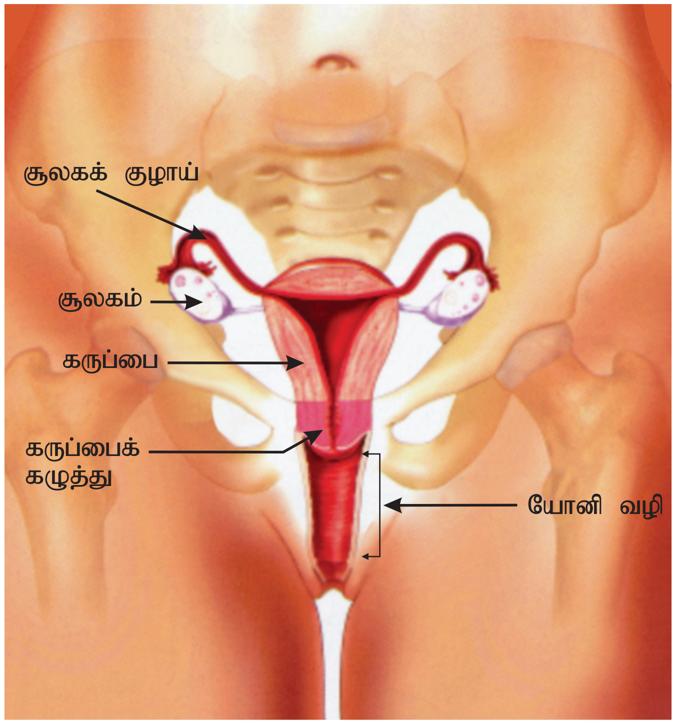


- **கருப்பைக் கழுத்துப் புற்றுநோயானது பெரும்பாலும் ஹியுமன் பப்பிலோமா வைரஸ்(HPV) தொற்று, பெண்களில் நீண்ட நாட்களாக இருப்பதால் ஏற்படுகின்றது.**
- **கருப்பைக் கழுத்துப் புற்றுநோய் தோன்றுவதற்கு முன்பாக, புற்றுநோய்க்கு முன்பான ஆரம்ப இழையவியல் மாற்றங்கள் தோன்றுகின்றன.**
- **இறுதிவரையில் கருப்பைக் கழுத்துப் புற்றுநோயின் அறிகுறிகள் காணப்பட மாட்டாது.**

## கருப்பைக் கழுத்துப் புற்றுநோயின் அறிகுறிகள் எவை?

- யோனிவழியூடாக ஒழுங்கற்ற குருதிப் பெருக்கு.
- தாம்பத்திய உறவின் பின்னர், யோனியினூடாகக் குருதிப் பெருக்கு.
- யோனியினூடாக குருதி கலந்த, அல்லது மணமுடைய குருதிப் பெருக்கு.
- மாதவிடாய்ச் சக்கரம் முற்றாக நின்ற பின்னர் குருதிப் பெருக்கு ஏற்படல்.

**இவ்வறிகுறிகள், புற்றுநோய் தவிர வேறு நோய்களுக்கும் பொதுவானது.**

## கருப்பைக் கழுத்துப் புற்றுநோய் ஏற்பட, அதிக வாய்ப்புள்ளவர்கள் யார்?

- ஹியுமன் பப்பிலோமா வைரஸ்(HPV) தொற்றுடைய பெண்கள்.
- மிக இளவயதில் பாலியல் நடவடிக்கைகளை ஆரம்பித்தவர்கள்.
- ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட பாலியல் இணைகளைப் பெற்றவர்கள்.
- ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட பாலியல் இணைகளைக் கொண்டவர்களை, பாலியல் இணைகளாகக் கொண்டவர்கள்.
- தான் புகைப்பவராகவோ அல்லது அதிகளவில் புகைப்பவர்களுக்கு அருகில் இருப்பவர்கள்.
- சில நோய்களுக்காக, நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியைக் குறைக்கும் மருந்து வகைகளை உள்ளெடுப்பவர்கள்.

## எதிர் காலத்தில் உங்களுக்கு கருப்பைக் கழுத்துப் புற்றுநோய் ஏற்படக்கூடிய ஆபத்துக் காரணியைக் கொண்டவரா என்பதை எவ்வாறு தெரிந்து கொள்ளலாம்?

# இதை “பப்” பரிசோதனை மூலம் தெரிந்து கொள்ளலாம்.

- Pap Smear Test, “பப்” பரிசோதனை என்பது கருப்பைக் கழுத்தில் செய்யப்படுகின்றது.
- மாதவிடாய்ப் பெருக்கு அல்லாத சாதாரண ஒரு நாளில், இப்பரிசோதனைக்காக வருகை தாருங்கள்.
- இது உங்களை உறுத்தாது.
- கருப்பைக் கழுத்துப் புற்றுநோயாக உருவெடுக்கக்கூடிய, மிக மிக ஆரம்ப நிலையிலுள்ள கருப்பைக் கழுத்து, இழைய மாற்றங்களைக் கண்டறிய முடியும்.

## யார் இந்தப் பரிசோதனைக்கு அதிகமாகப் பரிந்துரை செய்யப்படுகின்றார்கள்?

- பப் பரிசோதனையானது ஆரோக்கியமாக வாழும் பெண்களுக்குரிய பரிசோதனையாகும்.
- முதலாவது தாம்பத்திய பாலியல் நடவடிக்கைகளை ஆரம்பித்து 5 வருடங்களின் பின்னர், எல்லாப் பெண்களுக்கும் பரிந்துரை செய்யப் படுகின்றது.
- 35 வயதுக்கு மேற்பட்ட எல்லாப் பெண்களும் சுக வனிதையர் நலக் கிளினிக்குகளில் இப் பரிசோதனையைச் செய்து கொள்ளலாம்.

