BC CANCER CERVIX SCREENING

Provincial Health Services Authority

ਸਰਵਿਕਸ ਦਾ ਆਪ ਟੈੱਸਟ ਕਰਨਾ

ਟੈੱਸਟ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਕਤ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿਚ ਹੈ।

ਤਕਰੀਬਨ ਸਾਰੀਆਂ ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰਾਂ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਚੰਗੀ ਖਬਰ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਤਕਰੀਬਨ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

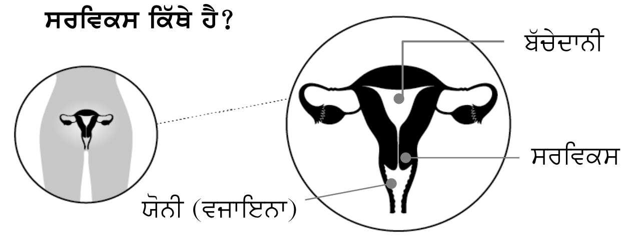
ਹਿਊਮਨ ਪਾਪੀਲੋਮਾਵਾਇਰਸ (ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ) ਕੀ ਹੈ?

ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਇਕ ਆਮ ਵਾਇਰਸ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕਾਮੁਕ ਸੰਪਰਕ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਲਿੰਗਕ ਛੂਹ, ਜ਼ਬਾਨੀ, ਯੋਨੀ ਰਾਹੀਂ ਅਤੇ ਗੁਦਾ ਸੈਕਸ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਪੜਾ ’ਤੇ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗੇਗਾ। ਇਸ ਦੀਆਂ ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ। ਬਹੁਗਿਣਤੀ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਹੀਂ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀਆਂ ਅਤੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਲੋਂ 2 ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਵਿਚ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਹਟਾ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਪਰ ਕਦੇ ਕਦੇ, ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਦੀਆਂ ਖਾਸ ਕਿਸਮਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਹੀਂ ਹਟਦੀਆਂ ਅਤੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਵਿਕਸ (ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ) ਉਪਰਲੇ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਅਸਧਾਰਨ ਬਣਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਅਸਧਾਰਨ ਸੈੱਲ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਕੈਂਸਰ ਵਾਲੇ ਸੈੱਲ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਰਵਿਕਸ ਕਿੱਥੇ ਹੈ?



ਸਰਵਿਕਸ ਦਾ ਟੈੱਸਟ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੈ?

ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗੇ ਬਿਨਾਂ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਟੈੱਸਟ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਵਿਚ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਸਧਾਰਨ ਸੈੱਲ ਬਣਨ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ। ਅਸਧਾਰਨ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਛੇਤੀ ਲੱਭਣਾ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਅਗੇਤੇ ਪੱਧਰ ’ਤੇ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਵਿਚ, ਜਦੋਂ ਇਲਾਜ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚੋਣਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਵਿਚ ਇਕ ਸਰਗਰਮ ਰੋਲ ਨਿਭਾਉ। ਸਰਵਿਕਸ ਦਾ ਆਪ ਟੈੱਸਟ, ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਆਰਾਮਦੇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋਵੋ, ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਆਪ ਟੈੱਸਟ ਕਰਨਾ ਸੰਭਵ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਸਰਵਿਕਸ ਦਾ ਆਪ ਟੈੱਸਟ ਵਿਚ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਲਈ ਟੈੱਸਟ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਟੈੱਸਟ ਉਹ ਵਾਇਰਸ ਲੱਭਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿਚ ਅਸਧਾਰਨ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸਰਵਿਕਸ ਦਾ ਆਪ ਟੈੱਸਟ ਕਿਸ ਨੂੰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਸਰਵਿਕਸ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ, ਜਿਸ ਵਿਚ 25 ਅਤੇ 69 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਟੀ ਟੀ ਜੀ ਡੀ (ਟੂ-ਸਪਿਰਿਟ, ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਅਤੇ ਜੈਂਡਰ-ਡਾਇਵਰਸ) ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਨੇਮ ਨਾਲ ਚੈੱਕ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ 69 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ’ਤੇ ਸਰਵਿਕਸ ਦੀ ਜਾਂਚ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਪ ਟੈੱਸਟ ਸਦਾ ਸਧਾਰਨ ਆਏ ਹਨ। ਜੇ ਬੀਤੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡਾ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਲਈ ਇਲਾਜ ਹੋਇਆ ਸੀ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਤੁਹਾਡਾ ਨੇਮ ਨਾਲ ਟੈੱਸਟ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇ:

