

ஆரோக்கியமாக இருப்போம்.

கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் (Cervical Cancer)



ஆரோக்கியமான வாழ்க்கைக்கான மருத்துவ
நிபுணர்களின் பரிந்துரைகள்.

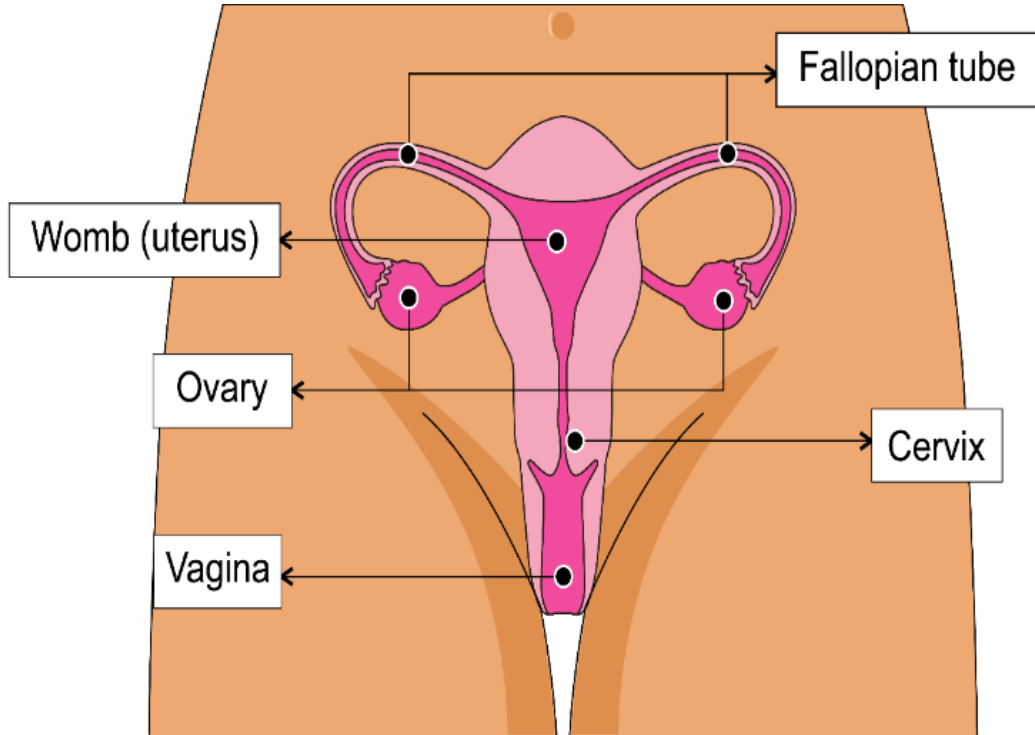
இந்த சிறப்பு வெளியீடு உங்கள் ஆரோக்கியத்தை
மேம்படுத்துவதற்காக உலகம் முழுவதிலுமிருந்து 100
மருத்துவர்களால் தொகுக்கப்பட்டது.

கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய்

கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் என்றால் என்ன?

கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் என்பது கருப்பை வாயில் உள்ள செல்கள் கட்டுப்பாட்டை மீறி வளரும் ஒரு நோயாகும். கருப்பை வாய் பிறப்புறுப்பை (பிறப்பு கால்வாய்) கருப்பையின் மேல் பகுதியுடன் இணைக்கிறது (படம் 2.1). கர்ப்ப காலத்தில் குழந்தை வளரும் இடம் கருப்பை. கருப்பை வாய் உள்ள எந்தவொரு பெண்ணுக்கும் கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் ஏற்படும் அபாயம் உள்ளது.

இது பெரும்பாலும் 30 வயதுக்கு மேற்பட்ட பெண்களில் ஏற்படுகிறது. சில வகையான மனித பாப்பிலோமா வைரஸ் (HPV) உடன் தொடர்ச்சியான (நீண்டகால) தொற்று கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய்க்கான முக்கிய காரணமாகும். HPV என்பது ஒரு பொதுவான வைரஸ் ஆகும், இது உடலுறவின் போது ஒருவரிடமிருந்து இன்னொருவருக்கு பரவுகிறது. பாலியல் ரீதியாக சுறுசுறுப்பானவர்களில் குறைந்தது பாதி பேர் தங்கள் வாழ்க்கையின் ஒரு கட்டத்தில் HPV நோயால் பாதிக்கப்படுவார்கள், ஆனால் சிலருக்கு மட்டுமே கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் வரும்.



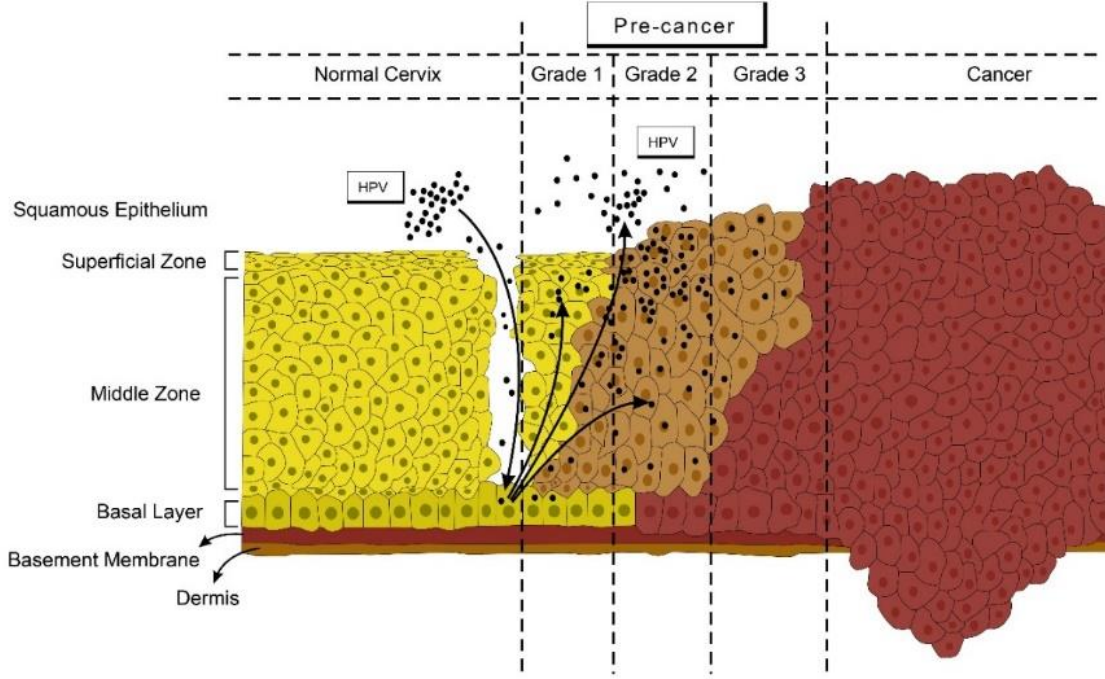
படம் 2.1: பெண் இனப்பெருக்க உறுப்புகளின் அமைப்பு

கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய்க்கான வழிமுறை (நோய் இயற்பியல்)

கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோயின் நோய்க்குறியியல், சாதாரண கர்ப்பப்பை வாய் எபிதீலியல் செல்களை வீரியம் மிக்க செல்களாக படிப்படியாக மாற்றுவதை உள்ளடக்கியது, இது அதிக ஆபத்துள்ள மனித பாப்பிலோமா வைரஸ் (HPV) வகைகளுடன் தொடர்ச்சியான தொற்றுநோயால் தூண்டப்படுகிறது.

மனித புற்றுநோய்களில் 15% க்கு பல வைரஸ்கள் காரணமாகின்றன, மேலும் மனித பாப்பிலோமா வைரஸ் அவற்றில் ஒன்று. 100 க்கும் மேற்பட்ட வகையான மனித பாப்பிலோமா வைரஸ் வகைகள் உள்ளன. ஆனால் அவற்றில் 15 மட்டுமே மனிதர்களில் புற்றுநோயை ஏற்படுத்தக்கூடும், மேலும் அவை அதிக ஆபத்துள்ள மனித பாப்பிலோமா வைரஸ் (சுருக்கமாக HPV) என்று அழைக்கப்படுகின்றன. கருப்பை வாய் HPV தொற்றுக்கு ஆளாகக்கூடியது. HPV சிராய்ப்புகள் மூலம் கர்ப்பப்பை வாய் தோலின் (எபிதீலியம்) கீழ் (அடித்தள) செல் அடுக்கை பாதிக்கிறது (படம் 2.2). பெரும்பாலான சந்தர்ப்பங்களில், நோயெதிர்ப்பு அமைப்பு 1-2 ஆண்டுகளுக்குள் HPV தொற்றை அழிக்கிறது. 10 பெண்களில் 1 பேர் தொடர்ச்சியான HPV தொற்று என்று அழைக்கப்படும் இந்த HPV தொற்றை அழிக்க முடியாது. தொடர்ச்சியான தொற்றுகளில், HPV DNA ஹோஸ்ட் டிஎன்ஏவில் (மரபணு) ஒருங்கிணைக்க முடியும். இது கர்ப்பப்பை வாய் செல்களின் 'பாதுகாவலர்களை' சீர்குலைப்பதன் மூலம் புற்றுநோய்க்கு முந்தைய செல்களை ஏற்படுத்தும் இரண்டு முக்கிய வைரஸ் மரபணுக்களின் அதிகப்படியான வெளிப்பாட்டிற்கு வழிவகுக்கிறது. இது ஒரு சிக்கலான வழிமுறையாகும், இது கட்டுப்பாடற்ற செல் பெருக்கம் மற்றும் புற்றுநோய்க்கு முந்தைய மரபணு மாற்றங்களின் குவிப்பு ஆகியவற்றால் வகைப்படுத்தப்படுகிறது. புற்றுநோய்க்கு முந்தைய சிகிச்சை அளிக்கப்படாவிட்டால், அது சுமார் 10 ஆண்டுகளில் புற்றுநோயாக வளரும். அசாதாரண செல்கள் சாதாரண கர்ப்பப்பை வாய் திசுக்களிலிருந்து அடித்தள சவ்வு எனப்படும் கடினமான சவ்வு மூலம் பிரிக்கப்படுவதால், புற்றுநோய்க்கு முந்தைய நிலை மற்ற உறுப்புகளுக்கு பரவுவதில்லை (படம் 2.2). புற்றுநோய் செல்கள் அடித்தள சவ்வு வழியாக வளர முடிந்தால், அது புற்றுநோய் என்று அழைக்கப்படுகிறது, பின்னர் அது வேகமாக வளர்ந்து யோனி, கருப்பை, சிறுநீர்ப்பை அல்லது மலக்குடல் போன்ற அருகிலுள்ள கட்டமைப்புகளுக்கு அல்லது பின்னர் நுரையீரல், கல்லீரல் அல்லது

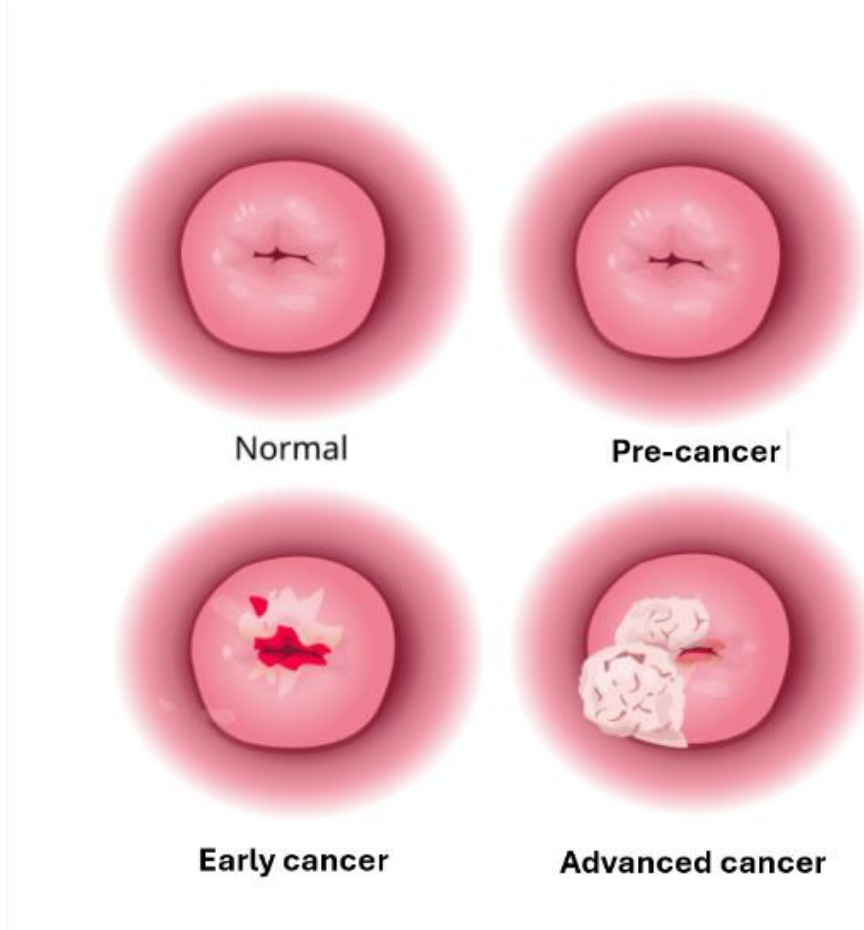
எலும்புகள் போன்ற இரத்த ஓட்டம் வழியாக தொலைதூர உறுப்புகளுக்கு பரவுகிறது.



