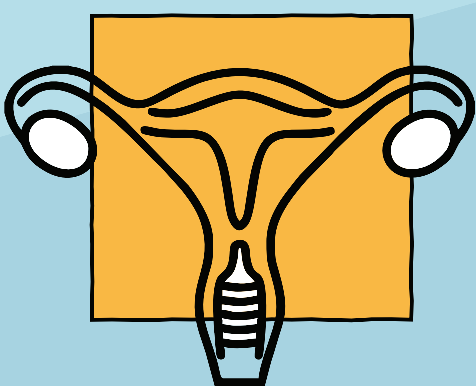
Groundswell

Out of homelessness

NHS

ኣብ ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ ምስታፍ



እዚ ጽሑፍ እዚ ንመን እዩ?

እዚ ጽሑፍ እዚ ኣብ መላእ ለንደን ዝርከባ መንበሪ ንዘይብለን ሰባት ኣብ ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ ብኸመይ ከም ዝሳተፉ ሓበሬታ ይህብ።

እቲ ሓበሬታ ነቶም መንበሪ ዘይብሎም ሰባት ኣገልግሎት ክንክን ጥዕና ንኽረኽቡ ዝድግፉ ወሰንቲ ሰራሕተኛታት ከምኡ ውን/ወይ ኣቕረብቲ ኣገልግሎትን እውን ሓጋዚ ክኸውን ይኽእል።

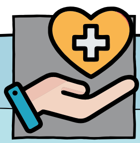
ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ እንታይ እዩ?

እቲ መርመራ ምልክት ሕማም ንዘይብሎም ሰባት እሞኸኣ ንፍሉይ ጉዳይ ጥዕና ዝያዳ ሓደጋ ክህልዎም ንዝኽእሉ ሰባት ንምልላይ ዝሕግዝ መንገዲ እዩ። NHS ዝተፈላለዩ መርመራታት የቕርብ፣ ንሳቶም ድማ **ብናጻ እዮም**።

ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ ኣብ ማህጸንኪ ለውጢታት እንተሃልዩ ዘለሊ እዩ። ናይ ማህጸን ኣፍ መርመራ ልስሉስ ብራሽ ዝጥቀም ኮይኑ እዚ ከኣ ዋህዮታት ኣልዒሉ **HPV (Human Papillomavirus)**ዝበሃል ቫይረስ ንምርግጋጽ ዝሕግዝ እዩ። HPV ኣዝዩ ልሙድ ኮይኑ መብዛሕትኡ ግዜ ዘጨንቕ ነገር የብሉን።

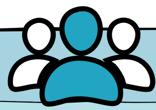
እዚ ቫይረስ እዚ ካብ ዝኾነ ዓይነት ጾታዊ ርክብ ወይ ምስ ካልእ ሰብ ብዝግበር ጾታዊ ምትንኻፍ ክመሓላለፍ ይኽእል።

HPV እንተሃልዩ፣ እቶም ዋህዮታት እንተድኣ ዘይንቡር ክኾኑ ይጅምሩ እንተሃልዮም ንምርኣይክረኣዩ እዩ። እዚ ብናይ ማህጸን መንሸሮ ናይ ምትሓዝ ሓደጋኺ ኣብ ምንካይ ኣገዳሲ መስርሕ እዩ።



ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ ህይወትኪ ከድሕን ይኽእል እዩ።

ኣብ ስሩዕ ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ ብምስታፍ፣ ካብ ብናይ ማህጸን መንሸሮ ዝስዕብ ዝነበረ ሞት ብ83% ምክልኻል ይከኣል።



ካብ ነፍሲ ወከፍ 100 ሰባት ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ ዝገብራ፣ ካብተን 100 ሰባት እተን 4 ጥራይ እየን ንተወሳኺ መርመራ ዝዕደማ።

ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ ንመን ይግበር?

ናብ ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ መደብ (ቀደም 'መርመራ ስሚር' ተባሂሉ ዝጽዋዕ ዝነበረ) ዝግበር መጸዋዕታ ኣብቲ ኣብ ሓፈሻዊ ናይ መጥባሕቲ ሓኪምኪ ዝተመዝገበ ዕድመን ጾታን፣ ከምኡ'ውን ኣብ ክሳድ ማህጸን ምህላውን ዘይምህላውን ይምርኮስ። ክሳድ ማህጸን ዝበሃል እቲ ካብ ርሕምኺ ጀሚሩ ናብ ማህጸንኪ ዝመርሕ ክፋት ኣካል እዩ።

- እንተድኣ ንስኺ cis -gender ውሜን፣ ትራንስ ሜን፣ ወይ ናን-ባይነሪ ውሜን እንተኾይንኪ ከምኡ'ውን ከም ኣብቲ ሓፈሻዊ ሓኪም ጓል ኣንስተይቲ እንተተመዝጊብኪ ናይ ማህጸን ኣፍ መርመራ ንኽትገብሪ መጸዋዕታ ክመጸኪ እዩ።
- እንተድኣ ጾታኣ ዘቐየረት ወዲ ተባዕታይ ኮይንኪ ከምኡ ውን ኣብቲ ሓፈሻዊ ሓኪም ከም ወዲ ተባዕታይ እንተመዝጊብኪ ብኡ ንብኡ እቲ መጸዋዕታ ኣይመጸክን እዩ። ሕጂ'ውን ናይ ክሳድ ማህጸ መርመራ ክግበረልኪ ይግባእ። ነቲ ሓፈሻዊ ናይ መጥባሕቲ ሓኪምኪ ቆጸራ ንክሕዘልኪ ምሕታት ከድልየኪ እዩ።

ካብዘን ዝስዕባ ሰባት እንተኾይንኪ ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ ኣየድልን እዩ፡-

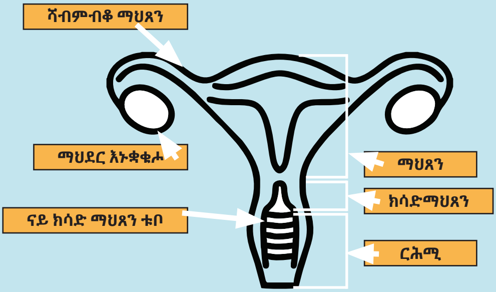
- ኣብ እዋን ልደት ከም ተባዕታይ ዝተመደብኪ ጾታኡ ዝቐየረ ጓል ኣንስተይቲ ወይ ኣብ ክልቲኡ ጾታ ዘይምደብ ሰብ እንትኾይንካ፣ ምኽንያቱ ማህጸን ስለዘይብልካ።
- ኣብ እዋን ልደት ከም ጓል ኣንስተይቲ ዝተመደብኪ ጾታኣ ዝቐየረት ጓል ኣንስተይቲ ወይ ኣብ ክልቲኡ ጾታ ዘይምደብ ሰብ እንትኾይንካ እሞ ኽኣ ማህጸን ንምእላይ ፍጹም ናይ ማህጸን ምቑራጽ እንተተገይሩልካ።

ኩለን ደቂ ኣንስትዮን ማህጸን ዘለወን ሰባትን ኣብ ነፍሲ ወከፍ 3 ዓመት ካብ 25-49 ዓመት ከምእ ውን ኣብ ነፍሲ ወከፍ 5 ዓመት ኣብ መንጎ 50-64 ዓመት ክዕደማ እየን። ቅድሚ 25 ዓመት ምምላእኪ ክሳብ 6 ወርሒ ክትዕደሚ ኢኻ፣ ድሕሪ 64 ዓመት ዕድመኺ ድማ ነቲ መጸዋዕታ ምቕባል ክትቅጽሊ ኢኺ፣ እንተድኣ እቲ ናይ መወዳእታ መርመራኺ ዘይንቡር ኮይኑ ጥራይ።

እቲ መርመራ ናይ ምግባር መጸዋዕታኺ እንተ ኣምሊጡኪ ጸገም የብሉን። ኣብ መንጎ 25 ክሳብ 64 ዓመት እንተሃሊኺ ምስ ሓፈሻዊ ሓኪምኪ ብምዝርራብ ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራኺ ምግባር ትኽእሊ ኢኺ። ኣብ ገለ ከባቢታት ኣገልግሎት ጾታዊ ጥዕናኺ ወይ ኣገልግሎት ሕክምና ብልዕቲ ሽንቲ (GUM) ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ ክህብ ይኽእል። ተወሳኺ ሓበሬታ ንምርካብ ምስ ዝምልከቶም ክሊኒክ ተወከሲ።

ትሕቲ 25 ዓመት እንተኾይንኪ ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ ኣይምከርን።

ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ ብኸመይ ይሰርሕ?



- መብዛሕትኡ ግዜ ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ ብጓል ኣንስተይቲ ነርስ ወይ ሓኪም ይግበር፣ እንተደሊኺ ግን ነቲ ቆጸራ ክትሕዚ ከለኺ ዝመረጽክዮ ጾታ ዘለዎ በዓል ሞያ ጥዕና ምሕታት ትኽእሊ ኢኺ።

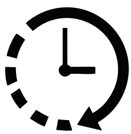
- ነቲ ናይ ታሕተዋይ ክዳንኪ ንኽተውጽኢ ናይ ብሕቲ ቦታ ክህልወኪ እዩ።

- ምስ ተዳለኺ ብርክኺ ብምዕጻፍን ክፉት ብምግባርን ኣብ ዓራት ክትድቅሲ ኢኺ። ንዓኺ ዝሽፍን ጽሩይ ኣንሶላ ክህልወኪ እዩ።

- ቅብኣት ዘለዎ ስፔኩሉም ቀስ ኢሉ ናብ ርሕምኺ ክኣቱ እዩ። እዚ ናይ ምኽፋት መስርሕ እቲ በዓል ሞያ ጥዕና ንማህጸንኪ ምእንቲ ክርኢ ኢዩ። እቲ በዓል ሞያ ክንክን ጥዕና ንማህጸንኪ ብንጹር ንምርኣይ ትኽክለኛ ዓቐን ዘለዎ ስፔኩሉም ክጥቀም እዩ።

- ንእሽቶን ልስሉስን ብራሽ ተጠቒሞም ናሙና ዋህዮታት ክወስዱ እዮም።

- እቲ መርመራ ቅልጡፍን መብዛሕትኡ ግዜ ቃንዛ ዘይብሉን ኮይኑ ግን ንሓጺር ግዜ ዘይምቹእ ክኸውን ይኽእል።

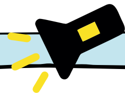


ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ ብኸመይ ይሰርሕ? ዝቐጸለ...

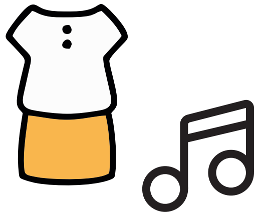
ኣብ እዋን እቲ መስርሕ ዝኾነ ዘይምቑእ ወይ ቃንዛ እንተተሰሚዑኪ ነቲ በዓል ሞያ ጥዕና ከም ዝቕልሎ ምእንቲ ክትገብሪ ነዞም ዝስዕቡ ብምግባር ክሕግዘኪ ምሕታት ትኽእሊ ኢኺ፦

- ንዓኺ ዝያዳ ምቹእ ንኽኸውን ንሓጺር እዋን ደው ምባል።
- ንስኽን ጭዋዳታት ሽምጢኽን ምእንቲ ኽዛነዩ ዝገብር ቀስ ኢልኪን ዓሚቝን ትንፋስ ክትወስዲ ምሕጋዝ።
- ኣብ ጎኒ እቲ ስፔኩሉም ውሑድ ቅብኣት ምውሳኽ።
- ነቲ ስፔኩሉም ባዕልኺ ከተእትውዮ ምፍቃድ

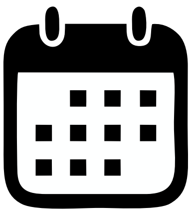
ብሉጻት ምኽርታት



- ናይ ታሕተዋይ ኣካላትኪ ክዳን (ንኣብነት ቀሚስ ወይ ጎና) ብቐሊሉ ንምውጻእ ዝሕግዝ ክዳን ተኸደኒ።

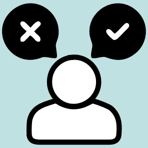


- ኣብ እዋን ቆጸራኺ ከዛንየኪ ዝኽእል ሙዚቃ ክትሰምዒ ፈትኒ።
- ብሕቖኺ ደቂስኪ እንተ ኼንኪ ኣእዳውኪ ብትሕቲ ሕቖኺ ብምእታው ንጎሎኺ ሓፍ ከተብልዮ ትኽእሊ ኢኺ።
- ብሕቖኺ ምድቃስ ዝያዳ ከቢድ እንተኾይኑ ብርክኺ ተዓጺፉ ከሎ ናብ ጸጋማይ ሸነኽ ክትጥወይ ምሕታትኽእሊ ኢኺ።
- ወርሓዊ ጽግያት ኣብ ዘይህልወሉ ግዜ ቆጸራ ምሓዛ ዝበለጸ እዩ።
- ከምኡ'ውን ቅድሚ ወይ ድሕሪ ወርሓዊ ጽግያት ክልተ መዓልታት ቆጸራ ንዘይምሓዝ ፈትኒ (ወርሓዊ ጽግያት እንተዘይብልኪ ኣብ ዝኾነ እዋን ክትሕዚ ትኽእሊ ኢኺ)።



ስለምንታይ ከምኡ ክገብር ይግደድ?

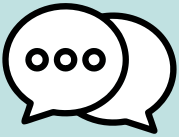
ብዛዕባ ሓደ ጸገም ብኣግኡ ምፍላጥ ማለት፣ ሕክምናዊ ፍወሳ ዝያዳ ውጽኢታዊ ንክኸውን ይገብሮ ማለት እዩ።



ናይ ጥዕና ጸገም ከምዘለካ ምፍላጥ ወይ ናይ ጥዕና ጸገም ናይ ምህላው ዕድል ከም ዘለካ ምፍላጥ፣ ብዛዕባ ጥዕናኻ ዝሓሸ ሓበሬታ ዘለዎ ውሳነታት ክትወስድ ክሕግዘካ ይኽእል።

መርመራ ንምግባርን ንዘይምግባርን ምውሳን ናትካ ውልቃዊ ምርጫን ንስኻ ጥራይ ክትገብሮ እትኽእልን እዩ።

ብዛዕባ ጾታዊ ርክብኪ እንታይ ምኻኑ ወይ ጾታዊ ርክብ ትፍጽሚ ዲኺ ኣይትፍጽምን ዘገድስ ኣይኮነን።



ዝኾነ መዳይ ናይቲ መርመራ ምስ በዓል ሞያ ጥዕና ክትዘራረብን ንዓኻ ዝምጥን ድዩ ኣይኮነ ክትውስንን ትኽእል ኢኻ።

ኣብ ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ ብኸመይ ክሳተፍ ይኽእል?

መርመራ ንምርካብ ኣብ ሓፈሻዊ ናይ መጥባሕቲ ሓኪም ክትምዝገብ ኣለካ። ነዚ ንምግባር፣ ንስኻ ወይ ሓደ እሙን ሰብ ነቲ ናይ ስድራቤት ሓኪም ኣገልግሎት ምዝገባ ቅጥዒ (GMS1) ኣውሪድካ፣ ነዚ ብኢድካ ክትመልኦን፣ ናብ ሓፈሻዊ ናይ መጥባሕቲ ሓኪም ድማ ከተረክቦ ትኽእል ኢኻ፤ https://www.gov.uk/government/publications/gms1

ምዝካር ዘድልዮ ነገር

ኩሉ ሰብ ናይ ጥዕና ክንክን ናይ ምርካብ መሰል ኣለዎ። ኣብቲ ናይ ሓፈሻዊ ሓኪም ንምምዝጋብ መለለዪ መንነት ወይ ፍሉጥ ኣድራሻ ኣየድልየካን እዩ፣ ናይ ኢሚግሬሽን ኩነታትካ ድማ ዘገድስ ኣይኮነን።

እቲ ሓፈሻዊ ሓኪም ናትካ ቅኑዕ ሓበሬታ ክህልዎ ኣገዳሲ እዩ፣ ብፍላይ ድማ ነዞም ዝስዕቡ፦

- **ስምካ**
- **ዕለተ ልደትካ**
- **ጾታኻ**
- **ናይ መራኸቢኻ ዝርዝር ንኣብነት፦ ቁጽሪ ሞባይል ከምኡ ውን ናይ ጥዕና ደብዳቤታትካ ንክለኣኽሉ ዝተሰማማዕካሉ ኣድራሻ፣ ንኣብነት፦ ናይ ክንክን (c/o) ኣድራሻ።**

እቲ ናይ መርመራ መጸዋዕታኺ ናብቲ ንሓኪም መጥባሕቲ ዝሃብክዮ ኣድራሻ ዝለኣኽ ደብዳቦ ኮይኑ ቆጸራ ንኽትሕዚ ዝጠልብ እዩ።

ኣብ ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ ክትዕደሚ እንተዘይደሊኺ ምስቲ ሓፈሻዊ ናይ መጥባሕቲ ሓኪምኪ ተዘራረቢ ወይ ድማ ነቲ ናይ ምውጻእ ናይ ኦንላይን ቅጥዒ ንምምላእ ሓገዝ ሕተቲ፣ https://www.gov.uk/government/publications/opting-out-of-the-nhs-population-screening-programmes/opting-out-of-screening

ቆጸራ እንተሒዝኪ ነቲ ዝመጽእ ቆጸራኺ ንምዝኽኻር ናብቲ ሓፈሻዊ ናይ መጥባሕቲ ሓኪምኪ ኣብ መዝገብ ዝሓዘ ናይ ሞባይል ቁጽሪ ናይ ጽሑፍ መዘኻኸሪ ክለኣኽ እዩ።

ቆጸራይ ምምሕዳር

ኣብቲ መርመራ ንኽትሳተፊ ዝደለኽሉ ጊዜ መሰረት ብምግባር ኣብ ሓፈሻዊ ናይ መጥባሕቲ ሓኪምኪ ወይ ኣገልግሎት ጾታዊ ጥዕና/ክሊኒክ GUM (መርመራ ማህጸን እንተሂቦም) ናይ ቆጸራ ግዜ ሕተቲ (ንኣብነት፡ ንምድቃስ ትሸገሪ እንተኾይንኪ፡ ናይ ንግሆ ቆጸራ ብድሆ ክኸውን ይኽእል እዩ)።

ቆጸራታትኪ ኣብ ዝሓለፈ እዋን ኣጸጋሚ ኮይኑ እንተረኺብካዮ ወይ ድማ ኣዝዩ ስግኣት ዝስምዓኪ እንተኾይኑ ድርብ ቆጸራ ምሕታት ይከኣል ኢዩ።

ቆጸራታት ንምዝካር ትሸገሪ እንተኾይንኪ ነዞም ዝስዕቡ ምግባር ይከኣል፦

- ንመሓዛኺ ወይ ሓጋዚ ሰራሕተኛ ንከዘኻኽረኪ ሕተቲ።
- ኣብ ስልክኺ ኣላርም ወይ መዘኻኸሪ ኣቐምጢ።

ብታህዋኽ ከይትመጺ ምእንቲ ስለ ጉዕዞኺ ኣቐዲምኪ መደብ ኣውጽኢ ከምኡ ውን ግዜ ሃብዮ። ኣብኡ ንምስታፍ ሓገዝ እንተድኣ ኣድልዩኪ ምስ ናይ ከባቢኺ ናይ ደገፍ ኣገልግሎት ወይ ቀንዲ ሰራሕተኛ ተዘራረቢ - ንሳቶም ክሕግዙ ይኽእሉ እዮም።

ንሓደ እትኣምንዮ መሓዛኺ ወይ ሓጋዚ ሰራሕተኛ ኣብቲ ቆጸራ ምሳኺ ንክሳተፍ ወይ ድማ ድሕሪኡ ኣብቲ ዝርርብ ድሉው ንክኸውን ሕተቲ። ጭንቀት እንተተሰሚዑኪ፣ ኣብ ትጽበይሉ እዋን ሓደ ሰብ ከዕልለኪ ከም ዝኽእል ምፍላጥኪ ጽቡቕ መረሳስዒ ክኸውን ይኽእል እዩ።

ናብቲ ናይ ልምምድ ወይ ኣገልግሎት ጾታዊ ጥዕና/ክሊኒክ GUM ብጽሒ እንተድኣ ኣብኡ ቆጸራኺ ኣቐዲምኪ ሓቲትኪ፣ እዚ ከኣ ምስቲ ምድላው ምእንቲ ክትፋለጢ እዩ።

ብዛዕባ ኣገባብ መርመራ ንምዝታይ ጥራይ ምስታ ነርስ ቆጸራ ግበሪ።

እቶም ሰብ ሞያ ጥዕና ዝኾነ እትብልዮ ነገር ብምስጢር ከም ዝሕዝዎ ኣይትረስዒ። ዝኾነ ናይ ኣካላዊ ወይ ኣእምሮኣዊ ጥዕና ብድሆታት ወይ ስንክልና ምክፋል ክሕግዝ ይኽእል እዩ፣ እዚ ከኣ ዝያዳ ምቹእነት ንኽስምዓኪ ምእንቲ ለውጢ ክገብሩ ይሕግዝ፣ ኮይኑ ግን እዚ ናትኪ ምርጫ እዩ።

ንኽትውስን ሓገዝ ንምርካብ

ዝኾነ ናይ ምጽራይ መርመራ 100% ዘተኣማምን ኣይኮነን። ቅድሚ ምስታፍኪ ኣብ ግምት ከተእትውዮ ዘለኪ ረብሓን ጉድኣትን ኣሎ።

- ረኽሲ HPV ወይ ዘይንቡር ዋህዮታት ሓደ ሓደ ግዜ ዘይክፍለጡ ይኽእሉ እዮም።
- ዘይንቡር ዋህዮታት ኣብ መንጎ ናይ ምጽራይ መርመራታት ክምዕብሉን ናብ መንሽሮ ክቕየሩን ይኽእሉ፣ ስሩዕ ናይ ሰለስተ ዓመት ወይ ሓሙሽተ ዓመት መርመራ እንተድኣ ኣምሊጡ።
- ውጽኢት ማህጸን ንቡር ኣብ ዝኾነሉ እዋን ዘይንቡር ዋህዮታት ይርከቡ ክብል ዝኽእል ንእሽቶ ተኽእሎ ኣሎ።
- እቲ መርመራ ዘይንቡር ዋህዮታት እንተዘይረኺቡ፣ እዚ ራኽሲ ከምዘይብልኪ ወይ ኣብ መጻኢ ፈጺሞም ከምዘይምዕብሉ ውሕስነት ኣይህብን እዩ።

ምዝካር ዘድልዮ ነገር

- መርመራ STI’s (ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ረኽስታት) ከም ክላሚድያ፣ ጎኖርያ፣ HIV (ናይ ሰብ ናይ ምክልኻል ዕቅሚ ዘዳኽም ቫይረስ) ከምኡ ውን ፍንጣጣ ምስ ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ **ሓደ ኣይኮነን** ግን ክሕተት እውን ይከኣል።
- HPV ምስ HIV **ሓደ ኣይኮነን**። HPV ኣብ ዝኾነ ሰብ ክርከብ ይኽእል እዩ መብዛሕትኡ ግዜ ድማ ድሕሪ ብዙሕ ግዜ ይጠፍእ እዩ። ይኹን እምበር፣ ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ ነቲ ቫይረስ ንምፍላጥን ዘይንቡር ዋህዮታት ኣቐዲሙ ንምፍታሽን ክሕግዝ ይኽእል።

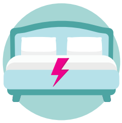
እዚ መምርሕን እቲ ብመደብ መርመራ ማህጸን ዝለኣኽልኪ ናይ መርመራ መጸዋእታትን ነቲ መርመራ ትደልዩ ምኻንክን ዘይምኻንክን ንምውሳን ሓበሬታ ይህቡኺ - **ምርጫኺ እዩ።**

ናብ ሓኪምኪ ክትከዲ ዘድልየኪ መዓስ እዩ

ናይ ክሳድ ማህጸን መንሽሮ ምልክታት፡-

ንዓኺ ዘይተለምደ ካብ ርሕሚ ዝፈስስ ደም – ኣብ እዋን ወይ ድሕሪ ጾታዊ ርክብ፣ ኣብ መንጎ ወርሓዊ ጽግያትኪ ወይ ድሕሪ ወርሓዊ ጽግያት ምፍሳስ ደም ወይ'ውን ካብቲ ልሙድ ዝፈስስ ደም ዝኸበደ ወርሓዊ ጽግያት ምህላው የጠቓልል

ኣብቲ ካብ ርሕምኺ ዝወጽእ ፈሳሲ ለውጢታት ምህላው



ኣብ እዋን ጾታዊ ርክብ ዝስምዓኪ ቃንዛ

ቃንዛ ኣብ ታሕተዋይ ክፋል ሕቖኺ፣ ኣብ መንጎ ኣዕጽምቲ ጎሎ ወይ ኣብ ታሕተዋይ ክፋል ከብድኺ

ካልእ ከም ፋይብሮይድ ወይ ኢንዶሜትሪዮሲስ ዝኣመሰለ ሕማም እንተሃልዩኪ፣ ከምዚኦም ዝኣመሰሉ ምልክታት ብቐጻሊ ክመጹ ይኽእሉ። ካብዞም ለውጥታት እዚኦም ዝኾነ እንተሃልዩኪ ንዝቕጽል ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ ቆጸራኺ ኣይትጸበዪ። ብዝተኻእለ መጠን ቀልጢፍኪ ናብ ሓፈሻዊ ሓኪምኪ ብጽሒ። እቲ ሓፈሻዊ ሓኪምኪ ክምርምረክን ኣድላዪ እንተኾይኑ ናብ ክሊኒክ ማህጸን ክውከሰክን ይኽእል። መብዛሕትኡ ግዜ፣ እዞም ምልክታት እዚኦም መንሽሮ ኣለኪ ማለት ኣይኮኑን። መንሽሮ ከምዘለኪ እንተተረጋጊጹ ግን ብኣግኡ ምፍላጥን ምሕካምን ህይወትኪ ናይ ምድሓን ተኽእሎኺ ዝለዓለ ክኸውን ይኽእል እዩ።

ካልእ ክፈልጦ ዝግበኣኒ ሓበሬታ እንታይ ኣሎ?

- ስምካ፣ ኣድራሻኻ ወይ ቁጽሪ ተሌፎንካ እንተቐይርካ ነቲ ሓፈሻዊ ናይ መጥባሕቲ ሓኪም ኣፍልጦ።
- ኣድራሻኻ ከተመሓይሽ ከለኻ፣ ዝርዝር መራኸቢ ናይቲ ቀንዲ ሰራሕተኛኻ ከም ካልኣይ መራኸቢ ክትህብ ትኽእል ኢኻ።
- ናብ ሓድሽ ቦታ እንተገዕዝካ፣ ኣብ ካልእ ሓፈሻዊ ናይ መጥባሕቲ ሓኪም ክትምዝገብ ትኽእል ኢኻ።
- ፍሉጥ ኣድራሻ እንተዘይብልካ፣ እቶም መዛግብትኻ ምስ ኣድራሻኦም ምእንቲ ከሕድሶ ንናይ መጥባሕቲ ሓኪምካ ክትሓትት ትኽእል ኢኻ።

ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ ንምባር ዝሕግዝ ቀሊል ንባብ መምርሒ እቲ

56 Dean Street ኣብ ሶሆ ዝርከብ ናይ ጾታዊ ጥዕና ክሊኒክ ኮይኑ፣ ረኽስታት ኣብ ምንካይን ኣብ መንጎ LGBTQI+ ማሕበረሰብ ጾታዊ ሂወት ጽቡቕ ንክኾን ኣብ ምድንፋዕን ዝነጥፍ ፍሉይ ሞያ ዘለዎ እዩ። ዕድመኺ 25+ ዓመት ኮይንኪ ማህጸን እንተሃልዩኪ ኣብቲ ናይ ሰሉስ ምሸት ክሊኒኮም ናይ ማህጸን ኣፍ መርመራ **ብናጻ** ቆጸራ ክትሓቲ ትኽእሊ ኢኺ ብስልኪ ቁጽሪ **020 3315 5656**።

እቲ My Body Back Project ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ፣ ክንክን መከላኸሊ ጥንሲ፣ መርመራ STI ከምኡ'ውን ንጾታዊ ዓመጽ ዘጋጠሞም ሰባት ናይ ወሊድ ክንክን የቕርብ።

ከም ዓባይ መንእሰይ መጠን ዝኾነ ዓይነት ክንክን ጥዕና ንኽገበር ኣይተተባባዕኩን፣ ኣብ ሓፈሻዊ ሓኪም እውን ኣይተመዝገብኩን። ይኹን እምበር፣ 25 ዓመት ኣብ ዝመልኣኹሉ እዋን ንገዛእ ርእሰይ ምሕካም ዘይክእል እኳ እንተ ነበርኩ፣ ደጋፊ ክራኸበሉ ኣብ ዝኽእል ምሕዝነት እየ ነይረ። ንነብሰይ ሓልዮትን ዋጋን እኳ እንተዘይነበረኒ፣ ኣብቲ እዋን እቲ ናይ መጀመርታ ናይ ክሳድ ማህጸን መርመራ ዝተሳተፍኩሉ ምኽንያት እቲ መጻምድተይ እዩ። 'ካብ ናይ ዓመታት ሕክምና መንሸሮ ምግባር ኣብ ሓፈሻዊ ሓኪም ን 5 ደቓይቕ ምጽናሕ ይሓይሽ፣ ክገድፎ ዶ ካብኡ ነቲ ዝኾነ ዘይንቡር ነገር ኣብ ንእሽቶ ደረጃ እንከሎ ንኽይርከብ ኣብ ሓደጋ ከእትዎ' ከም ዝበለትኒ እዝክር። ዘይምቹእ መርመራ ኮይኑ'ኳ እንተረኸክዎ ነቲ መርመራ ግን ኣየቋረጽኩን። ንዓይ ድልዱል ዝኾነ ናይ ደገፍ መርበብ ምርካብ ንክንክን ጥዕና ኣገዳሲ እዩ።

ኣሽሊ (Ashleigh) ጓል 30 ዓመት – ኣብ ሃሪንጊ (Haringey) ትነብር።

ብዛዕባ ናይ ማህጸን ኣፍ መርመራ ዝያዳ ሓበሬታ ንምርካብ ነቲ QR ኮድ ስካን ግበሪ

ኣፍልጦ ምሃብ

እዚ ወረቐት ብግራውንድስዌል (Groundswell) ዝተዳለወ ኮይኑ ምስዞም ዝስዕቡ ብምትሕብባር እዩ፦ ማሕበር መንሽሮ ማእከላይ ሰሜን ለንደን (North Central London Cancer Alliance)፣ ናይ RM ተሓባባሪ ዝኾነ ማሕበር መንሽሮ ሰሜናዊ ምዕራብን ደቡባዊ ምዕራብን ለንደን (North West and South West London Cancer Alliance)፣ ማሕበር መንሽሮ ሰሜናዊ ምብራቕ ለንደን (North East London Cancer Alliance)፣ ማሕበር መንሽሮ ደቡባዊ ምብራቕ ለንደን (South East London Cancer Alliance) ከምኡ ውን NHS England (ክልል ለንደን) ናይ መንሽሮ መርመራ ኮሚሽን ጉጅለ።

ዋንነት ስእሊ
ገጽ 3፡ https://www.gov.uk/government/publications/cervical-screening-easy-read-guide

www.groundswell.org.uk
@ItsGroundswell

ናይ Groundswell ምዝጉብ ገባሪ ሰናይ ቁጽሪ 1089987

ዝተሓትመሉ ሓምለ 2024 / ዕለት ገምጋም፡ ሓምለ 2025