



መን እዩ ናይ ከሳድ ማህጸን ርእሰ መርመራ ከገብር ዝኸእል? (Who can get cervix self-screening?)

ከም ኣካል ናይቲ ፈተነ ፕሮጀክት ኢንዱጂንሽን ተወላዲት እንተኾይንኪ፣ ስደተኛ ወይ ሓድሽ መጻኢ እንተኾይንኪ፣ ወይ ኣብ ገጠር ወይ ርሒቕ ክፋል Alberta ትነብሪ እንተኾይንኪ ንነብስኪ ንክትምርምሪ ብኸዕቲ ክትኮኒ ትኸእሊ ኢኹ።

ዝስዕቡ እውን ክተማሊ ኣለኪ፡-

- ✓ ካብ 25 ከሳብ 69 ዓመት ምዃን
- ✓ ከሳድ ማህጸን ኣለኪ
- ✓ ምስ ካልእ ዝኾነ ጸታ ዘለዎ ሰብ ጸታዊ ርክብ ፈጸምኪ ትፈልጢ
- ✓ ሕጋዊ ቁጽሪ ከንክን ጥዕና Alberta ኣለኪ

ብቐጻሊ ክትምርመሪ ይግባእ እንተድኣ፡-

- ✓ ክታብት HPV ወሲድኪ ኔርኪ
- ✓ ምስ ካልእ ዝኾነ ጸታ ዘለዎ ሰብ ዝኾነ ጸታዊ ርክብ ኣካይድኪ ትፈልጢ፣ ከምኡውን/ወይ
- ✓ ጽግዖት ደው ኣቢልኪ።

ናይ ማህጸን ከሳድ ርእሰ መርመራ ኣይትግበሪ፣ እንተድኣ፡-

- ✗ ኣብ ዝሓለፈ 3 ዓመታት መርመራ ፓፕ ጌርኪ ወይውን ኣብ ዝሓለፈ 11 ኣዋርሕ ናይ ከሳድ ማህጸን ርእሰ መርመራ ጌርኪ።
- ✗ ኣብዚ እዋንዚ ነፍሰጻር እንተኾይንኪ።
- ✗ ተዛማዲ መንሸሮ ማህጸን ኣጋጢሙኪ።
- ✗ ናይ መወዳእታ ፓፕ መርመራኺ ዘይንቡር እንተነይሩ።
- ✗ ኣብዚ እዋንዚ ኣብ ከንክን ኮልፖስቲ ኣለኺ ወይውን ኣብ ውሽጢ ዝሓለፈ 11 ኣዋርሕ ተፋኒሽ ኣለኺ።
- ✗ ድሕሪ ጸታዊ ርክብ፣ ኣብ መንጎ ወርሓዊ ጽግዖት ወይ ድሕሪ ጽግዖት ምፍሳስ ደም ኣለኪ።

ክትሓሰብሉ ዘለኪ ነገራት (Things to think about)

- ድሕሪ ጸታዊ ርክብ፣ ኣብ መንጎ ወርሓዊ ጽግዖት ወይ ድሕሪ ጽግዖት ምፍሳስ ደም እንተሃልዩኪ፣ ርእሰ-ምርመራ ኣይትግበሪ። ምስ ወሃቢ ከንክን ጥዕና ተዘራረቢ። ነዞም ምልክታት ዚኣቶም ምጥማት ኣገዳሲዩ።
- ዘይንቡር ውጽኢት HPV ገለ ጭንቀት ከስዕብ ይኸእል። እዚ ውጽኢትዚ መንሸሮ ማህጸን ኣለኪ ወይ ክተማዕብሊ ኢኹ ማለት ኣይኮነን። መብዛሕትኣም ሰባት ን HPV ረኽሲ የጽርይዎ እዮም፣ ኩሎም ረኽሲ HPV ዘለዎም ሰባት ድማ መንሸሮ ኣየማዕብሉን እዮም።
- መርመራ ጠቓሚ ኮይኑ ግን ዘይንቡር ውጽኢት ንጸቕጥን ተወሳኺ መርመራታት ወይ ሕክምና ከምዘድሊን ከስዕብ ይኸእል።
- ዋላ ቅድመ መንሸሮ ዝኾኑ ዋህዮታት ወይ መንሸሮ ማህጸን እንተሃልዩምኪ ውጽኢትኪ HPV ከምዘየለ ክሕብር ይኸእል። ወይ ድማ ዋላ ዋህዮታት ማህጸንኪ ንቡር እንተኾነ HPV ከምዘሎ ከርኢ ይኸእል።

ክታብት HPV ክወስድ ኣለኪ? (Should I get the HPV vaccine?)

