Bengali

NHS

NHS সার্ভিকাল স্ক্রিনিং

একটা কল্পোস্কোপি করা

পাবলিক হেলথ ইংল্যান্ড (PHE) এই প্রচারপত্রটি তৈরী করেছে NHS-এর পক্ষ থেকে

কেন আপনার একটা কল্পোস্কোপি প্রয়োজন

আমরা আপনাকে একটা কল্পোস্কোপি করতে আমন্ত্রণ জানিয়েছি আপনার সার্ভিকাল স্ক্রিনিং পরীক্ষার (আগে বলা হত 'স্মিয়ার টেস্ট' বা 'লেপন পরীক্ষা')ফলাফলের কারণে। এটা সাধারণত 4টি কারণের একটার জন্য হয়, যেগুলি হল:

- আমরা আপনার সার্ভিক্সে কিছু অস্বাভাবিক কোষ এবং হিউমান প্যাপিলোমাভাইরাসের (HPV) সাথে একটা সংক্রমণ খুঁজে পেয়েছি
- আপনার এমন একটা HPV সংক্রমণ আছে যেটা চলে যায় নি
- আপনার অনেকগুলো স্ক্রিনিং পরীক্ষা করা হয়েছিল যেখানে আমরা আপনাকে কোনো ফলাফল দিতে ব্যর্থ হয়েছিলাম (সম্ভবত কোনকিছু ভুল নেই, কিন্তু একটা কল্পোস্কোপি নিশ্চিতরূপে তা খুঁজে বের করতে পারে)
- যে নার্স বা ডাক্তার আপনার স্ক্রিনিং পরীক্ষা সম্পন্ন করেছিলেন তারা ভেবেছিলেন আপনার সার্ভিক্স যতটা সুস্থ দেখতে লাগা উচিৎ ততটা সুস্থ ছিল না

বেশিরভাগ ব্যক্তি যাদের কল্পোস্কোপি হয়েছে তাদের সার্ভিকাল ক্যান্সার হয় **না** ।

কল্পোস্কোপি পরীক্ষা

একটা কল্পোস্কোপি হল আপনার সার্ভিক্সে কোনো অস্বাভাবিক কোষ আছে কিনা, আর তা থাকলে, তারা কত মারাত্মক তা দেখার একটা পরীক্ষা। এটা আপনার সার্ভিকাল স্ক্রিনিং পরীক্ষার একটা চিকিৎসা পরবর্তী পদক্ষেপ। কল্পোস্কোপি সাধারণত একটা আউটপেশেন্ট হাসপাতালের পরীক্ষায় সংঘটিত হয়।

একজন বিশেষজ্ঞ আলো লাগানো একটা ম্যাগনিফাইং লেন্স (একটা 'কল্পোস্কোপ') ব্যবহার করে আপনার সার্ভিক্স খুঁটিয়ে দেখবেন। তারা হয়তো আপনার সর্ভিক্সের কোনো এলাকা অস্বাভাবিক দেখাচ্ছে কিনা তা দেখতে একটা ছোটো কলার নমুনা (একটা বায়োপ্সী) নিতে পারেন। কল্পোস্কোপি আপনার সার্ভিক্সে অস্বাভাবিক কোষগুলো আছে তা নিশ্চিত করলে, সার্ভিকাল ক্যান্সার প্রতিরোধে সাহায্য করতে আপনার তাদের সরিয়ে ফেলার প্রয়োজন হতে পারে।

একটা কল্পোস্কোপি করা

আপনার অ্যাপয়েন্টমেন্ট-এর আগে

আপনি একজন মহিলা নার্স বা ডাক্তারকে আপনার কল্পোস্কোপি সম্পন্ন করাতে চাইলে, অনুগ্রহ করে আপনি এর অনুরোধ করুন আপনার অ্যাপয়েন্টমেন্ট পাওয়ার সময়।

আপনার যদি মনে হয় আপনার অ্যাপয়েন্টমেন্টের দিনে আপনার রজঃস্রাব হতে পারে, তাহলে আপনি ক্লিনিকে কল করে একটা আলাদা অ্যাপয়েন্টমেন্টও চাইতে পারেন। কিন্তু আপনি চাইলে আপনার রজঃস্রাবের সময় আপনার অ্যাপয়েন্টমেন্টের জন্য আপনি আসতে পারেন।

