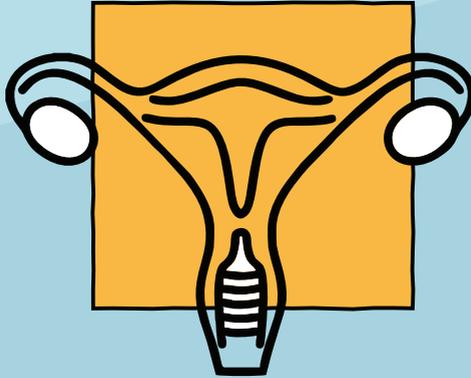


المشاركة في فحص التحري  
لعنق الرحم



## من الأشخاص الذين تستهدفهم هذه النشرة؟



توفر هذه النشرة معلومات للأشخاص الذين يعانون من التشرد في جميع أنحاء لندن حول كيفية المشاركة في فحص التحري لعنق الرحم.

قد تكون المعلومات مفيدة أيضًا لكبار الأخصائيين و/أو مقدمي الخدمات الذين يدعمون الأشخاص الذين يعانون من التشرد للوصول إلى خدمات الرعاية الصحية.

## ما هو فحص التحري لعنق الرحم؟

يُعد الفحص الأولي وسيلةً لتحديد الأشخاص الذين ليس لديهم أعراض والذين قد يكون لديهم خطر متزايد للإصابة بمشكلة صحية معينة. تقدم هيئة الخدمات الصحية الوطنية (NHS) مجموعة من اختبارات الفحص الأولي دون أي تكلفة.

يبحث فحص التحري لعنق الرحم عن أي تغيرات مبكرة قد تشير إلى وجود مشكلة في عنق الرحم. يستخدم فحص التحري لعنق الرحم فرشاة ناعمة لتلتقط الخلايا للتحقق من وجود فيروس يسمى **HPV (فيروس الورم الحليمي البشري)**. فيروس الورم الحليمي البشري شائع جدًا ولا داعي للقلق في الغالب.

يمكن التعرض للإصابة بهذا الفيروس نتيجة أي نوع من الممارسة الجنسية أو التواصل الجنسي مع شخص آخر.

في حالة وجود فيروس الورم الحليمي البشري، سيتم فحص الخلايا لمعرفة ما إذا كانت قد بدأت تصبح خلايا غير طبيعية. هذه عملية مهمة لتقليل خطر الإصابة بسرطان عنق الرحم.



من بين كل 100 سيدة خضعن لفحص عنق الرحم، سيتم دعوة 4 فقط من أصل كل 100 سيدة لإجراء المزيد من الاختبارات.



يمكن الوقاية من 83% من وفيات سرطان عنق الرحم من خلال إجراء فحص عنق الرحم بانتظام.



يمكن أن ينقذ فحص عنق الرحم حياتك.

## من الأشخاص المستهدفين بفحص التحري لعنق الرحم؟

ستعتمد دعوتك لبرنامج فحص التحري لعنق الرحم (المعروف سابقًا باسم "اختبار المسحة") على عمرك وجنسك المسجلين في عيادة الطبيب العام، وما إذا كان لديك عنق رحم أم لا. عنق الرحم هو فتحة الرحم الواصلة من المهبل.

- إذا كنتِ امرأة متطابقة الجنس أي تتطابق هويتك الجنسية مع جنسك وقت ولادتك، أو كنتِ رجلاً متحولاً جنسياً، أو أنثى خارج التصنيف الثنائي للجنس تم تحديدها إنها أنثى عند الولادة، وكنتِ مسجلة لدى الطبيب العام كأنثى، فستتلقين دعوات لإجراء فحص التحري لعنق الرحم.
- إذا كنتِ رجلاً متحولاً مسجلاً لدى الطبيب العام كذكر، فلن تتلقى الدعوات بشكل أوتوماتيكي. لا يزال ينبغي أن تخضع لفحص التحري لعنق الرحم. سوف تحتاج إلى أن تطلب من طبيبك العام تحديد موعد.

