Cancer Screening Programmes

CERVICAL SCREENING PUNJABI

The Facts

ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ (ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਦਾ ਟੈਸਟ) ਪੰਜਾਬੀ

ਸੱਚੀਆਂ ਗੱਲਾਂ

ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕੀ ਹੈ?

- ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦਾ ਮੰਤਵ ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਟੈਸਟ ਰਾਹੀਂ ਸਰਵਿਕਸ ਦੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਰਵਿਕਸ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਦਾ ਨਾਂ ਹੈ (ਜਿਹਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦਾ ਮੂੰਹ ਵੀ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)।
- ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਇਸ ਟੈਸਟ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਭ ਠੀਕ ਹੈ।
- ਪਰ ਹਰ 10 ਔਰਤਾਂ ਵਿਚੋਂ ਲੱਗਭਗ ਇਕ ਦੇ ਟੈਸਟ ਤੋਂ ਇਸ ਹਿੱਸੇ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿਚ ਹੋਈਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਿਸ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਹਦੇ ਕਈ ਕਾਰਣ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਾਰਣ ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਮੈਨੂੰ ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਕਿਉਂ ਹੈ?

ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ (ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ) ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਸ ਰੋਗ ਦੇ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਕਰ ਲਈ ਜਾਏ, ਤਾਂ ਕੈਂਸਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਇਹਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇੰਗਲੈਂਡ ਵਿਚ ਹਰ ਸਾਲ ਲੱਗਭਗ 900 ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਮੌਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਜਿਹਨਾਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਕੈਂਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਉਹ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਬਾਕਾਇਦਾ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ (ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ) ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਹੁੰਦੀ। ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਕਾਰਣਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਕਾਰਣ ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਲਈ ਨਾ ਜਾਣਾ ਵੀ ਹੈ।

ਕੈਂਸਰ ਰਿਸਰਚ ਯੂ ਕੇ ਦੇ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਨਾਲ ਇੰਗਲੈਂਡ ਵਿਚ ਹਰ ਸਾਲ ਲੱਗਭਗ 4,500 ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਬਚਾਈਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕੀ ਸਭ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਅਸੀਂ 25 ਤੋਂ 64 ਸਾਲ ਤਕ ਦੀ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਸਭ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੇ:

- ਤੁਸੀਂ ਸਿਗਰਟ ਪੀਂਦੇ ਹੋ;
- ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਸੰਭੋਗ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਕੀਤਾ ਸੀ;
- ਤੁਸੀਂ ਕਈ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਸੰਭੋਗ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਸਾਥੀ ਨਾਲ ਸੰਭੋਗ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਿਹਦੀਆਂ ਕਈ ਸੰਭੋਗ ਸਾਥਣਾਂ ਰਹੀਆਂ ਹਨ; ਜਾਂ
- ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਇੰਮਿਊਨੋਸੱਪਰੈਸੈਂਟ ਦਵਾਈ ਲੈਂਦੇ ਹੋ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਰੀਰ ਦਾ ਕੋਈ ਅੰਗ ਬਦਲਵਾਉਣ ਮਗਰੋਂ)।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮਾਹਵਾਰੀ ਬੰਦ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮਰ ਨੂੰ ਟੱਪ ਗਏ ਹੋ, ਤਦ ਵੀ ਤੁਹਾਡਾ ਟੈਸਟ ਕਰਕੇ ਇਹ ਦੇਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਵਿਕਸ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੈ। ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਸਲਾਹ ਲਓ:

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਹਿਸਟ੍ਰੈਕਟਮੀ (ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਕਢਵਾਉਣ ਦਾ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ) ਕਰਵਾਇਆ ਹੈ;
- ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 65 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ;
- ਤੁਸੀਂ ਕਦੇ ਵੀ ਕਿਸੇ ਮਰਦ ਨਾਲ ਸੰਭੋਗ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ; ਜਾਂ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਐਨ ਐਚ ਐੱਸ ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕੀ ਹੈ?

ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਰਾਹੀਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 25 ਅਤੇ 64 ਸਾਲ ਦੇ ਵਿਚਾਲੇ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਬੁਲਾ ਲਿਆ ਜਾਏ। ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਲਿਸਟ ਵਿਚੋਂ ਲਵਾਂਗੇ। ਇਹਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡਾ ਸਹੀ ਨਾਂ ਅਤੇ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਮਗਰੋਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ 25 ਤੋਂ 49 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤਕ ਹਰ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਮਗਰੋਂ ਇਸ ਟੈਸਟ ਲਈ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾਏਗਾ। ਫਿਰ 50 ਤੋਂ 64 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਪੰਜ ਸਾਲਾਂ ਮਗਰੋਂ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾਏਗਾ।

ਮੇਰਾ ਟੈਸਟ ਕੌਣ ਕਰੇਗਾ?

ਕੋਈ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ/ਕਰੇਗੀ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਸਟਾਫ਼ ਦੀ ਕੋਈ ਔਰਤ ਮੈਂਬਰ ਇਹ ਟੈਸਟ ਕਰੇ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਉਸ ਵੇਲੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਰਹੇ, ਤਾਂ ਅਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਉਣ ਵੇਲੇ ਇਹ ਮੰਗ ਕਰੋ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਕੱਪੜੇ ਲਾਹੁਣੇ ਪੈਣਗੇ?

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਮਰ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਲਾਹੁਣ ਲਈ ਆਖਾਂਗੇ। ਪਰ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੂਰੀ ਸਕੱਰਟ ਪਹਿਨੀ ਹੋਏਗੀ ਤਾਂ ਇਹ ਲਾਹੁਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਹੀਂ ਆਖਿਆ ਜਾਏਗਾ।

ਟੈਸਟ ਵੇਲੇ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਊਚ 'ਤੇ ਲੇਟਣ ਲਈ ਆਖੇਗੀ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਨੀ ਨੂੰ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇਹਦੇ ਵਿਚ ਹੌਲੀ ਜਿਹੇ ਸਪੈਕੂਲਮ ਨਾਂ ਦੀ ਚੀਜ਼ ਪਾਉਣਗੇ।

ਫਿਰ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ 'ਤੇ ਸਪੈਚੂਲਾ ਜਾਂ ਬੁਰਸ਼ ਵਰਗੀ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਰਗੜ ਕੇ ਉੱਥੋਂ ਕੁਝ ਸੈੱਲ ਕੱਢਣਗੇ। ਇਹਨਾਂ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਕਿਸੇ ਸਲਾਈਡ 'ਤੇ ਰੱਖਣਗੇ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਵਿਚ ਪਾਏ ਤਰਲ ਵਿਚ ਪਾਉਣਗੇ, ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਮਾਈਕ੍ਰੋਸਕੋਪ ਨਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਭੇਜਣਗੇ। ਇਹ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਨੂੰ ਕੁਝ ਹੀ ਮਿੰਟ ਲਗਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਬੇਆਰਾਮੀ ਜਾਂ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ - ਤੁਸੀਂ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਢਿੱਲਾ ਛੱਡਣ, ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਡੂੰਘੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਤਣਾਓ ਵਿਚ ਹੋਵੋਗੇ ਤਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੋਏਗੀ। ਜੇ ਦਰਦ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਦੱਸੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਣ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਟੈਸਟ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੁਝ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡਾ ਟੈਸਟ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਖ਼ਾਸ ਖ਼ਿਆਲ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਅਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਮਗਰੋਂ ਦੀ ਹੋਵੇ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਠੀਕ ਸਮਾਂ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਚੱਕਰ ਦੇ ਵਿਚਾਲੇ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ।

ਕੀ ਮੈਂ ਟੈਸਟ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੰਭੋਗ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧ ਲਈ ਕਿਸੇ ਸਪਰਮੀਸਾਈਡ, ਬੈਰੀਅਰ (ਰੋਕਣ ਵਾਲੇ) ਢੰਗ, ਜਾਂ ਲੁਬਰੀਕੈਂਟ ਜੈੱਲੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੈਸਟ ਤੋਂ 24 ਘੰਟੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤਕ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚਲੇ ਕੈਮੀਕਲਾਂ ਦਾ ਅਸਰ ਟੈਸਟ 'ਤੇ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਟੈਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਮੈਨੂੰ ਕਦ ਮਿਲਣਗੇ?