আপনার কল্পোস্কোপির সময় আপনার সার্ভিক্স দেখা সহজতর করতে, অনুগ্রহ করে অন্তত 24 ঘন্টা আগে যৌনক্রিয়া করবেন না অথবা যোনির ওষুধ, লুব্রিক্যান্ট, বা ক্রিম ব্যবহার করবেন না।

আপনার অ্যাপয়েন্টমেন্টে আপনার একটা প্যান্টি লাইনার নেওয়া উচিৎ যেহেতু আপনার কল্পোস্কোপির পরে সামান্য যোনির নিঃসরণ হতে পারে। আপনার কাছ থেকে একটা ছোটো কলার নমুনা (একটা বায়োপ্সী) নিলে, আপনার খানিকটা রক্তপাতও হতে পারে।

আপনি চাইলে আপনার সাথে একজন বন্ধু, সঙ্গী বা পরিবারের সদস্যকে সঙ্গে আনতে পারেন।

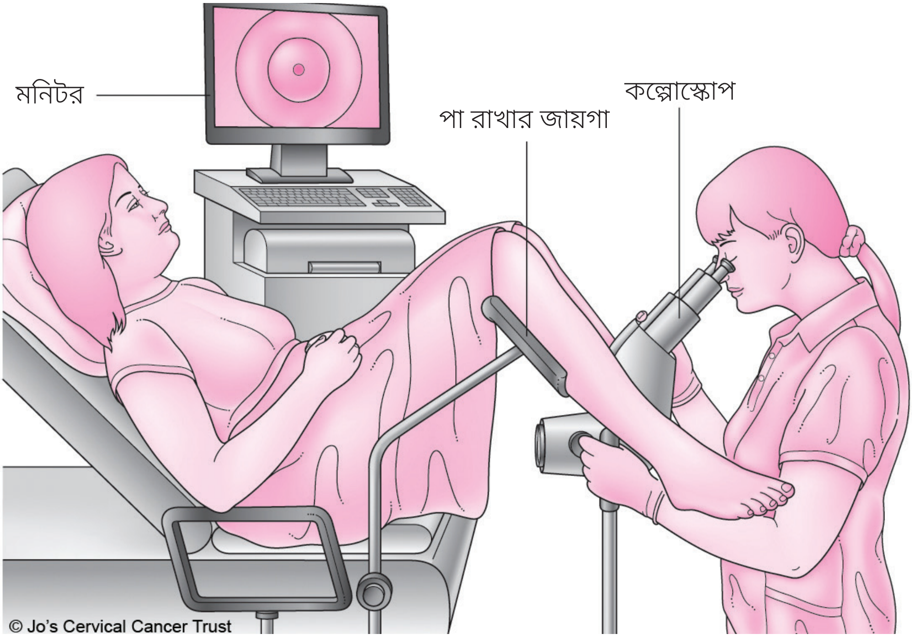
আপনার অ্যাপয়েন্টমেন্টে

আপনাকে আপনার কোমরের নীচ থেকে পোশাক খুলে ফেলে আপনার হাঁটু দুটো ভাঁজ করে তফাতে রেখে শোয়ার প্রয়োজন হবে। আপনাকে আপনার পা দুটো কয়েকটা প্যাডযুক্ত অবলম্বনে রাখতে বলা হবে। আপনার পেট ও নিতম্ব ঢাকতে আপনার কাছে একটা কাগজের শিট বা তোয়ালে থাকবে। পরীক্ষাটি হতে প্রায় 10 থেকে 20 মিনিট লাগবে।

ঠিক আপনার স্ক্রিনিং পরীক্ষার মত, নার্স বা ডাক্তার আপনার যোনিকে আলতোভাবে খুলে একটা স্পেকুল্যাম ঢোকাবেন। তারা তারপর আপনার সার্ভিক্স খুঁটিয়ে দেখতে একটা কল্পোস্কোপ ব্যবহার করবেন। কল্পোস্কোপ আপনার ভিতরে যাবে না, বা এমনকি আপনার ত্বককেও স্পর্শ করবে না। এটা আপনার যোনির প্রায় 30 সেমি (12 ইঞ্চি) বাইরে থাকে। কল্পোস্কোপ থেকে আপনার সর্ভিক্সের ছবি কখনও কখনও একটা স্ক্রীনে দেখাবে। এইটি আপনার নার্স বা ডাক্তারকে আপনার সার্ভিক্স আরো পরিষ্কারভাবে দেখতে সাহায্য করে।

তারা আপনার সার্ভিক্সে বিভিন্ন তরল লেপন করবেন। তরলগুলো কোনো অস্বাভাবিক কোষকে একটা আলাদা রং দেয় যাতে তাদের আরো সহজে দেখা যেতে পারে। নার্স বা ডাক্তার অস্বাভাবিক কোনকিছু খুঁজে পেলে তারা হয়তো একটা ছোটো কলার নমুনা, কয়েক মিলিমিটার জুড়ে (একটা বায়োপ্সী) নিতে পারেন। বায়োপ্সীটি তারপর ল্যাবরেটরিতে পরীক্ষা করা হবে।

পরীক্ষাটি অস্বস্তিকর লাগতে পারে এবং কয়েকজন খানিকটা ব্যাথাও অনুভব করতে পারেন। বেদনা লাগলে, নার্স বা ডাক্তারকে বলুন এবং তারা আপনার জন্য এটি আরো আরামদায়ক করার চেষ্টা করবেন।



একটা কল্পোস্কোপি পরীক্ষা করানো

আপনার অ্যাপয়েন্টমেন্ট-এর পরে

বেশিরভাগ মানুষ তৎক্ষনাৎ তাদের প্রতিদিনের কাজকর্মগুলো করার মত সুস্থ বোধ করেন, কিন্তু কয়েকজনের হয়তো বাড়িতে গিয়ে কিছুক্ষণের জন্য বিশ্রাম নেওয়ার প্রয়োজন হতে পারে। আপনার কল্পোস্কোপি করার সময় ব্যবহৃত তরলগুলো থেকে আপনার যোনি থেকে খানিকটা বাদামী নিঃসরণ বেরোতে পারে।

পরবর্তী কয়েক দিনের জন্য, আপনার যোনি থেকে হালকা রক্তপাত হতে পারে, বিশেষকরে আপনার একটা বায়োপ্সী হয়ে থাকলে। এটা স্বাভাবিক এবং সাধারণত 3 থেকে 5 দিন পরে থেমে যায়। রক্তপাত থেমে যাওয়া পর্যন্ত যৌনক্রিয়া এড়িয়ে যাওয়া, ট্যাম্পন, ও কোনো যোনির ওষুধ, লুব্রিক্যান্ট বা ক্রিম ব্যবহার করা সবচেয়ে ভালো।

ফলাফল

নার্স বা ডাক্তার তারা কি খুঁজে পেয়েছেন তা হয়তো আপনাকে তৎক্ষনাৎ বলে দিতে পারেন। আপনার একটা বায়োপ্সী হয়ে থাকলে, সেটা ল্যাবরেটরিতে পরীক্ষা করা প্রয়োজন। সেটা হলে, আপনি ডাকযোগে প্রায় 4 সপ্তাহ পরে আপনার ফলাফল পাবেন।

একটা স্বাভাবিক ফলাফল

কল্পোস্কোপি হয়েছে এমন 10 জন লোকের মধ্যে প্রায় 4 জনেরই স্বাভাবিক ফলাফল আসে। আপনার স্বাভাবিক কল্পোস্কোপির ফলাফল হলে, তার অর্থ হল যে আপনার সার্ভিক্স সুস্থ এবং আপনার পরবর্তী স্ক্রিনিং পরীক্ষার আগে সার্ভিকাল ক্যান্সার বিকশিত হওয়ার ঝুঁকি আপনার কম।

এমনকি আপনার সার্ভিকাল স্ক্রিনিং পরীক্ষায় একটা অস্বাভাবিক ফলাফল বেরোলেও আপনার কল্পোস্কোপির ফলাফল স্বাভাবিক হতে পারে।

অস্বাভাবিক কোষগুলো নিশ্চিত হয়েছে

কল্পোস্কোপিতে 10 জন লোকের মধ্যে প্রায় 6 জনের অস্বাভাবিক কোষগুলো খুঁজে পাওয়া যায়। অস্বাভাবিক কোষগুলোর চিকিৎসাগত পরিভাষা হল সিন (CIN) 'সার্ভিকাল ইন্ট্রাপিথেলিয়াল নিওপ্লাসিয়া' (cervical intraepithelial neoplasia) । CIN ক্যান্সার নয়, কিন্তু এটা কখনও কখনও ক্যান্সারে পরিণত হতে পারে।