## பரிசோதனையின் முடிவுகள்

### பரிசோதனையின் முடிவுகள் பிழையாயின் என்ன நடக்கும்?

- கண்டறியப்பட்ட இழைய மாற்றங்களை உறுதிப்படுத்த, நீங்கள் மேலதிக பரிசோதனைக்குப் பரிந்துரைக்கப்படுவீர்கள்.
- இதற்காக வைத்திய ஆலோசனை ஒன்றைப் பெற்றுக் கொள்ளும்படி பரிந்துரைக்கப் படுவீர்கள்.

### பரிசோதனையின் முடிவுகள் சாதாரணமாயின் என்ன நடக்கும்?

- இது மிகவும் இன்பமான செய்தி.
- நீங்கள் 5 வருடங்களின் பின்னர், இந்தப் பரிசோதனையைச் செய்யும்படி பணிக்கப் படலாம்.

## இப்பரிசோதனையை நான் எங்கு செய்து கொள்ளலாம்?

- நாடு பூராகவும் உள்ள சுகாதார வைத்திய அதிகாரிகளால் நடாத்தப்படுகின்ற எல்லாச் சுக வனிதையர் நலக் கிளினிக்குகளில்...

  உங்கள் அருகாமையில் உள்ள சுக வனிதையர் கிளினிக்குகள் பற்றிய தகவல்களை உங்கள் பிரதேச குடும்ப சுகாதார மாதுவிடம் அறிந்து கொள்ளலாம்.
- அரசாங்க வைத்தியசாலைகளில் நடைபெறும் எல்லாச் சுக வனிதையர் நலக் கிளினிக்குகள், பெண்ணோயியல் கிளினிக்குகள்.
- ஆரம்ப புற்றுநோய்க் கண்டுபிடிப்பு நிலையம், தேசிய புற்றுநோய்க் கட்டுப்பாட்டு நிகழ்ச்சித் திட்டம்.

  இல: 516/1, எல்விற்றிக்கல மாவத்தை, நரகேன்பிட்ட.
  தொலைபேசி - 0113159227.
- தனியார் வைத்திய சாலைகள், கிளினிக்குகள்.

## பின்வருவனவற்றில் அவதானமாயிருங்கள்!

- திருமணத்திற்கு முன்பான சகல பாலியல் நடவடிக்கைகளையும் முற்றாகத் தவிருங்கள்.
- 35 வயதுக்கு மேற்பட்ட எல்லாத் திருமணமான பெண்களும் அருகிலுள்ள சுக வனிதையர் கிளினிக்குகளுக்குச் சென்று, உங்கள் முதலாவது பப் பரிசோதனையைச் செய்து கொள்ளுங்கள்.
- பாதுகாப்பற்ற உடலுறவு எனச் சந்தேகிக்கும் பட்சத்தில், ஆணுறைகளைக் கட்டாயம் பயன் படுத்துங்கள்.
- கருப்பைக் கழுத்துப் புற்றுநோய் ஏற்பட, அதிக ஆபத்துக்காரணிகளைளக் கொண்ட பெண்கள், 35 வயதுக்கு முன்பாக உங்கள் பப் பரிசோதனையைச் செய்து கொள்ளலாம்.
- உங்கள் தாம்பத்திய நடவடிக்கைகளை நம்பகமான ஒருவருடன் மட்டுப் படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.
- தற்போது, கருப்பைக் கழுத்துப் புற்றுநோய்க்குரிய HPV வக்சீனானது அறிமுகப்படுத்தப் பட்டுள்ளது. இதைத் தற்போது தனியார் வைத்திய சாலைகளில் பெற்றுக் கொள்ளமுடியும்.

  பாலியல் நடவடிக்கைகளை ஆரம்பிப்பதற்கு முன்பாக, இந்த HPV தடுப்பூசியைப் பெற்றுக் கொள்வதால், கருப்பைக் கழுத்துப் புற்றுநோய் வராமல் காத்துக் கொள்ளலாம்.

**உங்கள் வளமான வாழ்க்கையை பப் பரிசோதனை மூலம் உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.**

**இச்சேவையானது எல்லாச் சுக வனிதையர் கிளினிக்குகளில் இலவசமாக வழங்கப் படுகின்றது.**

**தேசிய புற்றுநோய்க் கட்டுப்பாட்டு நிகழ்ச்சித் திட்டம்.**

555, பொதுச் சுகாதார கட்டடத் தொகுதி.
எல்விற்றிக்கல மாவத்தை, நாரகேன்பிட்டி,
கொழும்பு - 5.
தொலைபேசி - 0112368627/0113159227

E-mail: nccpsl@yahoo.com Web: www.nccp.health.gov.lk

මුද්‍රණය: බස්නාහිර පළාත් මුද්‍රණාලයේ දුරකථනය: 011-2390111

# கருப்பைக் கழுத்துப் புற்றுநோயைத் தடுத்துக் கொள்வோம்!

**இலங்கையில் பெண்களைத் தாக்குகின்ற புற்றுநோய்களில்,**

**கருப்பைக் கழுத்துப் புற்றுநோய், இரண்டாவது இடத்தை வகிக்கின்றது.**

**மிக ஆரம்பத்திலேயே கருப்பைக் கழுத்துப் புற்றுநோயை கண்டறியும் பட்சத்தில் இந்நோயை முற்றாகக் குணப்படுத்தலாம்.**