

Інструкції із Самообстеження шийки матки

(Cervix Self-Screening Instructions)



**ПРОЧИТАЙТЕ
ПЕРЕД
ВИКОНАННЯМ**

НЕ ВИКОРИСТОВУЙТЕ ЦЕЙ НАБІР, ЯКЩО:

- ✓ у вас менструація – зачекайте, доки вона закінчиться;
 - ✓ ви вагітні;
 - ✓ у вас виникають вагінальні кровотечі між менструаціями, після статевого акту або після настання менопаузи;
 - ✓ у вас діагностовано рак шийки матки;
 - ✓ у вас видалено шийку матки;
 - ✓ ви проходите кольпоскопію або були виписані впродовж останніх 11 місяців;
 - ✓ ви отримали відхилений від норми результат під час останнього Папаніколау-тесту (Пап-тесту).
- ПРИМІТКА.** Якщо у вас є щось із зазначеного, зверніться до лікаря, щоб обговорити можливості обстеження на рак шийки матки. Важливо регулярно проходити обстеження, щоб захистити своє здоров'я і запобігти раку шийки матки.

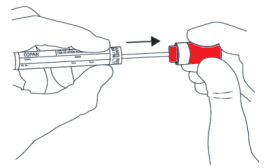
1

Вимийте руки. Роздягніться нижче пояса.



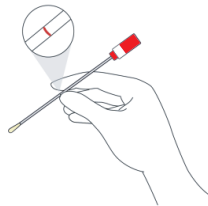
2

Підготуйте паличку: вийміть її з пробірки, тримаючи за червоний ковпачок. Покладіть пробірку на чисту поверхню. **Не торкайтеся м'якого кінця палички.**



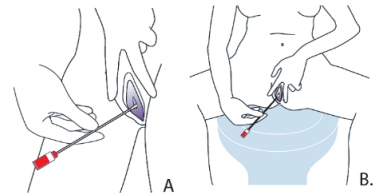
3

Тримайте паличку біля червоної лінії.



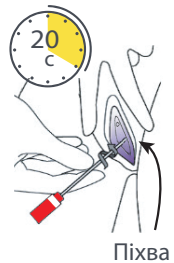
4

Зберіть зразок: устаньте (A) або сядьте (B), розставивши ноги. Іншою рукою притримуйте складки шкіри.



5

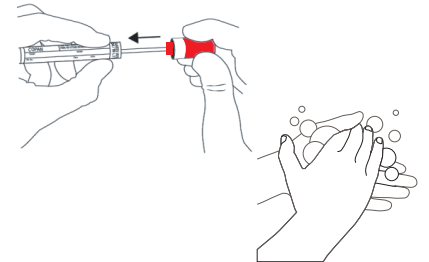
Обережно введіть паличку в піхву, як ви зазвичай вводите тампон, доки ваші пальці не торкнуться зовнішніх статевих органів (вульви). Обертайте паличку, **повільно рахуючи до 20**, а потім вийміть її.



Піхва

6

Помістіть паличку в пластикову пробірку й щільно закрийте її. Вимийте руки.



7

У вашому наборі є етикетка. Напишіть на ній своє прізвище, ім'я і номер Alberta Health Care. Також укажіть дату збору зразка. Зніміть етикетку й наклейте її на пробірку зі зразком.

Прізвище: _____
 Ім'я: _____
 Номер Alberta Health Care: _____
 Дата збору: _____
 (ДД/ММ/РРРР)

8

Заповніть документ "Заявка на самостійне тестування на ВПЛ", Дотримуючись інструкцій, які наведені в нижній частині заявки.

HPV Self-Sampling Test Requisition
 (Cervix Self-Screening)
 Send Sample to: ProxLab North
 8440-112 St NW, Edmonton, AB, T6G 2J2

PHN	Expiry:	Date of Birth (dd-Mon-yyyy)
Legal Last Name		Legal First Name
Patient Identifier	Preferred Name	Male <input type="checkbox"/> Female <input type="checkbox"/> Non-binary <input type="checkbox"/>

9

- ✓ Помістіть пробірку зі зразком у пластиковий контейнер і щільно закрийте його.
- ✓ Потім покладіть контейнер **ТА** запит на проведення тестування в попередньо оплачений зворотний конверт і заклейте його.



10

Залиште конверт у відділенні пошти Канади або в поштової скриньці. **Зразок потрібно відправити в той самий день, коли ви його зібрали.**



Поширені запитання

(Frequently Asked Questions)

Чи правильно я візьму зразок? Чи буде мені боляче? (Will I do it correctly? Will it hurt?)

Самостійне обстеження шийки матки проводиться легко й не має бути болісним. Вам потрібно лише взяти невеликий зразок із піхви. Дотримуючись інструкцій, ви зможете легко й безпечно зібрати власний зразок.

Що робити, якщо в мене виникнуть проблеми зі збором зразка? (What if I have trouble collecting my own sample?)

Зателефонуйте на номер 1-866-727-3926 (графік роботи: з понеділка по п'ятницю з 08:00 до 16:30).

Що робити, якщо я випущу паличку з рук? (What if I drop the swab?)

Не хвилюйтеся. Найкращим рішенням буде просто відправити її в лабораторію. Якщо паличка торкнеться вологої поверхні, це може вплинути на правильність результату. У такому разі вам, можливо, доведеться зібрати новий зразок. Але якщо вам не сказали, що потрібно брати новий зразок, це означає, що все гаразд.

Скільки часу знадобиться, щоб отримати результати? (How long will it take to get my results?)

Ви отримаєте лист із результатами через 4–6 тижнів після того, як лабораторія отримає ваш зразок. Також ви можете переглянути свої результати на порталі MyHealth Records або MyAHS Connect (myhealth.alberta.ca/myhealthrecords).

Що робити, якщо буде виявлено тип ВПЛ високого ризику? (What if a high-risk HPV type is found?)

Якщо у вас буде виявлено ВПЛ високого ризику, це не означатиме, що у вас є або розвинеться рак. Ваші результати допоможуть визначити подальші дії. Залежно від результатів, вам може знадобитися пройти Пап-тест або кольпоскопію.

Чи виявить цей тест щось інше, крім ВПЛ? (Will this test for anything other than HPV?)

Цей тест виявляє лише типи ВПЛ високого ризику. Якщо ви хочете пройти перевірку на інші інфекції, що передаються статевим шляхом, зверніться до лікаря.

Якщо я загублю або пошкоджу свій набір, чи зможу я запросити новий? (I lost/damaged my kit; can I request a new one?)

Якщо ви загубите або пошкодите свій набір, зателефонуйте на номер 1-866-727-3926 (графік роботи: з понеділка по п'ятницю з 08:00 до 16:30).

Чи потрібно мені буде повернути свій набір у той самий день, коли я зберу зразок? (Do I need to return my kit the same day I collect my sample?)

Так, це важливо для забезпечення точності результатів тесту. Плануйте забір зразка на день, коли зможете залишити його у відділенні пошти Канади або в поштової скриньці.

Помітили ознаки або симптоми? (Experiencing signs and symptoms?)

Якщо ви помітили в себе кровотечу між менструаціями, після статевого акту або після настання менопаузи, негайно зверніться до лікаря. До інших ознак, на які потрібно звернути увагу, належать аномальні, посилені або з неприємним запахом виділення, біль під час сексу чи кровотеча після гінекологічного обстеження органів малого тазу. Пам'ятайте, що ці ознаки й симптоми не обов'язково вказують на рак шийки матки, але консультація з лікарем допоможе прояснити ситуацію.

Залишилися запитання? (Have more questions?) Зв'яжіться з нами: (Please contact:)

Alberta Health Services
Screening Programs
1-866-727-3926

Понеділок – п'ятниця
з 08:00 до 16:30