আপনার কল্পোস্কোপি এবং বায়োপ্সী ফলাফল আপনার অস্বাভাবিক কোষগুলো সরিয়ে ফেলতে হবে কিনা বা এখনকার জন্য তাদের না ঘাঁটিয়ে রেখে দিতে পারা যাবে কিনা এগুলো দেখায়। এইটি নির্ভর করে আপনার CIN 'নিম্ন গ্রেডের' না 'উচ্চ গ্রেডের' (নীচে দেখুন) তার উপর।

CIN 1 ('নিম্ন গ্রেড')

আপনার সার্ভিকাল ক্যান্সারে বিকশিত হওয়ার সম্ভাবনা নেই। আপনার রোগ প্রতিরোধক পদ্ধতি HPV থেকে মুক্ত করলে প্রায়ই আপনার অস্বাভাবিক কোষগুলো তাদের নিজে থেকেই চলে যায়। এইটি ঘটে বেশিরভাগ ক্ষেত্রেই। আপনার তবুও HPV আছে কিনা তা দেখতে আমরা সাধারণত 12 মাসে আরেকটা সার্ভিকাল স্ক্রিনিং-এর জন্য আপনাকে আমন্ত্রণ করব।

CIN 2 বা CIN 3 (‘উচ্চ গ্রেড’)

‘নিম্ন গ্রেড’ CIN-যুক্ত একজন মহিলার চেয়ে আপনার সার্ভিকাল ক্যান্সার বিকশিত হওয়ার সম্ভাবনা আরো বেশি। আমরা সাধারণত আপনাকে অস্বাভাবিক কোষগুলো সরিয়ে ফেলার প্রস্তাব দিই যেহেতু এইটি সার্ভিকাল ক্যান্সার বিকশিত হওয়ার ঝুঁকি কমিয়ে দেয়।

সার্ভিকাল ক্যান্সার

কদাচিৎ, কল্পোস্কোপি হয়েছে এমন একজনের মধ্যে সার্ভিকাল ক্যান্সার দেখতে পাওয়া যায়। এইটি ঘটলে, আমরা আপনাকে যত্ন ও চিকিৎসার জন্য বিশেষজ্ঞদের একটা দলের কাছে রেফার করব। স্ক্রিনিং-এর মাধ্যমে রোগনির্ণীত হওয়া ক্যান্সারগুলো সাধারণত একটা প্রারম্ভিক পর্যায়ে খুঁজে পাওয়া যায়। প্রারম্ভিক পর্যায়ের ক্যান্সার আছে এমন ব্যক্তিদের পরের পর্যায়ের ক্যান্সার যুক্ত ব্যক্তিদের তুলনায় বেঁচে যাওয়ার আরো বেশি সম্ভাবনা থাকে।

সার্ভিক্সে অস্বাভাবিক কোষগুলো সরিয়ে ফেলার চিকিৎসা

উচ্চ গ্রেডের অস্বাভাবিক কোষের জন্য প্রচলিত চিকিৎসা হল তাদের সরিয়ে ফেলা, সার্ভিক্সের সুস্থ অংশগুলোর কোনো ক্ষতি না করার প্রতি যত্নশীল হয়ে। অস্বাভাবিক কোষগুলো সরিয়ে ফেলায় প্রায়ই ব্যবহৃত চিকিৎসাটি হল LLETZ - ‘স্থানান্তর এলাকার বড় ছিদ্রের ছেদন’ (large loop excision of the transformation zone) । আপনি এইটি সম্পর্কে আরো তথ্য NHS. UK-এর ওয়েবসাইট (www.nhs.uk)-এ ‘কল্পোস্কোপি চিকিৎসা’-এর জন্য সন্ধান করে পেতে পারেন।

মানুষকে কখনও কখনও চিকিৎসা পেতে আরেকটা কল্পোস্কোপির জন্য ফেরত আসা প্রয়োজন, কিন্তু প্রায়ই আপনার প্রথম কল্পোস্কোপির সময় অস্বাভাবিক কোষগুলো সরিয়ে ফেলা সম্ভব।