- ☑ ਤੁਹਾਡੇ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਹੈ।
- ☑ ਤੁਸੀਂ ਕਦੇ ਵੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲਿੰਗ ਦੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਕਾਮੁਕ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਹੈ; ਅਤੇ/ਜਾਂ
- ☑ ਤੁਸੀਂ ਮਾਹਵਾਰੀ ਬੰਦ ਹੋਣ ਵਿਚ ਦੀ ਲੰਘੇ ਹੋ।

ਸਰਵਿਕਸ ਦਾ ਆਪ ਟੈੱਸਟ ਨਾ ਕਰੋ ਜੇ:

- ☒ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚ ਪੀਰੀਅਡਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਬਲੀਡਿੰਗ ਵਰਗੀਆਂ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਹਨ।
- ☒ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਜਾਂ ਪੈਸਰੀ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹੋ। ਸਰਵਿਕਸ ਦਾ ਟੈੱਸਟ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਅਤੇ ਟੈੱਸਟ ਕਦੋਂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਕੋਲ ਜਾਉ।
- ☒ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਵਿਕਸ ਕੱਢ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੋਟਲ ਹਿਸਟਰੈਕਟੋਮੀ)। ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਅਜੇ ਵੀ ਸਰਵਿਕਸ ਦਾ ਟੈੱਸਟ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਆਪ ਟੈੱਸਟ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਿਉਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

- ਇਹ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਲਈ ਟੈੱਸਟ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਵਾਇਰਸ ਲਈ ਜਿਹੜਾ ਸਰਵਿਕਸ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੀਆਂ ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਕੋਲ ਜਾਣ ਜਾਂ ਸਪੈਕੂਲਮ (ਪੈਲਵਿਕ) ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੀ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਵਿਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਤਰਜੀਹ ਦਿੰਦੇ ਹੋਵੋ, ਕਿਸੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਦੇ ਦਫਤਰ ਵਿਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਇਹ ਕਰਨਾ ਸੌਖਾ ਅਤੇ ਦਰਦ ਰਹਿਤ ਹੈ: ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਯੋਨੀ ਤੋਂ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਲਈ ਇਕ ਛੋਟੇ, ਕਿਊ-ਟਿੱਪ ਵਰਗੇ ਤੂੰਬੇ (ਸਵਾਬ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ।
- ਇਹ ਮੁਫਤ ਹੈ।

- ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਦਾ ਟੈੱਸਟ ਬਹੁਤ ਸਹੀ ਹੈ। ਇਹ ਇੰਨਾ ਸਹੀ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਟੈੱਸਟ ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅਗਲੇ ਟੈੱਸਟ ਲਈ 5 ਸਾਲ ਉਡੀਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਸਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਵਾਂਗੀ? ਕੀ ਦੁੱਖ ਲੱਗੇਗਾ?

ਟੈੱਸਟ ਕਰਨਾ ਸੌਖਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਤਕਲੀਫ ਨਹੀਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਛੋਟੇ ਤੂੰਬੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਯੋਨੀ ਵਿਚ ਘੁਮਾ ਕੇ ਨਮੂਨਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ; ਇਸ ਤੂੰਬੇ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਬਹੁਤ ਦੂਰ ਤੱਕ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਕਿੱਟ ਵਿਚਲੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਸਹੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਵਲੋਂ ਲਿਆ ਗਿਆ ਨਮੂਨਾ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਵਲੋਂ ਲਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਨਮੂਨਾ ਜਿੰਨਾ ਹੀ ਸਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਮੇਰੇ ਨਤੀਜੇ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੋਵੇਗਾ?

