

## الفحص الذاتي لعنق الرحم

قوة الفحص هي في يديك.

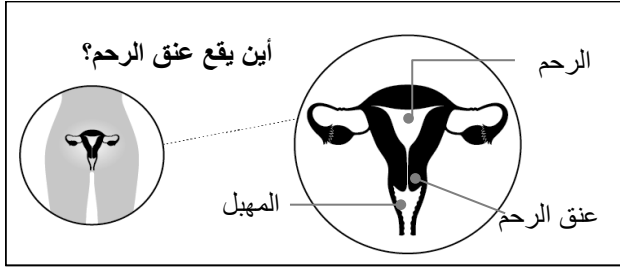
تقريباً جميع أنواع سرطان عنق الرحم ناجمة عن عدوى فيروس الورم الحليمي البشري. الخبر السار هو أنه يمكن الوقاية من سرطان عنق الرحم بشكل كامل تقريباً.

ما هو فيروس الورم الحليمي البشري (HPV)؟

فيروس الورم الحليمي البشري هو فيروس شائع ينتشر عن طريق الاتصال الجنسي، بما في ذلك الملامسة الحميمية، الجنس الفموي والجنس المهبل والشرجي. سيصاب معظم الناس بفيروس الورم الحليمي البشري في مرحلة ما من حياتهم دون أن يعرفوا بذلك. ولا توجد عادة أي أعراض.

لا تسبب غالبية حالات العدوى بفيروس الورم الحليمي البشري أي مشاكل وتختفي من تلقاء نفسها، خلال سنتين.

ولكن في بعض الأحيان، يمكن أن تسبب بعض أنواع فيروس الورم الحليمي البشري عالي الخطورة تغييرات غير طبيعية في الخلايا في عنق الرحم. يمكن أن يؤدي إلى سرطان عنق الرحم بمرور الوقت.



لماذا يكون فحص عنق الرحم مهماً؟

يمكن أن تحدث تغييرات الخلية التي تؤدي إلى سرطان عنق الرحم دون أن تدري.

يمكن أن يساعد الفحص في:

- اكتشاف ما إذا كنت معرضاً لخطر تطوير خلايا غير طبيعية. يمكن أن يساعد اكتشاف ومعالجة الخلايا غير الطبيعية مبكراً في الوقاية من السرطان.
- اكتشاف السرطان في مرحلة مبكرة عندما يكون هناك المزيد من خيارات العلاج.

قومي بدور نشط في صحتك. يجعل الفحص الذاتي لعنق الرحم من الممكن أن تقومي بنفسك في فحص سرطان عنق الرحم، في أي مكان تشعرين فيه بالأمان والراحة.

ينطوي الفحص الذاتي لعنق الرحم على اختبار فيروس الورم الحليمي البشري. يبحث اختبار فيروس الورم الحليمي البشري عن الفيروس الذي يسبب سرطان عنق الرحم. يمكنه إيجاد الأشخاص الذين من المرجح أن تؤدي إلى إحداث تغييرات غير طبيعية في الخلايا الناجمة عن فيروس الورم الحليمي البشري.

من يجب أن يحصل على الفحص الذاتي لعنق الرحم؟

يجب على أي شخص لديها عنق رحم، بما في ذلك النساء وثنائي الروح والعاشرين جنسياً والمتنوعين جنسياً اللواتي يُرمز إليهن اختصاراً بـ (TTGD)، واللواتي تتراوح أعمارهن بين 25 و69 عاماً، إجراء فحص سرطان عنق الرحم بانتظام.

يمكنك التوقف عن إجراء فحص سرطان عنق الرحم عند بلوغ سن الـ 69 إذا كانت لديك دائماً نتائج إيجابية لفحوصات عنق الرحم العادية. تحدثي مع مقدم الرعاية الصحية إذا كنت قد تلقيت علاجاً لخلايا ما قبل السرطان في السابق.

لا تقومي بعمل الفحص الذاتي لعنق الرحم إذا:

يجب عليك الفحص بانتظام إذا:

- حصلت على لقاح فيروس الورم الحليمي البشري (HPV).
- إذا قمت بعمل اتصال جنسي مع شخص آخر من أي جنس كان؛ و/أو
- لقد مرت بفترة انقطاع الطمث.
- كانت لديك أعراض، مثل النزيف بين فترات الدورة الشهرية.
- إذا كنت حبلية أو تستخدمين جهاز الفرجة، بادري بزيارة أحد مقدمي الرعاية الصحية للتحدث حول خيارات فحص عنق الرحم الخاص بك ومتى يجب عليك إجراء الفحص.
- إذا تم استئصال عنق رحمك (مثلاً، استئصال الرحم الكلي)، تحدثي مع أحد مقدمي الرعاية الصحية لمعرفة إذا كنت ما زلت بحاجة إلى إجراء فحص عنق الرحم.