እው፡ ዕድሚኡ 9 ዓመትን ልዕሊኡን ዝኾነ ሰብ ክታብት ክወስድ ኣለዎ። እቲ ክታብት ካብቶም መብዛሕትኡ መንሸሮ ማህጸን ዘስዕቡ ዓይነታት HPV ኣብ ምክልኻል ኣዝዩ ውጽኢታዊ እዩ። ኣብ Alberta ዝኾነ 26 ዓመትን ትሕተኡን ዝኾነ ሰብ ነቲ ክታብት ብኣን ክረኽቦ ይኸእል።

ዝያዳ ንምፍላጥ ኣብ myhealth.alberta.ca/topic/immunization/pages/hpv-9-vaccine.aspx ተወክሱ።

ርኽብና (Contact Us)

መደባት መርመራ ኣገልግሎት ጥዕና Alberta (Alberta Health Services Screening Programs)

1-866-727-3926

screeningforlife.ca/cervical



መደባት መርመራ መንሸሮ ኣገልግሎት ጥዕና Alberta፡ ምስ ሕጊ ናጽነት ሓበሬታን ሓለዎ ብሕታዊነትን ሕጊ ሓበሬታ ጥዕናን ብምስምማዕ፡ ሓበሬታ ኣብ ዝእከበሉ፡ ዝተቐመሉን ዝግለጹሉን እዮን፡ ምስጠራዊነትን ብሕታዊነትን ውልቃዊን ጥዕናዊ ሓበሬታ ውልቀሰባትን ይሕሉ።

ሕታም፡ መስከረም 2024 | ካብ BC Cancer ብፍቓድ ዝተወሰደ።

Tigrinya



ናይ ከሳድ ማህጸን ርእሰ መርመራ

ፈተነ ፕሮጀክት (Cervix Self-Screening Pilot Project)

screeningforlife.ca/cervical



ዳርጋ ኩሎም መንሸሮታት ማህጸን ብHPV ዝመጹ እዮም። እቲ ጽቡቕ ዜና መንሸሮ ማህጸን ዳርጋ ምሉእ ብምሉእ ብስሩዕ መርመራ ክከላኸል ዝኸእል ምዃኑ እዩ።

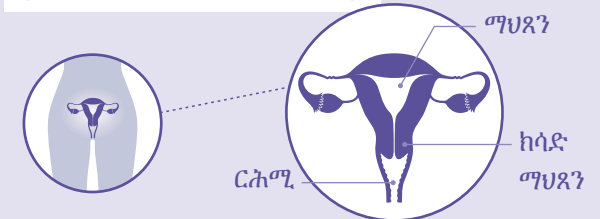
ቫይረስ ፓፕሎማ ሂፑቫ (HPV, human papillomavirus) እንታይ እዩ? (What is human papillomavirus (HPV)?)

HPV ብጸታዊ ርክብ ዝዝርጋኡ ልሙድ ቫይረስ እዩ። እዚ ድማ ናይ ቀረባ ምትንኻፍ፣ ብኣፍ፣ ርሕሚን መሃንቲስን ጸታዊ ርክብ የጠቓልል።

መብዛሕትኣም ሰባት ኣብ ገለ እዋን ህይወቶም ረኽሲ HPV ክህልዎምን ፈጸምዎ ዘይክፈልጥዎም ይኸእሉ። መብዛሕትኡ ግዜ ምልክታት የብሉን። መብዛሕትኣም ረኽሲታት HPV ዝኾነ ጸንም ዘየስዕቡ ኮይኖም ኣብ ውሽጢ 2 ዓመት ድማ ብኣካላትካ ይጸርዩ።

ሓዲ ግዜ ግን፡ ዝተወሰኑ ዓይነታት HPV ባዕሎም ኣይጸርዩንዮም፡ ኣብ ማህጸንኪ ዝርከቡ ዋህዮታት ዘይንቡር ክኾኑ ክገብሩ ይኸእሉ። እዞም ዘይንቡር ዋህዮታት ምስ ግዜ ዋህዮታት መንሸሮ ክኾኑ ይኸእሉ።

ከሳድ ማህጸን ኣብዩ እዩ ዝርከብ? (Where is the cervix?)



መርመራ መንሸሮ ማህጸን ስለምንታይ ኣገዳሲ ኮይኑ? (Why is cervical cancer screening important?)

እቲ ናብ መንሸሮ ማህጸን ዝመርሕ ለውጢ ዋህዮታት ከይፈለጥካ ከጋጥም ይኸእል እዩ።

መርመራ ንዝስዕብ ክሕግዝ ይኸእል እዩ።

- ዘይንቡር ዋህዮታት ናይ ምምዕባል ሓዲጋ እንተሃልዩ ንምፍላጥ፡ ዘይንቡር ዋህዮታት ብኣግሑ ምርካብን ምሕገምን ንመንሸሮ ንምክልኻል ክሕግዝ ይኸእል።
- ዝያዳ ኣማራጺታት ሕክምና ኣብ ዝህልወሉ እዋን መንሸሮ ኣብ ፈላማይ ደረጃ ከሎ ንምርካብ።

ኣብ ጥዕናኺ ንጡፍ ተራ ተጻወቲ።

ናይ ከሳድ ማህጸን ርእሰ ምርመራ ኣብ ዝኾነ ውጥሶን ምቹእን ከይኮ ዝሰምዓኪ ቦታ፡ ንመንሽሮ ማህጸን ባዕልኺ ንክትምርምሪ የኽእለኪ።



ናይ ማህጸን ከሳድ ርእሰ-ምርመራ መርመራታት ንHPV (Cervix self-screening tests for HPV)

- መርመራ HPV ነቲ መንሽሮ ማህጸን ዘስዕብ ቫይረስ ይደሊ። ኣብቶም ብሰንኪ ልዑል ሓደጋ HPV ዝመጽእ ዘይንቡር ለውጢ ዋህዮታት ናይ ምምዕባል ተኸእሎኹም ዝለዓለ ዝኾነ ክረከብ ይኽእል።
- ኩሎም ረኽሱታት HPV መንሽሮ ከም ዘየስዕቡ ኣይትረስዩ። መብዛሕትኡ ረኽሲ ዝኾነ ጸገም ከየስዕቡ ብባዕሉ ክሓልፍ እዩ።
- ዘይንቡር ለውጢ ዋህዮታት ብኣግኡ ምስ ዝርከቡ፣ እቶም ዋህዮታት መንሽሮ ማህጸን ንከይምዕብል ክሕከሙ ይኽእሉ። ስለዚ ድማዮ ብቐጻሊ መርመራ ምግባርን HPV እንተተረኺቡ ናብ ምክትታል ምርመራ ምኽድን ኣገዳሲ ዝኾውን።



መርመራ HPV ረኽሲ HPV ምህላወ ይደሊ

መርመራ HPV (HPV test)

ርእሰ-ምርመራ ከሳድ ማህጸን ኣብ ርሕሚ ልዑል ሓደጋ ዘለዎ HPV ንምድላይ መርመራ HPV ይጥቀም። መርመራ HPV ካብ ማህጸንኪ ናሙና/ዋህዮታት ኣየድልዮን እዩ።



መርመራ Pap ብሰንኪ HPV ዝመጽእ ዘይንቡር ለውጢ ዋህዮታት ይደሊ

መርመራ ፓፕ (Pap test)

መርመራ ፓፕ ማለት ሓደ ወሃቢ ክንክን ጥዕና ካብ ማህጸንኪ ዋህዮታት ክእከብ ከሎ እዩ። እቶም ናሙናታት ብሰንኪ HPV ዝመጽእ ዝኾነ ይኹን ለውጢ ዋህዮታት ይምርመሩ።

መንሽሮ

ስለምንታይ እየ ርእሰ-ምርመራ ኣብ ግምት ክእቱ ዘለኛ? (Why should I consider self-screening?)

- እቲ ርእሰ መርመራ ኣብ ዋህዮታት ማህጸን ናብ መንሽሮ ማህጸን ዝመርሕ ለውጢ ዘስዕብ ቫይረስ HPV ይምርምር።
- ናብ ወሃቢ ክንክን ጥዕና ምርኣይ ወይ መርመራ ምግባር ኣየድልዮኻንዮ።
- ኣብ ውሽጢ ብሕትውና ገዛኺ ባዕልኺ ክትገብርዮ ትኽእሊ ኢኺ።
- ቀሊልን ቃንዛ ዘይብሉንዮ፡ ካብ ርሕሚ ናሙና ንምእካብ ንእሽቶን ከም Q-tip ዝመስል ስዋብ ትጥቀሚ።
- ብነጻ ዝግበር እዩ።
- መርመራ HPV ኣዝዩ ቅነዕ እዩ። መርመራኺ HPV ከምዘይብልኪ እንተ ኣርእዩ፡ ድሕሪ 3 ክሳብ 5 ዓመት ዳግማይ ክትምርመሪ ትኽእሊ ኢኺ።

ብትኽክል ክገብሮ ይኽእል ድዮ? የሕምም ድዮ? (Will I do it correctly? Will it hurt?)

እቲ መርመራ ቀሊል ስለ ዝኾነ ክንድእ የብሉን። ንእሽቶ ስዋብ ኣብ ውሽጢ ርሕምኺ ብምግልባጥ ናሙና ትእክቢ፤ ግድን ርሕቆ ክእቱ የብሉን።

ኣብ ውሽጢ ኪት ዘሎ መምርሒታት እንተተኸቲልኩዮ፡ ብትኽክል ትገብርዮ ኣለኺ ማለትዮ። እቲ እትእከብዮ ናሙና ልክዕ ከምቲ ብወሃቢ ክንክን ጥዕና ዝወሰዶ ናሙና ቅነዕ እዩ።

ትርጉም ውጽኢቲይ እንታይ ማለት እዩ? (What do my results mean?)

HPV እንተዘይተረኺቡ፦ ንተወሳኺ 3 ክሳብ 5 ዓመት ዳግማይ ምርመራ ኣየድልዮኻንዮ። ኣብ ማህጸንኪ ዘይንቡር ዋህዮታት ክህልወኪ ዘለዎ ተኸእሎ ኣዝዩ ጸቢብዮ።

HPV እንተተረኺቡ፦ ከከም ውጽኢትኪ፣ መርመራ ፓፕ ወይ ኮልፖስቲፕ (ንማህጸን ብቐረባ ዝጥምት ኣገባብ) ከድልዮኪ ይኽእል እዩ።

እዚ ማለት መንሽሮ ኣለኪ ወይ ክተማዕብሊ ኢኺ ማለት ኣይኮነን። ምስ ወሃቢ ክንክን ጥዕና ዝይዳ ምብጻሕ የድሊ ማለት እዩ።

ከመይ ንርካ ትምርመር (How to get screened)



1 ናይ ርእሰ መርመራ ኪት ውሰዱ (Get a self-screening kit)

ብቐዕ እንተኾንኪ፡ ብኢንተርኔት ኣብ (screeningforlife.ca/cervical) ወይ ብቴሌፎን ብ (1-866-727-3926) ዲዌልኪ ኪት ንምርካብ ሕተቲ። እቲ ኪት ብፖስታ ክመጽእ እዩ።



3 ነቲ ኪት ንፊተነ ምለሰዮ። (Return the kit for testing)

ናሙናኺ ኣብ እትእከብሉ መዓልቲ ኣብቲ ኣብ ቀረባኺ ናብ ዝርከብ ሳጺን ፖስታ ነቲ ዝተማልእ ኪት ኣብጽሕዮ። ውጽኢትኪ ብኢንተርኔት (ኣብ MyHealth Records ወይ MyAHS Connect) ክትረክቡ ብፖስታ ዝተላእከ ቅዳሕ ክትረኽቡን ትኽእሊ ኢኺ። ውጽኢት ኣብ ውሽጢ 4 ክሳብ 6 ሰሙን ክወጹ ኣለዎም።



2 ነቲ ፈተነ/መርመራ ካዝምዮ (Complete the test)

ኣብቲ ኪት ዘሎ መምርሒታት ብቐረባ ተኸተሊ። እቲ ፈተነ ቃንዛ ዘይብሉን ንምግባር ኣዝዩ ቀሊልን እዩ።



መርመራ ፓፕ እንተደሊኺ ወይ ምልክታት እንተሃልዩኪ (If you prefer a Pap test or have symptoms)

ወሃቢ ክንክን ጥዕና ንምርካብ ኣብ albertafindadoctor.ca ተወከሲ። ኣብ ጥቕኺ ብዘይ ቆጹራ ዝሰርሕ ክሊኒክ ንምርካብ፡ ንHealth Link ብ 8-1-1 ደውሊ ወይ ድማ ኣብ yp.ca ተወከሲ።