ਤੁਹਾਡਾ ਟੈਸਟ ਹੋਣ ਵੇਲੇ, ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਨਤੀਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸ ਢੰਗ ਨਾਲ, ਕਿੱਥੇ ਅਤੇ ਕਦ ਕੁ ਤਕ ਮਿਲਣਗੇ। ਸਰਜਰੀ ਜਾਂ ਕਲਿਨਕ ਵਿਚੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਗੱਲ ਯਾਦ ਨਾਲ ਪੁੱਛ ਲਓ।

ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਹੈ?

ਜੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ 75% ਠੀਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਹੋਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟਾਂ ਵਾਂਗ, ਇਹ ਸਦਾ ਹੀ ਮੁਕੰਮਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਕਦੇ ਕਦਾਈਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਸਦਾ ਹੀ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਉਹਨਾਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਾ ਪਤਾ ਨਾ ਲੱਗੇ ਜੋ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਕੈਂਸਰ ਬਣ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸਲਾਈਡ 'ਤੇ ਗ਼ੈਰ-ਮਾਮੂਲੀ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਨਾ ਹੋ ਸਕੇ ਕਿਉਂਕਿ:

- ਕਦੇ ਕਦੇ ਇਹ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਆਮ ਸੈੱਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰੇ ਨਹੀਂ ਜਾਪਦੇ;
- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਲਾਈਡ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਗ਼ੈਰ-ਮਾਮੂਲੀ ਸੈੱਲ ਹੋਣ;
- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸਲਾਈਡ ਦੀ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਗ਼ੈਰ-ਮਾਮੂਲੀ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਨਾ ਸਕੇ (ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਕਿੰਨਾ ਵੀ ਤਜਰਬੇਕਾਰ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਵੇ)।

ਲੱਗਭਗ ਹਰ 10 ਟੈਸਟਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਦੁਬਾਰਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ:

- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਹੋਵੇ, ਅਤੇ ਸਾਫ਼ ਸਲਾਈਡ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ;
- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸਲਾਈਡ ਦੇ ਸਰਵੀਕਲ ਸੈੱਲ ਖ਼ੂਨ ਜਾਂ ਝਿੱਲੀ ਨਾਲ ਢਕੇ ਹੋਏ ਹੋਣ;
- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸਲਾਈਡ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਥੋੜੇ ਸੈੱਲ ਹੋਣ ਜਿਹਨਾਂ ਤੋਂ ਸਹੀ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਨਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੋਵੇ;
- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸੈਂਪਲ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਨਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ;
- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਲਾਈਡ ਟੁੱਟ ਗਈ ਹੋਵੇ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਗ਼ੈਰ-ਮਾਮੂਲੀ ਲੱਛਣ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ,
ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੰਭੋਗ ਤੋਂ ਮਗਰੋਂ, ਜਾਂ ਮਾਹਵਾਰੀਆਂ ਦੇ ਵਿਚਾਲੇ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਖ਼ੂਨ ਆਉਣਾ,
ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾਏ ਤਾਂ ਇਹਦਾ ਮਤਲਬ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਅਜਿਹਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੋਵੇ। ਇਹਦਾ ਮਤਲਬ ਸਿਰਫ਼ ਇਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸੈਂਪਲ ਤੋਂ ਸਪਸ਼ਟ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਟੈਸਟ ਫਿਰ ਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹਨੂੰ "ਗ਼ੈਰ-ਤਸੱਲੀਬਖ਼ਸ਼ ਨਤੀਜੇ" ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਤੋਂ ਸਰਵਿਕਸ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿਚ ਥੋੜੀਆਂ ਜਿਹੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਿਸੀਆਂ ਹੋਣ। ਜੇ ਗ਼ੈਰ-ਮਾਮੂਲੀ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਿਸਣ (ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਡਾਇਸਕੈਰੀਓਸਿਸ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ), ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਤੀਜੇ ਨੂੰ "ਗ਼ੈਰ-ਮਾਮੂਲੀ ਨਤੀਜਾ" ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਤੀਜਾ ਕੈਂਸਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਪਰ ਕਦੇ ਕਦੇ, ਗ਼ੈਰ-ਮਾਮੂਲੀ ਨਤੀਜੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਤੋਂ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਗ਼ੈਰ-ਮਾਮੂਲੀ ਨਤੀਜੇ ਦੇ ਮਤਲਬ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਸਾਡਾ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਪਰਚਾ 'What your abnormal result means' ('ਤੁਹਾਡੇ ਗ਼ੈਰ-ਮਾਮੂਲੀ ਨਤੀਜੇ ਦਾ ਕੀ ਅਰਥ ਹੈ') ਪੜ੍ਹੋ।