لماذا يجب عليّ أن أفكر في الفحص الذاتي؟

- إنه يختبر فيروس الورم الحليمي البشري، الفيروس الذي يسبب التغييرات في خلايا عنق الرحم التي تؤدي إلى الإصابة بسرطان عنق الرحم.
- لا تحتاجين إلى رؤية مقدم الرعاية الصحية أو إجراء فحص المنظار (الحوض).
- يمكنك القيام بذلك بنفسك ضمن خصوصية منزلك أو، إذا كنت تفضلين، في مكتب مقدم الرعاية الصحية.
- إنه سهل وغير مؤلم: استخدمتي مسحة صغيرة (كيوتيب) لجمع عينة من مهبلك.
- إنه مجاني.
- فحص فيروس الورم الحليمي البشري دقيق جداً. لأنه دقيق جداً، إذا ظهر فحصك بأنك غير مصابة بفيروس الورم الحليمي البشري، يمكنك انتظار 5 سنوات قبل إجراء فحص آخر.

هل سأقوم به بشكل صحيح؟ هل سيكون مؤلماً؟

الفحص سهل ولا ينبغي أن يكون مؤلماً. تقومين بجمع عينة عن طريق تحويل مساحة صغيرة داخل مهبلك؛ ليس بالضرورة أن يتم إدخالها لمسافة بعيدة. إذا قمت باتباع التعليمات داخل العلبة، فإنك تقومين بإجرانه بشكل صحيح. تكون العينة التي جمعتها دقيقة مثل تلك التي يجمعها مقدم الرعاية.

ماذا ستعني نتائجي؟

- إذا لم يتم اكتشاف فيروس الورم الحليمي البشري: لا يتطلب منك إجراء الفحص ثانية لمدة 5 سنوات. من غير المحتمل بأن تكون لديك خلايا غير طبيعية في عنق رحمك.
- إذا تم اكتشاف فيروس الورم الحليمي البشري: استناداً إلى نتائجك، قد تحتاجين إلى مسحة عنق الرحم أو التنظير المهبلي (إجراء ينظر في عنق الرحم عن كثب). وهذا لا يعني بأن لديك سرطان أو ستصابين به. ولكن هذا يعني بأنه ينبغي عليك إجراء زيارات أكثر لمقدم الرعاية الصحية.

كيف يتطور سرطان عنق الرحم:	
لا تؤدي كل إصابات فيروس الورم الحليمي البشري إلى السرطان. إذا كان سرطان عنق الرحم سيتطور، يستغرق ذلك عادة ما بين 15 إلى 20 سنة. ستتلاشى معظم حالات العدوى من تلقاء نفسها دون التسبب في أي مشاكل.	
فحص مسحة عنق الرحم: يبحث عن تغييرات الخلايا غير الطبيعية و/أو فيروس الورم الحليمي البشري	فحص فيروس الورم الحليمي البشري: ينظر في عدوى فيروس الورم الحليمي البشري
<ul style="list-style-type: none"><li>• مسحة عنق الرحم هو متى يقوم مقدم الرعاية الصحية بجمع الخلايا من عنق رحمك.</li><li>• يتم فحصها لأي تغييرات في الخلايا و/أو فيروس الورم الحليمي البشري. سيعتمد ما يتم فحصه على عمرك وتاريخك الصحي.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• يستخدم الفحص الذاتي لعنق الرحم فحص فيروس الورم الحليمي البشري للبحث عن فيروس الورم الحليمي البشري في مهبلك.</li><li>• لا يحتاج فحص فيروس الورم الحليمي البشري إلى عينة من عنق رحمك.</li></ul>

هل يجب علي الحصول على لقاح فيروس الورم الحليمي البشري؟

بشكل عام، يجب على أي شخص يبلغ الـ 9 عاماً من العمر أو أكثر أن يحصل على اللقاح. اللقاح فعال جداً في حمايتك من أنواع فيروس الورم الحليمي البشري التي تسبب معظم أنواع سرطان عنق الرحم. تعلم المزيد على: [immunizebc.ca/hpv](http://immunizebc.ca/hpv).

