

# کولپوسکوپی

## Colposcopy – Farsi

کلینیک کولپوسکوپی  
اداره زنان و کودکان

## چرا به یک کولپوسکوپی نیاز داریم؟

شما به خاطر یکی از دلایل زیر معرفی شده‌اید:

- شما سه اسمیر نارسایی داشتید، یا
- نتایج اخیر آزمایش اسمیر شما غیر طبیعی یا مثبت بوده است.

این یعنی ممکن است تغییراتی کوچک در سلول‌هایی که پوست دهانه رحم را تشکیل می‌دهند (دهانه رحم) یافت شده باشند.

ما باید همه تغییرات سلولهای دهانه را بررسی کنیم، مهم نیست که چقدر کوچک باشد. لطفاً اطمینان داشته باشید که در صورت لزوم می‌توانیم به راحتی آنها را درمان کنیم. گاهی اوقات حتی اگر اسمیرهای شما طبیعی باشند، ممکن است به علت علائمی مانند خونریزی پس از رابطه جنسی، برای معاینه معرفی شده باشید.

## کولپوسکوپی چیست؟

کولپوسکوپی، معاینه‌ای است که پزشک با استفاده از یک نوع میکروسکوپ خاص به نام کولپوسکوپ دهانه رحم را بررسی می‌کند. این میکروسکوپ شبیه به یک جفت دوربین دو چشمی بر روی یک پایه است. کولپوسکوپ وارد بدن شما نمی‌شود.

## در اولین مراجعه به کلینیک کولپوسکوپی چه اتفاقی می‌افتد؟

بهتر است چند دقیقه زودتر به درمانگاه برسید تا عجله نداشته باشید و احساس کنید که وقت کافی خواهید داشت.

شما می‌توانید همسر خود، یکی از بستگان یا دوستان را همراه خود بیاورید.

بهتر است هر گونه سوالی را از قبل بنویسید. در انتهای این بروشور، فضایی را برای این منظور در نظر گرفته‌ایم.

در اولین مراجعه شما به کلینیک، ممکن است پزشک درمان دهانه رحم شما را پیشنهاد دهد.

## قبل از معاینه:

قبل از معاینه کولپوسکوپی، پزشک برخی از جزئیات پزشکی را از شما می‌پرسد. او در مورد هر گونه تحقیق یا درمان توضیح خواهد داد.

او از شما می‌خواهد که به اتاق رخت کن بروید تا جوراب شلواری و لباسهای زیر کمر خود را در آورید. می‌توانید برای راحتی بیشتر با پوشیدن دامن به کلینیک بروید.

از شما درخواست خواهیم کرد که بر روی نیمکت دراز بکشید و پایین تنه شما را با یک حوله می‌پوشانیم.

برای اینکه این کار برای شما راحت تر باشد و پزشک نیز بتواند دهانه رحم شما را به راحتی ببیند، ما به کمک یک وسیله ویژه جاپایی، پاهای شما را نگه میداریم. پرستار تمام مدت در کنار شما خواهد بود و او یا پزشک در حیت انجام معاینه، همه چیز را توضیح می دهد.

## معاینه

ابتدا، درست مثل زمانی که از شما اسمیر گرفته شد، پزشک یک لوله مخصوص به نام «اسپیکولوم» را به واژن شما وارد می کند تا بتوانند به دهانه رحم شما نگاه کنند.

او ممکن است اسمیر دهانه رحم شما را تکرار کند و قبل از معاینه دقیق تر دهانه رحم شما از طریق کولپوسکوپی، از یک سواب (پد جاذب) برای چک کردن هر گونه عفونت استفاده نماید.

برای اینکه بتوان هر بخش غیر طبیعی را به وضوح دید، پزشک یک محلول ویژه را بر روی دهانه رحم استعمال خواهد کرد.

سپس، اگر بخواهید، می توانید دهانه رحم خود را بر روی یک صفحه تلویزیون مشاهده کنید.

پرستار یا پزشک ممکن است بتوانند هر بخش از تغییرات کوچک را به شما نشان دهند. بعضی از زنان دوست دارند این را ببینند و برخی دیگر دوست ندارند. لطفاً نظر خود را به ما اطلاع دهید. کل معاینه حدود 10 دقیقه طول می کشد.

## بیوپسی (بافت برداری)

پزشک علاوه بر معاینه دقیق تر دهانه رحم، ممکن است از هر ناحیه آسیب دیده دهانه رحم شما یک نمونه بسیار کوچک (بیوپسی) بردارد.

شما فقط ممکن است برای چند لحظه، کمی احساس ناراحتی کنید. بیوپسی برای بررسی دقیق به آزمایشگاه ارسال می شود.

نتایج ممکن است چند هفته طول بکشد.

پس از اعلام نتایج، ما نتیجه و یک قرار ملاقات دیگر را به شما ارسال خواهیم کرد.

## **بیوپسی ممکن است چه چیزی را نشان دهد؟**

نتیجه بیوپسی میزان تغییرات سلولی را تایید می کند.

اگر قبلاً تحت درمان قرار گرفته اید، نتیجه تایید خواهد کرد که این درمان مناسب بوده است یا خیر.

اگر شما قبلاً تحت درمان نبوده اید، این نتیجه به پزشک کمک خواهد کرد تا در مورد بهترین درمان، در صورت وجود، تصمیم‌گیری کند.

## **درمان به چه صورت است؟**

اگر به درمان نیاز داشتید، پزشک در مورد گزینه های موجود برای شما صحبت خواهد کرد.

درمان معمولاً در یک قرار ملاقات سرپایی انجام می گیرد.

## **من چه احساسی خواهم داشت؟**

ممکن است کمی احساس ناراحتی داشته باشید، اما نباید دردناک باشد.

ممکن است کمی بوی سوختگی وجود داشته باشد، زیرا سلول های غیر طبیعی را خارج می‌کنیم و تمام فرایند فقط 5 تا 10 دقیقه طول می‌کشد.

پرستار با شما خواهد بود تا به شما کمک کند که در آرامش باشید. اگر مایل باشید، آنها آنچه را که در حال وقوع است توضیح می دهند.

شما ممکن است در روزی که برای درمان آمده‌اید، بخواهید شریک زندگی، یکی از بستگان یا دوست خود را به کلینیک کولپوسکوپی بیاورید.

## پس از درمان چه اتفاقی می افتد؟

طی یک یا دو روز پس از درمان، می‌توانید رانندگی کنید و به سر کار برگردید. اگر کار شما به طور خاصی سنگین باشد، ممکن است مجبور باشید زمان بیشتری را مرخصی بگیرید.

ممکن است دوره کوتاهی، درد داشته باشید. همچنین برای 3 تا 4 هفته، تا زمانی که محل درمان در دهانه رحم بهبود می‌یابد، ممکن است ترشحاتی آبی یا به رنگ خون داشته باشید.

ترجیحاً از نوار بهداشتی به جای تامپون (پنبه قاعدگی) استفاده کنید تا خطر عفونت کاهش یافته و این ناحیه التیام یابد. اگر شما هر گونه خونریزی شدید داشتید، باید برای مشاوره با پزشک خود و یا کلینیک تماس بگیرید.

زنان واکنش‌های بسیار متفاوتی به درمان نشان می‌دهند. برخی احساس خستگی می‌کنند، برخی دیگر به طور طبیعی رفتار می‌کنند. هر دو واکنش طبیعی است.

ما یک بخش مخصوص استراحت داریم که بعد از درمان می‌توانید قبل از رفتن به خانه در آنجا استراحت کنید. بهتر است برای چند ساعت همه چیز را آسان بگیرید. اگر لازم بود، از مسکن درد استفاده کنید.

## در مورد رابطه جنسی چه کار باید کرد؟

پزشک به شما توصیه خواهد کرد که به مدت 4 هفته رابطه جنسی نداشته باشید. بعد از آن نباید هیچ تاثیری بر روی زندگی جنسی شما داشته باشد. همچنین باید بدانید که درمان اسمیر رحم غیرطبیعی احتمال بروز بارداری شما را تحت تاثیر قرار نخواهد داد.

## آیا ملاقات‌های پیگیری وجود خواهند داشت؟

ممکن است لازم باشد برای یک یا چند بار برای پیگیری شرایط درمان به کلینیک کولپوسکوپی مراجعه کنید. این بستگی به نتایج هر آزمایش انجام شده دارد. هدف این است که پزشک بتواند معاینه و بررسی کند که تمام سلول‌های غیر طبیعی بهبود یافته‌اند. او ممکن است که در این زمان آزمایش اسمیر را نیز انجام دهد.

اگر همه چیز به خوبی پیش برود، ما شما را به پزشک خودتان (GP)، کلینیک زنان سالم (Well Woman Clinic) یا کلینیک تنظیم خانواده (Family Planning Clinic) برای انجام اسمیرهای منظم‌تر در آینده ارجاع می‌دهیم. این امر به شما آرامش خاطر می‌دهد.

درمان 95% موثر است.

این بدان معنی است که اکثر زنان درمان می شوند، اما برخی از زنان نیاز به درمان بیشتری دارند. توصیه می کنیم که شما در تمام ملاقات ها برای آزمایش اسمیر شرکت کنید.

اگر شما هر گونه سوال و یا نگرانی در مورد کولپوسکوپی و یا درمان دارید، لطفاً به ما اطلاع دهید.

اطلاعات آنلاین در مورد سرطان دهانه رحم و کولپوسکوپی در وبسایت [www.jostrust.org.uk](http://www.jostrust.org.uk) نیز موجود است.

## 5 نکات ویژه برای سبک زندگی سالم

شواهد نشان می دهد که کارها یا انتخاب هایی وجود دارند که می توانیم انجام دهیم که خطر بسیاری از بیماری های مزمن را کاهش می دهند و به ما در داشتن زندگی سالم کمک می کنند.

### 1. ترک سیگار

تحقیقات نشان می دهد که حدود 7 درصد از سرطان های دهانه رحم در بریتانیا به دلیل مصرف دخانیات است. سیگار کشیدن تنها علت قابل پیشگیری از بیماری و مرگ زودرس در بریتانیا است. ترک سیگار نیز به بدن شما کمک می کند تا ویروس پاپیلومای انسانی (HPV) را که عامل اصلی سرطان دهانه رحم است، از بین ببرد.

برای کسب اطلاعاتی که به شما در ترک سیگار کمک می کند با سموکلاین (Smokeline) به شماره 0800 848484 تماس بگیرید یا از وبسایت [www.nhsggcsmokefree.org.uk](http://www.nhsggcsmokefree.org.uk) یا [www.canstopsmoking.com](http://www.canstopsmoking.com) دیدن کنید.

### 2. بررسی سلامت جنسی

ویروس پاپیلومای انسانی (HPV) عامل اغلب تغییرات در دهانه رحم است، شما می توانید با استفاده از کاندوم با شرکای جنسی جدید خود، خطر ابتلا به انواع جدید HPV را کاهش دهید. کاندوم رایگان در دسترس می باشد، لطفاً از وبسایت زیر دیدن کنید: [www.freecondomsglasgowandclyde.org](http://www.freecondomsglasgowandclyde.org)

گاهی اوقات، ناهنجاری های دهانه رحم می تواند نشانه ای از عفونت های دیگر باشد. اگر شما اخیراً آزمایش سلامت جنسی انجام نداده اید، لطفاً به پزشک خود یا کلینیک بهداشت جنسی سندیفورد (Sandyford) مراجعه کنید.  
[www.sandyford.org](http://www.sandyford.org)

### 3. تغذیه سالم

انتخاب مواد غذایی سالم و حفظ وزن سالم در طول زندگی، می تواند خطر ابتلا به بیماری های مزمن را کاهش دهد. از میوه ها و سبزیجات تازه به عنوان میان وعده به جای میان وعده های چرب و شیرین استفاده کنید.

### 4. فعالیت فیزیکی

ورزش دارای مزایای سلامتی زیادی است. فعال بودن به حفظ وزن سالم کمک میکند. همچنین ممکن است سیستم ایمنی بدن شما را تقویت کند.

حداقل پنج بار در هفته برای مدت 30 دقیقه ورزش کنید. شما می توانید این مدت را به 3 قسمت 10 دقیقه ای تقسیم کنید.

### 5. الکل

زنان معمولاً نباید بیش از 2-3 واحد الکل در روز مصرف کنند و در هفته باید 2 روز بدون مصرف الکل را داشته باشند.

برای اطلاعات بیشتر لطفاً به وبسایت [www.takelifeon.co.uk](http://www.takelifeon.co.uk) مراجعه کنید.

