

## ক্যান্সার থেকে সুরক্ষায় চিকিৎসা

ইমতিয়াজ-উমের বলেন, 'আপনার নমুনায় যদি উচ্চ ঝুঁকিসম্পন্ন এইচপিভি পাওয়া যায় এবং কোষে অস্বাভাবিক পরিবর্তনও থাকে তাহলেই ক্যান্সার হয়েছে বলে ধরে নেয়ার কিছু নেই। আপনাকে মেডিকেল টীম কলসকোপির জন্য সুপারিশ করে থাকলে যাতে আপনার সার্ভিক্সের কোষ আরো ভালোভাবে পরীক্ষা করা যায় সে ব্যাপারে আপনার সাথে তারা কথা বলবে। এর পাশাপাশি পরিবর্তিত কোষের চিকিৎসার জন্য বা অন্য ধরণের পরীক্ষার বিষয়টিও তারা বিবেচনা করবেন।

### সার্ভিক্যাল ক্যান্সার নির্মূল

২০৪০ সালের মধ্যে সার্ভিক্যাল ক্যান্সার নির্মূলের ব্যাপারে এনএইচএস প্রতিশ্রুতিবদ্ধ।

এইচপিভি ভ্যাকসিন উচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ ধরণের এইচপিভি থেকে রক্ষা করতে সহায়তা করে যা মাথা, ঘাড়, মলদ্বার এবং পেনিয়াল ক্যান্সারের পাশাপাশি জরায়ুর ক্যান্সারের কারণ হতে পারে। এটি 12 থেকে 13 বছর বয়সী বাচ্চাদের জন্য প্রস্তাবিত এবং সাধারণত স্কুলে দেওয়া হয়।

ডা. ইমতিয়াজ-উমের বলেন, 'সার্ভিক্যাল ক্যান্সার নির্মূলে এইচপিভি ভ্যাকসিন নেয়া এবং সার্ভিক্যাল স্ক্রিনিং করানো অপরিহার্য। সার্ভিক্যাল স্ক্রিনিং-এর ব্যাপারে দেয়া কোনো তথ্য যদি আপনি বুঝতে না পারেন তাহলে দয়াকরে আপনার জিপি সার্জারির সঙ্গে যোগাযোগ করুন। সার্জারির টীমের কারো সঙ্গে আপনার উদ্বেগ সম্পর্কে কথা বলুন। এছাড়া এটিও আপনাকে নিশ্চিত করতে হবে যে, জিপির কাছে আপনার সঠিক ঠিকানা আছে। আপনি যদি জিপির কাছে পুরুষ হিসেবে নিবন্ধন করিয়ে থাকেন এবং আপনার সার্ভিক্স থাকে তাহলে জিপি প্র্যাকটিসের সঙ্গে পরামর্শ করে এটি নিশ্চিত করুন যাতে সার্ভিক্যাল স্ক্রিনিং এবং ব্রেস্ট ক্যান্সারের পরীক্ষার জন্য আপনাকে ডাকা হয়। সবশেষে জিপি হিসেবে আমি জোর দিয়ে বলতে চাই, ইউকে-তে অবস্থানকারি সবাই জিপির সাথে রেজিস্ট্রেশন করার জন্য আমন্ত্রিত।'

[www.nhs.uk/cervicalcancer](http://www.nhs.uk/cervicalcancer)



# সার্ভিক্যাল ক্যান্সার নির্মূলে যা জানা প্রয়োজন



## আশা করি আপনি সার্ভিক্যাল স্ক্রিনিং সম্পর্কে শুনেছেন। কিন্তু আপনি কি জানেন এটা কী করে ক্যান্সার থেকে সুরক্ষা দিতে সহায়তা করতে পারে?

এই স্ক্রিনিং প্রক্রিয়ার সময় সার্ভিক্স (জরায়ু মুখ) থেকে কোষের স্বল্প পরিমাণ নমুনা সংগ্রহ করা হয়। এ কাজে ছোট্ট একটি ব্রাশ ব্যবহার করা হয়। এরপর এইচপিভি নামে এক ধরনের ভাইরাস এতে আছে কিনা তা পরীক্ষা করা হয়। প্রাথমিক অবস্থায় এটি ধরা পড়লে অস্বাভাবিক সার্ভিক্যাল কোষ যা উচ্চঝুঁকির এইচপিভি সংক্রমণের কারণে হয়ে থাকে তা সরিয়ে ফেলার কার্যকর চিকিৎসা দিয়ে ক্যান্সার থেকে সুরক্ষা দেওয়ার ব্যবস্থা রয়েছে।

## আমি কি সার্ভিক্যাল স্ক্রিনিং-এর জন্য যাব?

জিপি ডা. শেহলা ইমতিয়াজ-উমের বলেন, 'আপনার যদি সার্ভিক্স থাকে তাহলে সার্ভিক্যাল স্ক্রিনিং আপনার জন্য প্রযোজ্য। কোনো কারণেই এ থেকে বিরত থাকবেন না। এতে মাত্র কয়েক মিনিট সময় লাগে এবং এটা আপনার জীবন বাঁচাতে পারে।'



জিপি ডাঃ শেহলা  
ইমতিয়াজ-উমের

## আমরা আছি আপনার জন্য

২৫ বছর বয়সে জেনা তার প্রথম সার্ভিক্যাল স্ক্রিনিংটি করান। এতে তার এইচপিভি আছে বলে ধরা পড়ে যা এটি সাধারণ একটি সংক্রমণ। সাথে দেখা যায় তার সার্ভিক্যাল সেলেও কিছু পরিবর্তন শুরু হয়েছে। তিনি জানান, 'এর অর্থ হচ্ছে- দুশ্চিন্তা করার মতো আমার শরীরে কিছু বেড়ে উঠছে না তা নিশ্চিত হওয়ার জন্য পরের ছয় মাসের মধ্যে আমার আরেকটি পরীক্ষার প্রয়োজন হতে পারে।'

এনএইচএস আপনার সহায়তায় পাশে রয়েছে। এছাড়া আমাদের কাছে বহু টিপসও রয়েছে। যেমন, চাইলে আপনি নারী ক্লিনিশিয়ানের সাথে অ্যাপয়েন্টমেন্ট চাইতে পারেন। স্ক্রিনিং-এ অস্বস্তি বোধ করলে ভিন্ন আকারের স্প্যাকুলামের কথাও জানাতে পারেন। স্ক্রিনিং-এর সময় স্যাম্পল সংগ্রহ করতে স্প্যাকুলাম নামের সরঞ্জামটি ব্যবহার করা হয়।

জেনা তার পরবর্তী সার্ভিক্যাল অ্যাপয়েন্টমেন্ট সম্পর্কে বলেন, 'আমি নার্সকে জানাই, এর আগের পরীক্ষায় বাজে অভিজ্ঞতার কারণে আমার মধ্যে কিছু উদ্বেগ তৈরি হয়েছে। আমি জানি না, এইচপিভি এখনো আছে কিনা। চমৎকার নার্সটি সময় নিয়ে আমার বক্তব্য শুনলেন। তিনি সত্যিকার অর্থেই তার যতটুকু করার তার থেকেও বেশী যত্ন নিয়ে কাজটি করেছেন।

নিয়ে যদি আপনার অতীতে মানসিকভাবে আঘাতপ্রাপ্ত হবার মতো কোনো অভিজ্ঞতা থেকে থাকে যেমন যেমন হয়রানির শিকার হয়ে থাকেন থাকে, গর্ভধারণের সময় জটিলতা সৃষ্টি হয়ে থাকে অথবা আপনি যদি এমনিতেই ভীত হয়ে থাকেন তাহলে অ্যাপয়েন্টমেন্ট নেয়ার আগে দয়াকরে সাহায্য চান অথবা **The Eve Appeal**, বা **Safeena Muslim Cancer Support**- এর মতো কোন দাতব্য সংস্থার সঙ্গে যোগাযোগ করুন।



জেনা, রোগী

## আপনার সার্ভিক্যাল স্ক্রিনিং-এর ফলাফলের চিঠি

বেশিরভাগ মানুষের কাছে স্ক্রিনিং-এর ফলাফলের যে চিঠি পাঠানো হয় তাতে লেখা থাকে, আর কোন ব্যবস্থা নেয়ার প্রয়োজন নেই। উচ্চ ঝুঁকিসম্পন্ন এইচপিভি'র কারণে ৯৯ শতাংশ সার্ভিক্যাল ক্যান্সার হয়ে থাকে। আপনার যদি উচ্চ ঝুঁকিসম্পন্ন এইচপিভি না থাকে তাহলে আপনার ক্যান্সারে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি খুবই কম এবং আপনার পরবর্তী আর কোন পরীক্ষার প্রয়োজন নেই। তিনি আরো বলেন, "আপনার নমুনায় যদি উচ্চ ঝুঁকিসম্পন্ন এইচপিভি পাওয়া যায় তবে কোষে অস্বাভাবিক কোন পরিবর্তন না থাকে তাহলে হয়তো পরবর্তী এক বছরের মধ্যে আপনার আরেকটি সার্ভিক্যাল স্ক্রিনিং-এর জন্য অ্যাপয়েন্টমেন্টের প্রয়োজন হতে পারে।

আপনার নমুনায় যদি উচ্চ ঝুঁকিসম্পন্ন এইচপিভি পাওয়া যায় এবং কোষেও অস্বাভাবিক পরিবর্তন থাকে তাহলে আপনার কল্লসকোপি (**colposcopy**) করার প্রয়োজন হতে পারে। আপনার সার্ভিক্সকে আরো ভালোভাবে পরীক্ষা করার এটি একটি সাধারণ প্রক্রিয়া। এছাড়া আপনার কোষে কতটুকু পরিবর্তন হয়েছে তা পরীক্ষা করার জন্য কোষের বায়োপসিও (স্বল্পমাত্রার নমুনা) নেয়া হতে পারে।