படம் 2.2: கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய்க்கு முந்தைய மற்றும் புற்றுநோயின் நுண்ணிய அம்சங்கள்

அறிகுறிகள்

- ஆரம்ப கட்டங்களில், கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் அறிகுறிகளையும் ஏற்படுத்தாமல் இருக்கலாம் (படம் 2.3). மேம்பட்ட கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய், உடலுறவுக்குப் பிறகு இரத்தப்போக்கு போன்ற, உங்களுக்கு இயல்பானதல்லாத யோனியிலிருந்து இரத்தப்போக்கு அல்லது வெளியேற்றத்தை ஏற்படுத்தக்கூடும்.
- இந்த அறிகுறிகளில் ஏதேனும் இருந்தால், உங்கள் மருத்துவரைச் சந்திக்கவும். அவை புற்றுநோயைத் தவிர வேறு ஏதாவது காரணத்தால் ஏற்படலாம், ஆனால் அதை அறிந்து கொள்வதற்கான ஒரே வழி உங்கள் மருத்துவரைச் சந்திப்பதுதான்.



படம் 2.3: சாதாரண கருப்பை வாய், புற்று நோய்க்கு முந்தைய நிலை மற்றும் புற்றுநோய் ஆகியவற்றின் தோற்றம் வெறும் கண்களுக்கு தெரியும் வகையில்.

நோய் கண்டறிதல்

கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோயைக் கண்டறிவதற்கு முன்பு பொதுவாக கர்ப்பப்பை வாய்ப் பரிசோதனை செய்யப்படுகிறது. கருப்பை வாய்ப் பரிசோதனையின் முக்கிய நோக்கம், தொடர்ச்சியான, அதிக ஆபத்துள்ள HPV தொற்று அல்லது அதன் விளைவு புற்றுநோய்க்கு முந்தையதாக இருப்பதைக் கண்டறிவதாகும். HPVயைக் கண்டறிவது கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோயைத் தவறவிடுவதை அரிதாகவே குறிக்கிறது. கண்டறியப்பட்டால், முன் புற்றுநோய்க்கு வெற்றிகரமாக சிகிச்சையளிக்க முடியும்.

அசாதாரண ஸ்கிரீனிங் சோதனை உள்ள பெண்கள் பின்னர் கோல்போஸ்கோபி எனப்படும் கருப்பை வாயின் முழுமையான பரிசோதனையை மேற்கொள்ள அறிவுறுத்தப்படுவார்கள். புற்றுநோய்க்கு முந்தைய அல்லது புற்றுநோய் இருப்பதை

உறுதிப்படுத்த கருப்பை வாயின் பயாப்ஸி (ஒரு சிறிய திசு மாதிரியின் சேகரிப்பு) அதே நேரத்தில் செய்யப்படலாம். பயாப்ஸி மூலம் புற்றுநோய் உறுதிப்படுத்தப்பட்டவுடன், புற்றுநோயின் அளவை மதிப்பிடுவதற்கு இரத்த பரிசோதனைகள் மற்றும் ஸ்கேன்கள் (CT/ MRI/ PET) போன்ற கூடுதல் சோதனைகள் பயன்படுத்தப்படலாம்.

