NHS
North East London
Cancer Alliance

the eve appeal

سنّ یاس کے بعد جریان خون
نارمل نہیں ہے

وہ تمام معلومات جسے آپ کو گہرائی سے جاننے کی ضرورت ہے

آپ کو جاننا ضروری ہے **You Need to Know** *بچہ دانی کے کینسر کی نشانیوں اور علامات کی آگہی بڑھانے کے لیے ایک مہم ہے۔ یہ پرچہ امکانی علامات کو پہچاننے میں آپ کی مدد کرے گا اور اگر آپ کو کسی علامت کا سامنا ہوتا ہے تو ڈاکٹر سے چیک کروانے کی اہمیت کی وضاحت کرے گا۔ ممکن ہے یہ علامات کوئی سنگین نہ ہوں، لیکن ڈاکٹر سے بات کرنا ہمیشہ بہترین ہوتا ہے۔*

بچہ دانی کا کینسر کیا ہوتا ہے؟

بچہ دانی کا کینسر (جس کو بعض اوقات درون رحم یا رحم کا کینسر کے بطور جانا جاتا ہے) ایک کینسر ہے جو رحم کو متاثر کرتا ہے۔ بچہ دانی وہ ہوتی ہے جہاں حمل کےدوران بچے کی افزائش ہوتی ہے۔

رحم کا کینسر خواتین میں چوتھا سب سے عام کینسر ہے۔[i] یوکے میں ہر سال 9,000 سے زائد افراد میں رحم کے کینسر کی تشخیص ہوتی ہے، اور رحم کے کینسر کے معاملات بڑھ رہے ہیں۔[i]

اگر بروقت پکڑ میں آ جائے تو، رحم کا کینسر بہت ہی قابل علاج ہے؛ ایسی 90% خواتین اس مرض سے زندہ بچ جاتی ہیں جن میں مرحلہ 1 میں (بروقت) تشخیص ہو جاتی ہے۔[ii] علاج کے مزید اختیارات بھی دستیاب ہیں، اگر کینسر کی بروقت تشخیص ہو جائے تو، ان میں سے کچھ کو تھوڑا رحمدل مانا جاتاہے۔[iii]

رحم کے کینسر کی علامات کیا ہیں؟

رحم کے کینسرکی اصل علامت سنّ یاس کے بعد جریان خون ہونا ہے۔[iv] رحم کے کینسر کی دیگر علامات میں شامل ہیں:[iv]

- جماع کے بعد جریان خون
- 'خون کے دھبے والا' شرمگاہ سے ڈسچارج جو گلابی، لال یا بھورے رنگ کا ہو سکتا ہے
- آپ کی ماہواریوں کے بیچ (سنّ یاس سے پہلے) جریان خون
- ایسی ماہواریاں جو آپ کے لیے نارمل سے زیادہ بھاری بھرکم ہو (سنّ یاس سے پہلے)
- ضروری ہے کہ کسی بھی مرحلے پر، کسی بھی نئے یا مختلف جریان خون کو ڈاکٹر سے چیک کرایا جائے

سّن یاس کیا ہے؟

سّن یاس زندگی کا ایک فطری مرحلہ ہے جس میں ہارمون کی سطحیں گھٹ جانے کے سبب آپ کی ماہواری بند ہو جاتی ہے، اور آپ کی بیضہ دانیاں بیضے بنانا بند کر دیتی ہیں۔[v] یوکے میں، سنّ یاس عام طور پر 45 اور 55 سال کی عمر کے بیچ ہوتی ہے (لیکن یہ اس سے پہلے یا اس کے بعد بھی ہو سکتی ہے)۔[v] سنّ یاس کی علامات ہر خاتون کے لیے مختلف ہوں گی، لیکن اس میں شامل ہو سکتی ہیں: گرم خون کے چھپاکے، یاد داشت اور ارتکاز میں مسائل، پست مزاجی، وزن گرنا، شرمگاہ کا سوکھا پن، اور نیند آنے میں پریشانی۔[vi]

آپ کی آخری ماہواری کے بعد سے 12 ماہ گزر جانے پر، یوں مانا جائے گا کہ آپ سنّ یاس سے گزر چکی ہیں۔[v]

مجھے کیسے معلوم ہوگا کہ آیا مجھے سنّ یاس کے بعد جریان خون ہو رہا ہے؟

اگر آپ سنّ یاس سے گزر چکی ہیں تو، خون کی کوئی بھی مقدار نارمل نہیں ہے اور چیک کروانے کی ضرورت ہوتی ہے، چاہے یک وقتی جریان خون ہوا ہو، مسلسل جریان خون ہو، دھبے پڑ رہے ہوں، یا چاہے گلابی، بھورا یا لال رنگ کا ڈسچارج ہو۔[iv] سنّ یاس کے بعد 'ایک آخری ماہواری' جیسی کوئی چیز نہیں ہوتی ہے، چاہے آپ کی عمر جتنی بھی ہو۔

سنّ یاس کے بعد جریان خون کو ڈاکٹر سے چیک کروانا ضروری ہے۔ یوں تو یہ کوئی سنگین بات نہیں ہو سکتی ہے، مگر یہ کینسر کی نشانی ہو سکتی ہے۔ کینسر کا جتنی جلدی پتہ چل جاتا ہے، علاج کرنا اتنا ہی آسان تر ہوتا ہے۔

اگر مجھے سنّ یاس کے بعد جریان خون کا سامنا ہو رہا ہے تو مجھے کیا کرنا چاہیے؟

اپنے GP سے رابطہ کریں اور یہ امر واضح کریں کہ آپ کو 'سنّ یاس کے بعد جریان خون ہو رہا ہے'۔ آپ کے GP کو پتہ چلے گا کہ یہ ایک ایسی علامت ہے جو بچہ دانی کے کینسر کا سبب بن سکتی ہے اور اسے جلدی سے آپ کے لیے ایک اپائنٹمنٹ کا انتظام کرنا چاہیے۔

خواتین کی صحت کی تشویش کے بارے میں GP سے ملاقات کرنا تکلیف دہ ہو سکتا ہے، لیکن کچھ چیزیں ایسی ہیں جو آپ اس تجربے کو تھوڑا آسان تر بنانے کے لیے اختیار کر سکتی ہیں۔ یوں عملہ کاری کی وجہ سے یہ اختیارات ہو سکتا ہے ہمیشہ ممکن نہ ہوں، مگر آپ درج ذیل کی درخواست کر سکتی ہیں:

- **خاتون GP**
- **خواتین کی صحت میں تخصیص رکھنے والا GP**
- **کوئی ایسا شخص جو آپ کی زبان بول سکتا ہو**
- **ترجمان**

اپنی علامات کی ایک ڈائری رکھنا اچھا خیال کیا جاتا ہے (وہ کب پیش آئیں، وہ کس قدر بری ہیں، وہ کتنی دیر تک رہیں اور انہوں نے آپ کو کس طرح متاثر کیا)، تاکہ اپائنٹمنٹ کے دوران GP کے سامنے ان کی وضاحت کرنے میں آپ کو مدد ملے۔

اپائنٹمنٹ میں کیا ہوتا ہے؟

بہت ساری GP اپائنٹمنٹس فون پر یا آن لائن ہوتی ہیں، لیکن آپ رو بہ رو کی بھی درخواست کر سکتی ہیں۔ آپ اپنی علامات اور اپنی طبی سرگزشت (بشمول اپنی ماہواری) پر گفتگو کریں گی۔

اپائنٹمنٹ کے بعد، اپنی علامات کی ایک ڈائری بدستور رکھیں۔ سنّ یاس کے بعد جریان خون ہونے پر، آپ کو دو ہفتے کے اندر کسی اسپیشلسٹ کو دکھانے کے لیے ریفر کیا جانا چاہیے۔

اسپیشلسٹ کے ساتھ اپائنٹمنٹ عموماً بذات خود کلینک پر یا ہسپتال میں ہوتی ہے۔ یہ ڈاکٹرز آپ کی علامات کے تعلق سے مزید ماہرانہ جانکاری کے حامل اسپیشلسٹ ہوتے ہیں۔ وہ مزید جانچ پڑتال کر کے سمجھیں گے کہ کیا چیز آپ کی علامات کا سبب بن رہی ہے اور یہ فیصلہ کرنے میں مدد کریں گے کہ آیا آپ کو کوئی علاج درکار ہے۔

میں مزید معلومات کے لیے کہاں جا سکتی ہوں؟

اگر آپ کو سنّ یاس کے بعد جریان خون ہو رہا ہے تو اپنے GP سے بات کریں۔

'آپ کو جاننا ضروری ہے' والی مہم کے بارے میں مزید معلومات کے لیے، ملاحظہ کریں: **https://www.nelcanceralliance.nhs.uk/youneedtoknow**

بچہ دانی کے کینسر کے بارے میں مزید معلومات کے لیے،
گائنیکولوجیکل کینسر چیریٹی دی ایو اپیل (The Eve Appeal) ملاحظہ کریں:**eveappeal.org.uk/wombcancer**

دی ایو اپیل کے پاس آسک ایو (Ask Eve) نامی ایک سروس ہے، جہاں آپ گائنی اسپیشلسٹ نرس سے نسوانی کینسر، ان کی علامات، اور آپ کو درپیش ہو سکنے والی کسی تشویشات کے بارے میں بات کر سکتی ہیں۔ آسک ایو کے پاس 250 سے اوپر زبانوں میں ترجمانی کی خدمت دستیاب ہے۔

*دی ایو اپیل کو **0808 802 0019** پر کال کریں یا نرس کو ای میل کریں **@eveappeal.org.uk***

حوالے

i کینسر ریسرچ یوکے۔ درون رحم کینسر کا وقوعہ۔ [آخری بار رسائی حاصل کردہ: 17.01.23]

ii کینسر ریسرچ یوکے۔ درون رحم کینسر سے جانبری کے اعداد و شمار۔ [آخری بار رسائی حاصل کردہ: 17.01.2023]

iii کینسر ریسرچ یوکے۔ درون رحم کینسر کے علاج کے اعداد و شمار۔ [آخری بار رسائی حاصل کردہ: 17.01.2023]

iv دی ایو اپیل۔ بچہ دانی کا کینسر۔ [آخری بار رسائی حاصل کردہ: 17.01.2023]

v NHS۔ سنّ یاس کا مجموعی جائزہ۔ [آخری بار رسائی حاصل کردہ: 17.01.2023]

vi NHS۔ سنّ یاس کی علامات۔ [آخری بار رسائی حاصل کردہ: 17.01.2023]