- **ਜੇ ਕੋਈ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲੱਭਦਾ ਹੈ**: ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ 5 ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਦੁਬਾਰਾ ਟੈੱਸਟ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਵਿਕਸ 'ਤੇ ਅਸਧਾਰਨ ਸੈੱਲ ਹੋਣਗੇ।
- **ਜੇ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਲੱਭਦਾ ਹੈ**: ਤੁਹਾਡੇ ਨਤੀਜੇ ਮੁਤਾਬਕ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੈਪ ਟੈੱਸਟ ਜਾਂ ਕੋਲਪੋਸਕੋਪੀ (ਇਕ ਤਰੀਕਾ ਜਿਹੜਾ ਸਰਵਿਕਸ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੇੜੇ ਤੋਂ ਦੇਖਦਾ ਹੈ) ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੈ ਜਾਂ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਿਜ਼ਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

<table>
<tr><td colspan="2" align="center">ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਕਿਵੇਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:
ਸਾਰੀਆਂ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਬਣਦੀਆਂ। ਜੇ ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਤਕਰੀਬਨ 15 ਤੋਂ 20 ਸਾਲ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤੀਆਂ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਹਟ ਜਾਣਗੀਆਂ।</td></tr>
<tr><th>ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਟੈੱਸਟ: ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਲੱਭਦਾ ਹੈ</th><th>ਪੈਪ ਟੈੱਸਟ: ਸੈੱਲਾਂ ਵਿਚ ਅਸਧਾਰਨ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਲੱਭਦਾ ਹੈ</th></tr>
<tr><td>• ਸਰਵਿਕਸ ਦਾ ਆਪ ਟੈੱਸਟ, ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਨੀ ਵਿਚ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਲੱਭਣ ਲਈ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਟੈੱਸਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ।
• ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਟੈੱਸਟ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਵਿਕਸ ਵਿੱਚੋਂ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।</td><td>• ਪੈਪ ਟੈੱਸਟ ਉਹ ਹੈ ਜਦੋਂ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਵਿਕਸ ਵਿੱਚੋਂ ਸੈੱਲਾਂ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।
• ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵੀ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਲਈ ਚੈੱਕ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੀ ਟੈੱਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਹੈ, ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਦੀ ਹਿਸਟਰੀ ਉੱਪਰ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।</td></tr>
</table>

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ, 9 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਮਰ ਦੇ ਹਰ ਇਕ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਦੀਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਸਮਾਂ ਤੋਂ ਰਖਵਾਲੀ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਅਸਰਦਾਰ ਹੈ ਜਿਹੜੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀਆਂ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣੋ: immunizebc.ca/hpv

ਟੈੱਸਟ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ

1. **ਸਵੈ-ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਕਿੱਟ ਲਉ**: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ ਹੋ, ਕਿੱਟ ਔਨਲਾਈਨ (screeningbc.ca/cervix) ਜਾਂ ਫੋਨ ਰਾਹੀਂ (1-877-702-6566) ਆਰਡਰ ਕਰੋ। ਕਿੱਟ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਇਕ ਸਾਦੇ, ਨਿਸ਼ਾਨੀ-ਰਹਿਤ ਪੈਕੇਜ ਵਿਚ ਆਵੇਗੀ।
2. **ਟੈੱਸਟ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰੋ।** ਕਿੱਟ ਵਿਚਲੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ। ਇਹ ਟੈੱਸਟ ਦਰਦ-ਰਹਿਤ ਹੈ ਅਤੇ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਸੌਖਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਜਾਂ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਵੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਨਮੂਨਾ ਕਿਵੇਂ ਲੈਣਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਨਮੂਨਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ।
3. **ਟੈੱਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਕਿੱਟ ਵਾਪਸ ਭੇਜੋ**: ਆਪਣੀ ਮੁਕੰਮਲ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਕਿੱਟ, ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਹੀ ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਪੋਸਟ ਬੌਕਸ ਵਿਚ ਪਾਉ। ਤੁਹਾਡੇ ਵਲੋਂ ਕਿੱਟ ਵਾਪਸ ਭੇਜੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਤੀਜੇ 4 ਤੋਂ 6 ਹਫਤਿਆਂ ਵਿਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਭੇਜਾਂਗੇ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਤੀਜੇ ਔਨਲਾਈਨ ਵੀ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ: healthgateway.gov.bc.ca

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਟੈੱਸਟ ਆਪ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਜਾਂ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਪੈਪ ਟੈੱਸਟ ਲਈ ਕਿਸੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਉ। ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਕਲੀਨਿਕ ਲੱਭਣ ਲਈ screeningbc.ca/cervix 'ਤੇ ਜਾਉ।

ਵਿਚਾਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ:

- ਜੇ ਸੈਕਸ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਪੀਰੀਅਡਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਜਾਂ ਮਾਹਵਾਰੀ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੰਦ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਬਲੀਡਿੰਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ; ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮੁਆਦ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ; ਪੇਡੂ (ਪੈਲਵਿਕ) ਵਿਚ ਜਾਂ ਸੈਕਸ ਦੌਰਾਨ ਦਰਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਵੈ-ਟੈੱਸਟ ਨਾ ਕਰੋ। ਕਿਸੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ – ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਟੈੱਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਨੌਰਮਲ ਵੀ ਆਏ ਹੋਣ।
- ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਕੁਝ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਤੀਜੇ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਹੈ ਜਾਂ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਆਪਣੇ ਆਪ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ, ਅਤੇ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਹਰ ਇਕ ਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ।
- ਟੈੱਸਟ ਬੇਲੋੜੇ ਫਿਕਰ, ਇਲਾਜ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਗਰਭ ਲਈ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਅਸਰ (ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਨਮ ਜਾਂ ਜਨਮ ਵੇਲੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਘੱਟ ਭਾਰ) ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਕੋਈ ਵੀ ਟੈੱਸਟ ਸੰਪੂਰਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਤੁਹਾਡਾ ਨਤੀਜਾ ਇਹ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕੋਈ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲੱਭਾ ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇ ਸੈੱਲ ਜਾਂ ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਹੋਵੇ। ਜਾਂ, ਇਹ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਦਿਖਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰਵਿਕਸ ਦੇ ਸੈੱਲ ਆਮ ਵਾਂਗ ਹੋਣ।

ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

BC Cancer Cervix Screening
801-686 West Broadway
Vancouver, BC V5Z 1G1

ਫੋਨ: 1-877-702-6566
ਈਮੇਲ: screening@bccancer.bc.ca
ਵੈੱਬ: www.screeningbc.ca/cervix

ਮੈਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ

ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਹਿਫਾਜ਼ਤ ਦੇ ਐਕਟ, ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੋਵੇ, ਫ੍ਰੀਡਮ ਔਫ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਔਫ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਐਕਟ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਇਕੱਠੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਅਣਅਧਿਕਾਰਤ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਅਤੇ ਅਗਾਂਹ ਦੱਸੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਿਰਫ ਇਨ੍ਹਾਂ ਐਕਟਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਹੀ ਵਰਤੀ ਅਤੇ ਅਗਾਂਹ ਦੱਸੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੁਆਲਟੀ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੈਲਥਕੇਅਰ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਕਾਨੂੰਨ ਮੁਤਾਬਕ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ। ਬੀ ਸੀ ਕੈਂਸਰ ਵਲੋਂ ਇਕੱਠੀ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵੀ ਸਵਾਲ ਓਪਰੇਸ਼ਨਜ਼ ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਕੈਂਸਰ ਸਕਰੀਨਿੰਗ ਤੋਂ ਪੁੱਛੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ (ਐਡਰੈਸ: 801 – 686 West Broadway, Vancouver BC V5X 1G1, ਵੈੱਬ: www.screeningbc.ca ਜਾਂ ਈਮੇਲ: screening@bccancer.bc.ca)।

Version: December 2023