كيفية إجراء الفحص
<ol style="list-style-type: none"><li>1. <b>احصلي على أدوات الفحص الذاتي.</b> إذا كنت مؤهلة، اطلبي الحصول على مجموعة الأدوات عبر الإنترنت (<a href="http://screeningbc.ca/cervix">screeningbc.ca/cervix</a>) أو عبر الهاتف على (1-877-702-6566). ستصل مجموعة الأدوات بالبريد في طرد عادي لا يحمل علامات.</li><li>2. <b>قومي بإجراء الفحص.</b> بادري باتباع التعليمات الموجودة في مجموعة الأدوات عن كثب. الاختبار غير مؤلم ومن السهل القيام به. يمكنك أيضاً أن تطلبي من مقدم الرعاية الصحية أن يوضح لك أو يريك كيفية أخذ العينة أو يمكنهم أخذ العينة لك.</li><li>3. <b>بادري بإرجاع مجموعة الأدوات للفحص.</b> بادري بأخذ المجموعة الكاملة إلى أقرب صندوق بريدي في نفس اليوم الذي قمت فيه بجمع العينة. سنرسل نتائجك بالبريد في فترة تتراوح من 4 إلى 6 أسابيع بعد إعادة مجموعة الأدوات. يمكنك أيضاً رؤية النتائج عبر الإنترنت على: <a href="http://healthgateway.gov.bc.ca">healthgateway.gov.bc.ca</a>.</li></ol> <p>إذا لم تكوني راغبة في إجراء الفحص الذاتي أو لم تكن لديك أي أعراض، يرجى تحديد موعد لفحص عنق الرحم مع أحد مقدمي الرعاية الصحية. بادري بزيارة <a href="http://screeningbc.ca/cervix">screeningbc.ca/cervix</a> لإيجاد عيادة بالقرب منك.</p>

اتصلي بنا:

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

هاتف: 1-877-702-6566

بريد إلكتروني:

[screening@bccancer.bc.ca](mailto:screening@bccancer.bc.ca)

الموقع الإلكتروني: [www.screeningbc.ca/cervix](http://www.screeningbc.ca/cervix)

بادري بمسح



يتم جمع معلوماتك الشخصية وحمايتها من الاستخدام والكشف غير المصرح بهما، وفقاً لقانون حماية المعلومات الشخصية، وعند الاقتضاء، قانون حرية المعلومات وحماية الخصوصية. قد يتم استخدام المعلومات وإشراكها فقط على النحو المنصوص عليه في تلك القوانين، وسيتم استخدامها لإدارة ضمان الجودة ويتم الكشف عنها لممارسي الرعاية الصحية المشاركين في تقديم الرعاية أو حسب ما يقتضيه القانون. يمكن توجيه جميع الأسئلة المتعلقة بجمع المعلومات من قبل جمعية السرطان في بريتش كولومبيا إلى مدير العمليات، فحص السرطان (العنوان: 801-686 West Broadway, Vancouver BC V5Z 1G1، الموقع الإلكتروني: [www.screeningbc.ca](http://www.screeningbc.ca)، أو البريد الإلكتروني: [www.screeningbc.ca](mailto:www.screeningbc.ca)).

أشياء يجب مراعاتها:

- إذا حدث لك نزيف بعض الجنس، بين فترات الحيض أو بعد انقطاع الطمث؛ زيادة الإفرازات المهبلية؛ آلام الحوض أو ألم أثناء ممارسة الجنس، لا تقومي بتكملة الفحص الذاتي. تحدثي مع مقدم الرعاية الصحية. من المهم النظر في هذه الأعراض – حتى لو كانت نتائج فحصك طبيعية.
- قد تسبب نتيجة فيروس الورم الحليمي البشري بعض القلق. لا تعني هذه النتيجة بأن لديك سرطان عنق الرحم أو ستصابين به. ستتلاشى معظم حالات عدوى فيروس الورم الحليمي البشري لدى معظم الناس، وسوف لن يُصاب جميع الأشخاص الذين لديهم عدوى فيروس الورم الحليمي البشري بالسرطان.
- قد يؤدي الفحص إلى ضغوط غير ضرورية أو علاج أو له تأثيرات محتملة طويلة الأجل على حالات الحمل المستقبلية (الولادة المبكرة أو انخفاض الوزن عند الولادة).
- لا يوجد اختبار فحص مثالي. قد تقول نتائج مسحة عنق الرحم بأن هناك خلايا غير طبيعية عندما لا تكون هناك، أو قد يفوت الاختبار خلايا غير طبيعية تكون موجودة بالفعل.