আপনার চিকিৎসার জন্য ফেরত আসার প্রয়োজন হলেও সেটা হবে একটা আউটপেশেন্ট ক্লিনিকে। চিকিৎসার জন্য আমরা সাধারণত একটা স্থানীয় অ্যানাস্থেটিক বা অনুভূতিনাশক ব্যবহার করি, যাতে আপনি জেগে থাকবেন কিন্তু কোনো ব্যাথা অনুভব করবেন না।

চিকিৎসার পরে আমরা আপনাকে চিকিৎসা সফল হয়েছে কিনা তা দেখতে প্রচলিত সময়ের থেকে তাড়াতাড়ি একটা সার্ভিকাল স্ক্রিনিং করতে আমন্ত্রণ জানাব।

আপনি গর্ভবতী হলে, আপনি সন্তান প্রসব করার পরে আমরা অস্বাভাবিক কোষগুলো সরিয়ে ফেলতে পারব। কখন এইটি করা সবচেয়ে ভালো হবে সেই সম্পর্কে আপনার নার্স বা ডাক্তারের সাথে কথা বলা উচিৎ।

চিকিৎসার ঝুঁকিগুলি

যদিও এটি সার্ভিকাল ক্যান্সার প্রতিরোধের একটা কার্যকরী উপায়, তবুও চিকিৎসার কতগুলি ঝুঁকি আছে।

অস্বাভাবিক কোষগুলো সরিয়ে ফেলার থেকে সংক্রমণের একটা ঝুঁকি থাকে। যে সংক্রমণের লক্ষণগুলোর জন্য আপনাকে আপনার GP-এর সাথে দেখা করা প্রয়োজন সেগুলো হল:

- ভারী রক্তপাত
- চলে না যাওয়া রক্তপাত
- গন্ধযুক্ত যোনির নিঃসরণ
- আপনার পেটে চলে না যাওয়া ব্যাথা

অস্বাভাবিক কোষগুলো সরিয়ে ফেলা আপনার থাকা কোনো ভবিষ্যতের গর্ভাবস্থাকে প্রভাবিত করতে পারে। যেসব মহিলারা অস্বাভাবিক কোষগুলো সরিয়ে ফেলার পরে গর্ভবতী হন তাদের প্রমাণ চিকিৎসা হলে তাদের বাচ্চা সময়ের আগে হওয়ার বর্ধিত ঝুঁকি থাকে না। তবে আরো সার্ভিকাল কলা সরিয়ে ফেলার প্রয়োজন হলে, মহিলাদের তাদের বাচ্চা 1 থেকে 2 মাস আগে হওয়ার সম্ভাবনা থাকে। এইটি প্রায় 16% মহিলাদের (100 জনে 16 জন) প্রভাবিত করতে পারে যাদের এই আরো ব্যাপক চিকিৎসা করার পরে একটা বাচ্চা হয়েছে।*

*Castanon, A and others (2014) । ইংল্যান্ডে সার্ভিকাল ইন্ট্রাপিথেলিয়াল নিওপ্লাসিয়ার জন্য বৃদ্ধি পাওয়া ছেদনের গভীরতার সাথে নির্ধারিত সময়ের আগে প্রসবের ঝুঁকি: নেস্টেড কেস-নিয়ন্ত্রণ অধ্যয়ন। (Risk of preterm delivery with increasing depth of excision for cervical intraepithelial neoplasia in England: nested case-control study) বৃটিশ মেডিকেল জার্নার্ল; 349: g6223

যারাই অস্বাভাবিক কোষগুলো সরিয়ে ফেলেছেন তাদের প্রত্যেকেরই সার্ভিকাল ক্যান্সার গড়ে ওঠেনি। আমরা মারাত্মক অস্বাভাবিক কোষ সহ সকলকে চিকিৎসার প্রদান করি কারণ এটা বলা সম্ভব নয় কে সার্ভিকাল ক্যান্সারে বিকশিত হবেন আর কে হবেন না।

সার্ভিকাল ক্যান্সারের লক্ষণসমূহ

ক্যান্সার আপনার নিয়মিত স্ক্রিনিং পরীক্ষার মাঝেই বিকশিত হওয়া শুরু হতে পারে। আপনার জন্য অস্বাভাবিক কোনকিছুর জন্যই সতর্ক হওয়া গুরুত্বপূর্ণ, বিশেষকরে:

- আপনার রজঃস্রাবের মধ্যবর্তী, যৌনক্রিয়ার সময় বা আগে, অথবা রজঃনিবৃত্তি বা মেনোপজের পরে রক্তপাত
- যোনির নিঃসরণের পরিবর্তন

আপনার এগুলোর একটাও হলে, অনুগ্রহ করে আপনার GP-এর সাথে যত শীঘ্র সম্ভব দেখা করুন।

সাধারণত এই লক্ষণগুলোর অর্থ এই **নয়** যে আপনার ক্যান্সার আছে। কিন্তু আপনার ক্যান্সারের খোঁজ পাওয়া গেলে, তার রোগনির্নয় করা ও গোড়াতেই চিকিৎসা করলে আপনার বেঁচে যাওয়ার সম্ভাবনা আরো বেশি হতে পারে।

কল্পোস্কোপির পরে কলা নমুনাগুলোর কি হয়

আপনার কলার নমুনাগুলো ল্যাবরেটরি অন্তত 10 বছরের জন্য রেখে দেবে। আপনার কল্পোস্কোপির ফলাফলগুলো যেসব কর্মীরা অন্য জায়গায় স্বাস্থ্য পরিষেবায় কাজ করেন তারা দেখতে পারেন, যাতে তারা পরিষেবাটি যতটা ভালো সম্ভব ততটা হওয়া এবং বিশেষজ্ঞ কর্মীর দক্ষতা উন্নত করা নিশ্চিত করতে পারেন।

অতিরিক্ত তথ্য এবং সমর্থন

আরো তথ্যের জন্য, আপনি:

- আপনার GP বা অনুশীলন নার্সের সাথে কথা বলতে পারেন
- ভিজিট করতে পারেন www.nhs.uk/cervical
- www.gov.uk গিয়ে ‘সার্ভিকাল স্ক্রিনিং’-এর জন্য সন্ধান করতে পারেন
- 0800 802 8000 নম্বরে জো’এর সার্ভিকাল ক্যান্সার ট্রাস্ট-এ কল করতে পারেন

খুঁজে বের করুন কিভাবে পাবলিক হেলথ ইংল্যান্ড এবং NHS আপনার স্ক্রিনিং-এর তথ্য ব্যবহার ও রক্ষা করে এখানে: www.gov.uk/phe/screening-data

এই প্রচারপত্রের একটা HTML সংস্করণ উপলব্ধ আছে। আপনি এটা বড় ছাপায় দেখতে ও ডাউনলোড করতে পারেন, এবং একটা অডিও সংস্করণের জন্য একটা স্ক্রিন রিডার ব্যবহার করতে পারেন। যান: www.gov.uk/government/publications/cervical-screening-colposcopy

আমরা একটা ব্রেইল সংস্করণ প্রদান করতে পারি। ইমেইল: phe.screeninghelpdesk@nhs.net

ছবির কৃতিত্ব(গুলি)
প্রচ্ছদ: মাঙ্কি বিজনেস ইমেজেস/শাটারস্টক
পৃষ্ঠা 5: জো-এর সার্ভিকাল ক্যান্সার ট্রাস্ট

ওপেন গভার্নমেন্ট লাইসেন্স v3.0এর শর্ত অনুযায়ী আপনি যেকোন ফর্ম্যাট বা মাধ্যমে বিনামূল্যে এই তথ্যসমূহ পুনঃব্যবহার করতে পারেন (লোগো ছাড়া)। যেখানে আমরা তৃতীয় পক্ষের কপিরাইট তথ্যসমূহ চিহ্নিত করেছি সেখানে আপনাকে সম্পর্কিত কপিরাইট ধারকদের কাছ থেকে অনুমতি নিতে হবে।

PHE প্রকাশনার গেটওয়ে নম্বর: GW-345

প্রথম প্রকাশিত: জুন 2019
এই সংস্করণ: জুন 2019
পর্যালোচনা করা হবে: জুন 2022

প্রচারপত্রের রেফারেন্স: CSP15
PN2465448
কপিরাইট© ক্রাউন কপিরাইট 2019

Corporate member of Plain English Campaign
Committed to clearer communication
339

পাবলিক হেলথ ইংল্যান্ড সমর্থন করে জাতিসংঘের টেকসই উন্নয়নের লক্ষ্যগুলো

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS