



هام لكل من بدأت حياتها الجنسية



إذهبي لإجراء اختبار (باب):

فقد يعني هذا الفرق بين الحياة والموت

إن إجراء اختبارات (باب) و بصفة منتظمة قد يمنع
٩٠% من أسباب الوفاة بسبب سرطان عنق الرحم

إن أي امرأة حصل وأن مارست الجنس (الجماع)
فهي معرضة لخطر سرطان عنق الرحم

لمزيد من المعلومات

اتصلي ب: ٨٥٨٨-٤٨٠٠-٨٨٨-١



إعتن بنفسك

فعاثلتك و أصدقائك سوف يشكرونك على ذلك



المعلومات في هذا الكتيب هي لكل النساء

سواء كن بنابات أو مستنات ، مساحقات أو مستقيمات ،

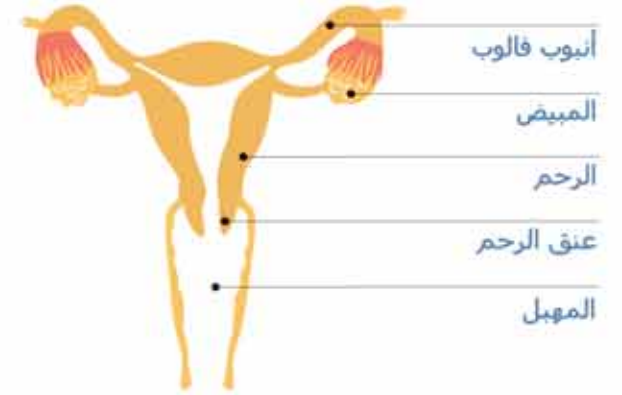
مهاجرات أو كنديات سمراوات أو بيضاوات أو من الأمة الأصلية ،

فإذا كان لديك عبق رحم فهذه المعلومات تخصك.

ما هو اختبار (باب Pap)؟

اختبار (باب Pap) هو اختبار بسيط من الممكن أن يساعد على منع الإصابة بسرطان عنق الرحم، وقد سمي بهذا الاسم نسبة إلى مكتشفه جورج (بابانيكولاو)، وما زال هو الطريقة الوحيدة للتعرف على أية تغيرات في خلايا عنق الرحم والتي قد تتطور إلى سرطان، إن اكتشافها وعلاجها مبكراً سوف يحول دون تحول التغيرات إلى سرطان.

و على الرغم من أنه اختبار غير مريح و محرج إلى حد ما بالنسبة للبعض، إلا أن الدقائق القليلة التي تستغرق في إجرائه قد تنقذ حياتك!



لماذا إجراء اختبار (باب Pap) بشكل منتظم؟

إن إجراء اختبار (باب Pap) بشكل منتظم سوف يساعدك على التأكد من أن التغيرات التي تطرأ على الخلايا الموجودة في عنق الرحم - التي قد يستغرق تطورها سنوات - لن تغفل و كذلك لن تتطور إلى سرطان، فقد وجدت الدراسات أنه عندما تخضع النساء لاختبارات سرطان عنق الرحم بشكل أقل، فإن نسبة الإصابة بسرطان عنق الرحم تتزايد.

كما أن إجراء اختبار (باب Pap) بشكل منتظم من شأنه اكتشاف سرطان عنق الرحم في مرحلة مبكرة، حتى قبل أن تظهر على المرأة أي علامات أو أعراض توحى بالإصابة بالمرض، و تكون فرصة النساء في الشفاء أفضل عندما يكتشف السرطان في مرحلة مبكرة.

متى تحتاجين لإجراء اختبار (باب Pap)؟

يجب عليك البدء في إجراء اختبار (باب Pap) في خلال ثلاث سنوات من بدئك علاقة جنسية أو عندما تبلغين ٢١ سنة

إن كانت نتائج الاختبار الخاصة بك طبيعية (سلبية أو صافية) ولمدة ثلاث سنوات متواصلة فعليك الاستمرار في عمل اختبارات (باب Pap) كل عامين حتى بلوغ سن ٧٥ سنة، و ينبغي أن تستمري في عمل اختبار (باب Pap) حتى وإن توقفت نشاطك الجنسي أو بعد انقطاع الدورة (سن اليأس)، و إذا كان عمرك يفوق ال ٧٥ سنة، استشيري طبيبك إن كنت بحاجة للاستمرار في إجراء الإختبار.

إن كنت قد تعرضت لعملية استئصال رحم (أزيل رحمك) فقد تكوني مازلت تحتاجين إلى عمل اختبار (باب Pap) بشكل منتظم، و يجب أيضاً على المرأة التي لم تتم إزالة عنق رحمها بالكامل أو المرأة التي سبق لها تلقي العلاج ضد أعراض ما قبل الإصابة بالسرطان أو سرطان عنق الرحم فيتوجب عليها الاستمرار في عمل اختبارات (باب Pap) بصفة سنوية بعد عملية استئصال الرحم، و إن كانت لديك أي استفسارات حول احتياجك لاختبار (باب Pap)، فتحدثي مع طبيبك.

أين يمكنك عمل اختبار (باب Pap)؟

يمكن عمل اختبار (باب Pap) في عيادة طبيبك أو في أي عيادة صحية في منطقتك.

كيف تستعدين لإجراء اختبار (باب Pap)؟

للحصول على عينة جيدة لاختبار (باب Pap)، يجب أن يكون المهبل و الرحم في حالة عادية و طبيعية، و لهذا يجدر بك قبل الذهاب إلى الاختبار:

- عدم القيام بالغسل أو استعمال كريمات أو حيل منع الحمل وذلك لمدة ٤٨ ساعة
- عدم ممارسة الجنس لمدة ٢٤ ساعة
- في وقت غير وقت نزول الحيض

إن كان بوسعك إتباع هذه النصائح، سوف يتلقى المختبر أفضل عينة خلايا ممكنة



كيف يتم عمل اختبار (باب Pap)؟

عندما تذهبين لإجراء اختبار (باب Pap)، سوف يطلب منك الرقود على سرير الفحص والإنزلاق بمؤخرتك أسفل، و ستوضع ساقيك على مساند للأرجل، وسيطلب منك الاسترخاء و السماح لركبتيك بالسقوط على الجانبين.

ثم سوف توضع أداة تسمى "سبيكولوم" في مهبلك و برفق بحيث تساعد على فتح المهبل قليلاً حتى يتسنى رؤية عنق الرحم بوضوح أكبر، و تذكري أنه كلما تمكنت من الاسترخاء أثناء إجراء الإختبار سيكون مريحاً أكثر بالنسبة لك.

ثم تؤخذ بعض الخلايا برفق من عنق الرحم باستخدام فرشاة و عود صغيرين، ثم ترسل هذه الخلايا بعد ذلك إلى المختبر على شريحة زجاجية.

متى ستحصلين على نتائجك؟

سوف يتسلم طبيبك نتائج الاختبار الخاص بك من المختبر في خلال فترة تتراوح بين ٢ - ٤ أسابيع، و إن كان في نتائجك أي شيء غير عادي، سوف يتم استدعاؤك فوراً، و تأكدي من أن تستفسري عن الموعد الذي ستحصلين فيه على نتائجك

حافظي على صحتك و تذكري

إذهبي لزيارة طبيبك إن كان لديك أي من الأعراض التالية:

- عدم انتظام أو وجود زيادة غير معتادة في الحيض
- ظهور بقع أو نزيف في الفترات الفاصلة بين نزول الحيض، أو بعد ممارسة النشاط الجنسي، أو بعد القيام بالغسل أو بعد إنقطاع الطمث

مامدى انتشار سرطان عنق الرحم؟

في عام ٢٠٠٦ توصل إلى تقدير الإصابة بسرطان عنق الرحم إلى أنها سابع أكثر الإصابات السرطانية شيوعاً بين النساء الكنديات. ويتوقع اكتشاف ما يزيد عن ١٣٠٠ حالة جديدة (احصائيات السرطان الكندية ٢٠٠٦)

ماذا بسبب سرطان عنق الرحم؟

نحن نعلم أن سرطان عنق الرحم ينتج عن فيروس يعرف باسم "فيروس بابلوما الأدمي (إنش بي في)، و ينتقل الفيروس في العادة عن طريق الاتصال الجنسي، و ما يزيد عن ٧٥% من النساء معرضات للعدوى بفيروس (إنش بي في)، إلا أن قطاع صغير منهن قد يتعرض لخلل التنسج بعنق الرحم (ديسبلاسيا Dysplasia) فيما يعرف بمرحلة ما قبل الإصابة، و إجراء اختبار (باب Pap) بانتظام يسمح باكتشاف التغيرات السابقة للإصابة بالسرطان و التي من الممكن معالجتها قبل أن تتحول إلى سرطان.

يمكن التقليل من فرص الإصابة بسرطان عنق الرحم من خلال:

- استخدام واقي مطاط
- اختيار عدم التدخين
- إجراء اختبار (باب Pap) بانتظام
- عدم ممارسة الجنس في أي مرحلة عمرية مبكرة
- التقليل من عدد الشركاء الجنسيين

كوني على قدر المسئولية من أجل صحتك

اكتشفي المزيد حول أهمية إجراء اختبار (باب Pap) بشكل منتظم

انصلي ب:

- طبيبك / مقدم الرعاية الصحية
- عيادة المرأة السليمة في منطقتك Well Woman's Clinic
- ممرضة صحة عامة - أنظري في القسم الأزرق في دليل الهاتف تحت عنوان (صحة نوفاسكوشيا Health NS) الصيدلي الخاص بك
- جمعية السرطان الكندية (Canadian Cancer Society)
- برنامج الوقاية من سرطان عنق الرحم هاتف ٩٠٢ ٤٧٣ ٧٤٢٨ أو ١ ٨٨٨ ٤٨٠ ٨٥٨٨ www.cancercare.ns.ca

من الممكن الوقاية من سرطان عنق الرحم

إجراء اختبار (باب Pap) بانتظام من شأنه أن ينقذ حياتك

انصلي اليوم لبحر موعد

تم وضع هذا الكتيب بالتعاون مع:

