدد دینے سے متعلق مزید معلومات کے لئے 0800 848484 پر اسموک لائن کو کال کریں یا www.nhsggcsmokefree.org.uk یا www.canstopsmoking.com دیکھیں۔

2. جنسی صحت کی جانچ

ہیومین پیپیلوما وائرس (HPV) کا انفیکشن زیادہ تر سرویکل تبدیلیوں کی وجہ ہے، آپ نئے جنسی پارٹنرز کے ساتھ کنڈوم کا استعمال کرتے ہوئے نئے قسم کے HPV ہونے کے اپنے خطرے کو کم کر سکتی ہیں۔ مفت کنڈوم دستیاب ہیں، برائے مہربانی دیکھیں: www.freecondomsglasgowandclyde.org۔

کبھی کبھی سرویکل کی خلاف معمول کیفیتیں دیگر انفیکشنز کی علامات ہو سکتی ہیں۔ اگر آپ نے فی الحال جنسی صحت کا معائنہ نہیں کرایا ہے تو برائے مہربانی اپنے ڈاکٹر سے پوچھیں یا کسی بھی سینڈیفورڈ سیکسول ہیلتھ کلینک میں جائیں www.sandyford.org۔

3. صحت بخش کھانا کھانا

صحت بخش کھانے کے انتخابات کرنا اور پوری زندگی ایک صحت مند وزن برقرار رکھنا، آپ کے لئے متعدد مزمن بیماریاں ہونے کے خطرے کو کم کر دے گا۔ زیادہ چکنائی یا شکر والے اسنیک کی بجائے تازہ پھلوں یا سبزیوں کے اسنیک لیں۔

4. جسمانی سرگرمی

ورزش کے بہت سے طبی فائدے ہیں۔ سرگرم رہنا صحت مند وزن برقرار رکھنے میں مدد دیتا ہے۔ یہ آپ کے نظام مامونیت کو بھی تقویت دے سکتا ہے۔

ہفتہ میں پانچ مرتبہ کم سے کم 30 منٹ ورزش کریں۔ آپ اسے 10 منٹ کے 3 سلاٹ میں تقسیم کر سکتی ہیں۔

5. الکحل

عورتوں کو برابر یومیہ 3-2 یونٹ سے زیادہ نہیں پینا چاہئے اور ہفتہ میں 2 دن بغیر الکحل پئے گزارنے چاہئیں۔

مزید معلومات کے لئے برائے مہربانی یہ دیکھیں: www.takelifeon.co.uk

سوالات:

اس جگہ کا استعمال کسی بھی ایسے سوال کو لکھنے کے لئے کریں جو آپ نرس یا ڈاکٹر سے پوچھنا چاہتی ہوں۔

نظرثانی کی تاریخ: ستمبر 2018

تیار اور پیش کردہ منجانب
میڈیکل السٹریشن

Equalities In Health