لا تحتاجين إلى فحص عنق الرحم في الحالات التالية:

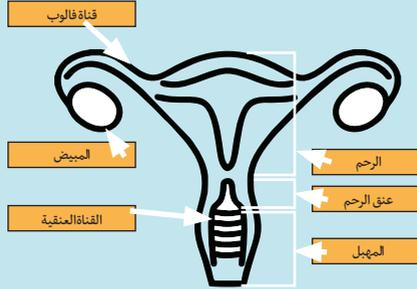
- إذا كنتِ امرأة متحوّلة جنسياً أو شخصاً خارج التصنيف الثنائي للجنس تم تعيين نوعك أنكِ ذكر عند الولادة، حيث لا يوجد لديك عنق رحم.
- تم تحديد نوعكِ كأنثى عند الولادة، أو رجل متحول أو خارج التصنيف الثنائي للجنس، وكنتِ قد خضعت لعملية استئصال الرحم بالكامل لإزالة عنق الرحم.

ستتم دعوة جميع النساء والأشخاص الذين لديهم عنق رحم كل 3 سنوات للاتي تتراوح أعمارهن بين 25 و49 سنة وكل 5 سنوات للاتي تتراوح أعمارهن بين 50 و64 سنة. ستتم دعوتك لمدة تصل إلى 6 أشهر قبل أن تبغين 25 عامًا، ولن تستمري في تلقي الدعوات بعد سن 64 عامًا إلا إذا كان الاختبار الأخير نتيجته غير طبيعية.

لا يهم إن فانتكِ دعواتكِ المتعلقة بفحص التحري لعنق الرحم. إذا كان عمرك بين 25 و64 عامًا، فيمكنك التحدث إلى طبيبك الممارس العام "GP" لإجراء فحص عنق الرحم. في بعض المناطق، قد توفر خدمات الصحة الجنسية أو خدمات طب الجهاز البولي التناسلي (GUM) فحص التحري لعنق الرحم. اتصلي بالعيادة الملائمة للحصول على مزيد من المعلومات.

لا يُنصح بإجراء فحص التحري لعنق الرحم إذا كان عمرك أقل من 25 عامًا.

## كيف يتم تنفيذ فحص التحري لعنق الرحم؟



- عادةً ما يتم إجراء فحص التحري لعنق الرحم بواسطة ممرضة أو طبيبة، ولكن يمكنك طلب أخصائي صحي محدد حسب الجنس إذا كنت تفضلين ذلك عند حجز موعدك.
- سيكون لديك مساحة خاصة لخلع ملابسك من الخصر إلى الأسفل.
- عندما تكونين مستعدة، ستستلقين على السرير مع ثني ركبتيك والمباعدة فيما بينهما. ستحصلين على ملاء نظيفة لتغطيتك.



- سيتم وضع منظار مع مواد مزلقة بلطف في المهبل. يعمل على فتح المهبل حتى يتمكن أخصائي الصحة من رؤية عنق الرحم. سيستخدم أخصائي الرعاية الصحية منظارًا بالحجم المناسب لك لرؤية عنق الرحم بوضوح.



- سوف يستخدم فرشاة صغيرة ناعمة لأخذ عينة من الخلايا.



- يكون الفحص سريعًا وغير مؤلم عادةً، ولكنه قد يكون غير مريح لفترة قصيرة من الوقت.

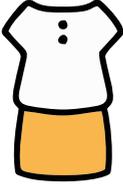
## كيف يتم إجراء فحص التحري لعنق الرحم؟ يتبع...

إذا شعرتي بأي إزعاج أو ألم أثناء إجراء الفحص، فيمكنك أن تطلبي من أخصائي الصحة مساعدتكِ على نيل بعض الراحة من خلال:

- التوقف مؤقتًا للحظة حتى تشعرين براحة أكثر.
- مساعدتكِ على أخذ أنفاس عميقة وبطيئة لمساعدتكِ ولجعل عضلات الحوض تسترخي.
- وضع كمية صغيرة من مادة التزليق على جانب المنظار.
- السماح لكِ أن تدخل المنظار بنفسكِ



### نصائح هامة



- ارتدي الملابس التي تسهل خلع الملابس السفلية والملابس الداخلية (مثل التنورة أو الفستان).
- استمعي إلى الموسيقى أثناء موعدك لمساعدتكِ على الاسترخاء.
- إذا كنتِ مستلقية على ظهرك، يمكنكِ إمالة الوركين عن طريق وضع يديك تحت مؤخرتكِ.
- يمكنكِ أن تطلبي الاستلقاء على جانبك الأيسر مع ثني ركبتيك إذا كان الاستلقاء على ظهرك أصعب بالنسبة لكِ.
- من الأفضل حجز موعد في وقت لا تكونين فيه في وقت نزول الدورة الشهرية.
- حاولي أيضًا تجنب اليومين السابقين أو التاليين لنزول دم الحيض (إذا لم تكن لديكِ دورة شهرية، يمكنكِ الحجز في أي وقت).



## لماذا ينبغي أن أفعل ذلك؟



إن اكتشاف المشكلة مبكرًا قد يعني أن العلاج يصبح أكثر فعالية.

إن اكتشاف أنك تعاني من مشكلة صحية ما، أو زيادة احتمال حدوث مشكلة صحية، يمكن أن يساعدك على اتخاذ قرارات مدروسة بشكل أفضل بشأن صحتك.



إن اتخاذ القرار بشأن إجراء اختبار الفحص الأولي أم لا هو خيار شخصي ولا يمكن لأي شخص سواك القيام به.

لا يهم ما هي حياتك الجنسية أو ما إذا كنت تنخرطين في ممارسات جنسية أم لا.

يمكنك مناقشة أي جانب من جوانب اختبار الفحص الأولي مع أحد أخصائيي الصحة وتحديد ما إذا كان مناسبًا لك أم لا.



# كيف يمكنني المشاركة في فحص التحري لعنق الرحم؟

يجب أن تكوني مسجلة لدى طبيب عام لتتمكني من إجراء الفحص. للقيام بذلك، يمكنك أنت أو أي شخص تثقين به تنزيل نموذج تسجيل خدمات طبيب الأسرة (GMS1)، وملء هذا النموذج يدويًا، وتسليمه إلى عيادة الطبيب العام:

<https://www.gov.uk/government/publications/gms1>



## تذكري

لكل شخص الحق في الحصول على الرعاية الصحية. لا تحتاجين إلى بطاقة هوية أو عنوان ثابت للتسجيل لدى الطبيب العام ولا يهم وضعك القانوني فيما يتعلق بالهجرة.

من المهم أن يكون لدى الطبيب العام معلومات دقيقة بخصوصك أنت، وهي على وجه التحديد:

- اسمك
- تاريخ ميلادك
- جنسك
- تفاصيل الاتصال الخاصة بك على سبيل المثال. رقم الجوال والعنوان المتفق عليه لإرسال رسائلك الصحية إليه، على سبيل المثال؛ عنوان موجه إلى شخص بديل يتولى الأمر (C/O)

سيتم إرسال رسالة بها دعوة إليك من أجل الفحص الأولي إلى العنوان الذي تقدمينه لعيادة طبيب الممارس العام وسيطلب منك حجز موعد.



إذا كنت لا ترغبين في أن تتم دعوتك لإجراء فحص التحري لعنق الرحم، فاتصلي بعيادة طبيبك العام أو اطلبي المساعدة لملء نموذج إلغاء الاشتراك عبر الإنترنت:

<https://www.gov.uk/government/publications/opting-out-of-the-nhs-population-screening-programmes/opting-out-of-screening>



إذا كنت قد حجزتي موعدًا، فسيتم إرسال رسالة تذكير نصية إلى رقم الهاتف الجوال المسجل لدى عيادة الطبيب العام المتابع لحالتك الصحية لتذكيرك بموعدك القادم.

## إدارة مواعيدي



اطلبي تحديد موعد في عيادة الطبيب العام أو خدمة الصحة الجنسية/ عيادة الأمراض التناسلية والبولية "GUM" (إذا كانوا يقدمون فحص التحري لعنق الرحم) بناءً على الوقت الذي يمكنك فيه الحضور (على سبيل المثال، إذا كنت تواجهين صعوبة في النوم، فقد يمثل تحديد موعد في الصباح الباكر تحديًا).

إذا وجدت مواعيدك صعبة في الماضي، أو كنت تشعرين بالتوتر الشديد، فيمكنك طلب موعد مزدوج.

إذا كنت تواجهين صعوبة في تذكر المواعيد، فيمكنك القيام بما يلي:

- تطلبي من صديق أو موظف دعم أن يُذكرك.
- تضبطي المنبه أو ميزة التذكير على هاتفك.

خطط لمسار سيرك مسبقًا وخصصي وقتًا حتى لا تشعرين بالاندفاع والاستعجال. تحدثي إلى خدمة الدعم المحلية أو الأخصائي الأساسي إذا كنت بحاجة إلى مساعدة من أجل حضور المواعيد - فقد يكون بمقدورهم المساعدة.



تطلبي من صديقي تثقين به أو أحد موظفي الدعم حضور الموعد معك أو أن يكون متاحًا للدردشة بعد الموعد. إذا كنت تشعرين بالقلق، فقد يكون من الجيد الإهاؤك بمعرفة أن شخصًا ما يمكنه التحدث معك أثناء الانتظار.

زوري العيادة أو خدمة الصحة الجنسية/عيادة GUM إذا كنت قد حجزتي موعدك هناك مسبقًا حتى تكونين على دراية بالبيئة هناك.

احجزتي موعدًا مع الممرضة بحيث يقتصر على مناقشة إجراء الفحص الأولي.

تذكر أن المتخصصين في مجال الصحة يحافظون على سرية أي شيء تقولينه. قد يكون من المفيد الإفصاح عن أي تحديات أو إعاقات تتعلق بالصحة البدنية أو النفسية حتى يتمكنوا من إجراء تغييرات، لتجعلك تشعرين بمزيد من الراحة، ولكن هذا هو اختيارك.

## مساعدتك في اتخاذ القرار

لا يوجد فحص أولي يمكن الاعتماد عليه بنسبة 100%. هناك إيجابيات وسلبيات يجب مراعاتها قبل المشاركة في الفحص.

- في بعض الأحيان يمكن تفويت عدوى فيروس الورم الحليمي البشري "HPV" أو الخلايا غير الطبيعية.
- يمكن أن تتطور الخلايا غير الطبيعية وتتحول إلى سرطان بين اختبارات الفحص، إذا تم تفويت الفحص المنتظم كل ثلاث سنوات أو خمس سنوات.
- هناك احتمال ضئيل أن تشير النتيجة إلى وجود خلايا غير طبيعية عندما يكون عنق الرحم طبيعيًا.
- إذا لم يجد الفحص خلايا غير طبيعية، فهذا لا يضمن عدم وجودها لديك، أو أنها لن تتطور أبدًا في المستقبل.

## تذكري

- لا يُعد فحص الأمراض المنقولة جنسيًا (STI) مثل الكلاميديا والسيلان وفيروس نقص المناعة البشرية (فيروس نقص المناعة البشرية) والزهري هو نفسه فحص التحري لعنق الرحم ولكن يمكن طلبه أيضًا.
- فيروس الورم الحليمي البشري ليس هو نفسه فيروس نقص المناعة البشرية. يمكن العثور على فيروس الورم الحليمي البشري لدى أي شخص وعادةً ما يختفي مع مرور الوقت. ومع ذلك، يمكن أن يساعد فحص التحري لعنق الرحم في اكتشاف الفيروس والتحقق من وجود خلايا غير طبيعية في وقت مبكر.

يقدم لك هذا الدليل التوجيهي والدعوات التي يرسلها لك برنامج فحص التحري لعنق الرحم معلومات لتقرر ما إذا كنت تريدين أم لا تريدين الخضوع لهذا الفحص الأولي - فهذا هو اختيارك.

## متى يجب عليك الذهاب لرؤية طبيبك

تشمل أعراض سرطان عنق الرحم ما يلي:

نزيف مهبطي غير معتاد بالنسبة لك - بما في ذلك نزول دم أثناء أو بعد ممارسة الجنس، أو بين فترات الدورة الشهرية أو بعد انقطاع الطمث، أو وجود دورات شهرية أكثر غزارة من المعتاد



تغيرات في إفرازاتك المهبلية



ألم أثناء الجماع



ألم في أسفل ظهرك، بين عظام الورك (الحوض)، أو في أسفل بطنك



إذا كنت تعاني من حالة أخرى مثل الأورام الليفية أو التهاب بطانة الرحم، فقد تظهر عليك أعراض مثل هذه بانتظام. إذا كان لديك أي من هذه التغيرات، فلا تنتظري الموعد التالي لفحص التحري لعنق الرحم. راجعي طبيبك العام بأسرع ما يمكن. يمكن لطبيبك العام أن يفحصك ويحيلك إلى عيادة أمراض النساء إذا لزم الأمر. هذه الأعراض عادة لا تعني أنك مصابة بالسرطان. ولكن إذا تم اكتشاف إصابتك بالسرطان، فإن تشخيصه وعلاجه مبكراً قد يعني أنك لديك فرصة أكبر للنجاة.