ਕੀ ਗ਼ੈਰ-ਮਾਮੂਲੀ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਹਾਂ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗੀ ਕਿ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਆਉਣ ਲਈ ਆਖ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਗ਼ੈਰ-ਮਾਮੂਲੀ ਸੈੱਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਮਾਮੂਲੀ ਬਣ ਜਾਣ।

ਪਰ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣ ਲਈ ਵੀ ਆਖ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਨੂੰ 'ਕੋਲਪੋਸਕੋਪੀ' ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕੋਲਪੋਸਕੋਪੀ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਸਾਡਾ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪਰਚਾ 'The colposcopy examination' ('ਕੋਲਪੋਸਕੋਪੀ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ') ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਇਹ ਹਲਕਾ ਜਿਹਾ ਇਲਾਜ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਊਟਪੇਸ਼ੈਂਟ ਕਲਿਨਿਕ ਵਿਚ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਰਾਤ ਨਹੀਂ ਰਹਿਣਾ ਪਏਗਾ।

ਕੀ ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਨਾਲ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਸਰਵਿਕਸ ਵਿਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਹੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲੈਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗਾ ਢੰਗ ਹੈ ਬਾਕਾਇਦਾ ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਰਹਿਣਾ। ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਹੀ ਪਛਾਣ ਕਰਕੇ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣ ਨਾਲ ਲੱਗਭਗ 75% ਕੇਸਾਂ ਵਿਚ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੇਰੇ ਸੈਂਪਲ ਦੀ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਮਗਰੋਂ ਇਹਦਾ ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ?

ਜਿਸ ਲੇਬਾਰੇਟਰੀ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਸੈਂਪਲ ਦੀ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਹੋਏਗੀ, ਉੱਥੇ ਇਹਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 10 ਸਾਲ ਰੱਖਿਆ ਜਾਏਗਾ। ਫਿਰ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਤਾਜ਼ਾ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹਾ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਇਲਾਜ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲੇ। ਉੱਤਮ ਦਰਜੇ ਦੀ ਸੇਵਾ ਦੇਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਟਾਫ਼ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਵਧਾਉਣ ਦੇ ਸਾਡੇ ਮੰਤਵ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਦੀ ਖ਼ਾਤਿਰ, ਉਹ ਸਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸੈਂਪਲਾਂ ਸਮੇਤ ਸਾਰੇ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਬਾਰੇ ਮੁੜ-ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਹੈਲਥ ਸਰਵਿਸ ਵਿਚ ਹੋਰ ਸਟਾਫ਼ ਨੂੰ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਰਿਕਾਰਡ ਦੇਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਮੁੜ-ਵਿਚਾਰ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਸੀ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਫਿਰ ਰਾਬਤਾ ਕਰਾਂਗੇ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੇਸ ਬਾਰੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮੁੜ-ਵਿਚਾਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਰੱਖੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਤੁਹਾਡੇ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ **ਐਨ ਐਚ ਐੱਸ ਡਾਇਰੈਕਟ** ਨੂੰ ਨੰਬਰ **0845 4647** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

ਸੰਖੇਪ

ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਆਉਣ ਜਾਂ ਨਾ ਆਉਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ, ਅਸੀਂ ਇਹਦੇ ਮੁੱਖ ਫ਼ਾਇਦਿਆਂ ਅਤੇ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅੱਗੇ ਦੇ ਰਹੇ ਹਾਂ:

- ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਨਾਲ ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਘਟਦਾ ਹੈ।
- ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਹੋਣ ਕਾਰਣ ਇਸ ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਹੁਣ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- 1980 ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੀ ਦਰ ਅੱਧੀ ਹੋ ਗਈ ਹੈ, ਇਹਦਾ ਵੱਡਾ ਕਾਰਣ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਔਰਤਾਂ ਹੁਣ ਬਾਕਾਇਦਾ ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।
- 10 ਟੈਸਟਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਵਿਚ ਮਾਈਕ੍ਰੋਸਕੋਪ ਨਾਲ ਸੈੱਲ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਦਿਸਦੇ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਟੈਸਟ ਦੁਬਾਰਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।
- ਟੈਸਟ ਨਾਲ ਸਰਵੀਕਲ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿਚ ਹਲਕੀਆਂ ਜਿਹੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਿਸ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਠੀਕ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਕਦੇ ਵੀ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਣਾ ਸੀ। ਹਾਲੇ ਤਕ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗ ਸਕਿਆ ਕਿ ਕਿਹੜੀਆਂ ਹਲਕੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਤੋਂ ਕੈਂਸਰ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਹੜੀਆਂ ਤੋਂ ਨਹੀਂ। ਹਲਕੀ ਜਿਹੀ ਤਬਦੀਲੀ ਦਿਸ ਜਾਣ ਨਾਲ ਵੀ ਕਈ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਚਿੰਤਾ ਲਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਨਾਲ ਸਰਵਿਕਸ ਵਿਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਹਰ ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀ ਦਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ।
- ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਬਾਕਾਇਦਾ ਕਰਵਾਉਣ ਨਾਲ ਲੱਗਭਗ 75% ਕੈਂਸਰਾਂ ਦਾ ਹੋਣਾ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਹਰ ਕੋਈ ਕੇਸ ਨਹੀਂ।
- ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਨਾਲ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਖੋਜ ਪੜਤਾਲ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣ ਨਾਲ ਇੰਗਲੈਂਡ ਵਿਚ ਹਰ ਸਾਲ ਲੱਗਭਗ 4,500 ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਜਾਨ ਬਚ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਮਦਦ

ਜੇ ਇਸ ਸੇਵਾ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ:

- ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ;
- ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਹੈਲਥ ਕਲਿਨਿਕ ਨਾਲ ਰਾਬਤਾ ਕਰੋ;
- ਸਾਡੇ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਡੀ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੋਂ ਲਓ - www.cancerscreening.nhs.uk; ਜਾਂ
- ਐਨ ਐਚ ਐੱਸ ਡਾਇਰੈਕਟ ਦੀ ਇਹ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਪੜ੍ਹੋ - www.nhsdirect.nhs.uk

ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਆੱਫ਼ ਹੈਲਥ ਨੇ ਐਨ ਐਚ ਐੱਸ ਕੈਂਸਰ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਜ਼ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ, ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਰਿਸਰਚ ਯੂ ਕੇ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਰਿਸਰਚ ਗਰੁਪ ਦੀ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਮਦਦ ਨਾਲ, ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ।

CANCER RESEARCH UK

© ਕ੍ਰਾਊਨ ਕਾਪੀਰਾਈਟ 2006
ਸੀ ਓ ਆਈ ਨੇ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਆੱਫ਼ ਹੈਲਥ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ।
ਆਖ਼ਰੀ ਸੋਧ 2006

ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਵਿਚ ਦੱਸੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਨਿਜੀ ਵਰਤੋਂ ਜਾਂ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਇਜਾਜ਼ਤ ਲਏ ਬਿਨਾਂ ਜਾਂ ਪੈਸੇ ਦਿੱਤੇ ਬਿਨਾਂ ਛਾਪਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਪਰਚੇ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਕਾਪੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹਦਾ ਸਿਰਲੇਖ **272855/Cervical Screening** ਦੱਸ ਕੇ ਇਹਨਾਂ ਨਾਲ ਰਾਬਤਾ ਕਰੋ:

DH Publications Orderline
Tel:08701 555 455
Fax:01623 724 524
E-mail: dh@prolog.uk.com

ਪਰਚਾ 272855/ਸਰਵੀਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ (272855/Cervical Screening) ਮੰਗ ਕਰਨ 'ਤੇ ਬ੍ਰੇਲ ਵਿਚ, ਆੱਡੀਓ ਟੇਪ 'ਤੇ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਅੱਖਰਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨੂੰ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਪੜ੍ਹਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ -
www.cancerscreening.nhs.uk/cervical/publications/in-04.html