## ما المعلومات الأخرى التي أحتاج إلى معرفتها؟



- ✓ إذا قمت بتغيير اسمك أو عنوانك أو رقم هاتفك، فأخبر طبيبك العام بذلك.
- ✓ عند تحديث عنوانك، يمكنك تقديم تفاصيل الاتصال الخاصة بالأخصائي الأساسي المعني بمتابعة حالتك كشخص ثانٍ يمكن الاتصال به.
- ✓ إذا انتقلت إلى مكان جديد، فيمكنك التسجيل لدى طبيب عام مختلف.
- ✓ إذا لم يكن لديك عنوان ثابت، فيمكنك أن تطالب من طبيبك العام تحديث سجلاتك باستخدام عناوينهم.

### [دليل سهل القراءة إلى فحص التحري لعنق الرحم](#)

[56 Dean Street](#) هي عيادة للصحة الجنسية في سوهو، وهي متخصصة في الحد من العدوى وتعزيز سلامة الصحة الجنسية بين مجتمع المثليات والمثليون ومزدوجو الميل الجنسي ومغايرو الهوية الجنسية وأحرار الهوية الجنسية وحاملو صفات الجنسين (LGBTQI+). إذا كان عمرك 25 عامًا أو أكثر ولديك عنق رحم، فيمكنك الحجز مسبقًا ومجانيًا لمعدًا لفحص التحري لعنق الرحم في عيادتهم مساء أيام الثلاثاء من خلال الاتصال على الرقم **020 3315 5656**.

[يقدم مشروع My Body Back](#) فحص التحري لعنق الرحم، ورعاية وسائل منع الحمل، واختبار الأمراض المنقولة جنسيًا، ورعاية الأمومة للأشخاص الذين تعرضوا للعنف الجنسي.



كفتاة بالغة، لم يتم تشجيعي على طلب أي رعاية صحية، ولم أسجل نفسي لدى أي طبيب عام. ومع ذلك، عندما بلغت 25 عامًا، على الرغم من علاقتي غير الصحية مع التداوي الذاتي، كنت في علاقة مفعمة بالدعم. كانت شريكتي في ذلك الوقت هو السبب وراء مشاركتي في أول فحص لعنق الرحم على الرغم من افتقاري إلى الرعاية الذاتية والشعور بالقيمة. أتذكر أنها قالت لي: "5 دقائق في عيادة الطبيب العام أفضل من سنوات من علاج السرطان إذا قمت بتأجيله والمخاطرة بعدم اكتشاف أي تشوهات في مرحلة مبكرة". على الرغم من أنني أجده فحسًا غير مريح، إلا أنني لم أفوت أي فحص. بالنسبة لي، تُعد شبكة الدعم القوية أمرًا مهمًا للوصول إلى خدمات الرعاية الصحية.

أشلي، 30 سنة - هارينجي.



امسحي رمز الاستجابة السريعة QR مسحًا ضوئيًا لمزيدٍ من المعلومات حول فحص التحري لعنق الرحم.

### شكر وتقدير

تم إعداد هذه النشرة بالتعاون بين شركة Groundswell وتحالف شمال وسط لندن لعلاج السرطان، وتحالف RM Partners بشمال غرب وجنوب غرب لندن لعلاج السرطان، وتحالف شمال شرق لندن لعلاج السرطان، وتحالف جنوب شرق لندن لعلاج السرطان، وفريق التشغيل التجريبي للفحص الأولي للكشف عن سرطان الأمعاء التابع للهيئة الوطنية للخدمات الصحية "NHS" في إنجلترا (منطقة لندن).

بيانات حائز حقوق الملكية الفكرية للصورة:

صفحة 3: <https://www.gov.uk/government/publications/cervical-screening-easy-read-guide>

[www.groundswell.org.uk](http://www.groundswell.org.uk)

@ItsGroundswell 

رقم الجمعية الخيرية Groundswell المسجلة تحت رقم 1089987

نُشر في يوليو 2024 / تاريخ المراجعة: يوليو 2025