சிகிச்சை

கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் ஆரம்பத்தில் கண்டறியப்பட்டால், அது மிகவும் சிகிச்சையளிக்கக்கூடியது மற்றும் நீண்ட உயிர்வாழ்வு மற்றும் நல்ல வாழ்க்கைத் தரத்துடன் தொடர்புடையது.

கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் பல வழிகளில் சிகிச்சையளிக்கப்படுகிறது. இது கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோயின் வகை மற்றும் அது எவ்வளவு தூரம் பரவியுள்ளது என்பதைப் பொறுத்தது.

புற்றுநோய் சிகிச்சையில் பின்வருவன அடங்கும்:

- **அறுவை சிகிச்சை:** மருத்துவர்கள் புற்றுநோயை வெட்டி எடுக்கும் ஒரு அறுவை சிகிச்சை.
- **கீமோதெரபி:** புற்றுநோயைக் குறைக்க அல்லது கொல்ல சிறப்பு மருந்துகளைப் பயன்படுத்துதல். மருந்துகள் நீங்கள் எடுத்துக்கொள்ளும் மாத்திரைகளாகவோ அல்லது உங்கள் நரம்புகளில் கொடுக்கப்படும் மருந்துகளாகவோ இருக்கலாம், அல்லது சில நேரங்களில் இரண்டும் இருக்கலாம்.
- **கதிர்வீச்சு சிகிச்சை:** புற்றுநோயைக் கொல்ல உயர் ஆற்றல் கதிர்களை (எக்ஸ்-கதிர்களைப் போன்றது) பயன்படுத்துதல்.
- **நோயெதிர்ப்பு சிகிச்சை:** புற்றுநோய் செல்களை எதிர்த்துப் போராட அல்லது பிற புற்றுநோய் சிகிச்சைகளிலிருந்து பக்க விளைவுகளைக் கட்டுப்படுத்த உங்கள் உடலின் நோயெதிர்ப்பு அமைப்புடன் இணைந்து செயல்படுகிறது.
- **இலக்கு சிகிச்சை:** புற்றுநோய் செல்களின் வளர்ச்சி மற்றும் பரவலைத் தடுக்க மருந்துகளைப் பயன்படுத்துதல். மருந்துகள் நீங்கள் எடுத்துக்கொள்ளும் மாத்திரைகளாகவோ அல்லது உங்கள் நரம்புகளில் கொடுக்கப்படும் மருந்துகளாகவோ இருக்கலாம். இலக்கு சிகிச்சை உங்கள் புற்றுநோய்க்கு பொருத்தமானதா என்பதைப் புரிந்துகொள்ள, இந்த சிகிச்சையைத் தொடங்கும் முன் மருத்துவர்கள் சில சோதனைகள் (சோதனை முறைகள்) செய்யலாம்.

ஆபத்து காரணிகள்

HPV என்பது ஒரு பொதுவான வைரஸ் ஆகும், இது உடலுறவின் போது ஒருவரிடமிருந்து இன்னொருவருக்கு பரவுகிறது. பல வகையான HPVகள் உள்ளன. சில வகையான HPVகள் உங்கள் கருப்பை வாயில் மாற்றங்களை ஏற்படுத்தக்கூடும், இது காலப்போக்கில் கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோயை ஏற்படுத்தும், மற்ற வகைகள் பிறப்புறுப்பு அல்லது தோல் மருக்களை ஏற்படுத்தும்.

HPV மிகவும் பொதுவானது, பெரும்பாலான மக்கள் தங்கள் வாழ்க்கையின் ஒரு கட்டத்தில் இதைப் பெறுகிறார்கள். HPV பொதுவாக எந்த அறிகுறிகளையும் ஏற்படுத்தாது, எனவே உங்களிடம் அது இருக்கிறதா என்று சொல்ல முடியாது. பெரும்பாலான மக்களுக்கு, HPV தானாகவே போய்விடும். அப்படி நடக்கவில்லை என்றால், அது காலப்போக்கில் கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோயை ஏற்படுத்தும்.

கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் அபாயத்தை அதிகரிக்கும் பிற விஷயங்கள்:

- உங்கள் உடல் உடல்நலப் பிரச்சினைகளை எதிர்த்துப் போராடுவதை கடினமாக்கும் ஒரு நிலை இருப்பது.
- புகையிலை புகைத்தல்.

கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோயை எவ்வாறு தடுப்பது?

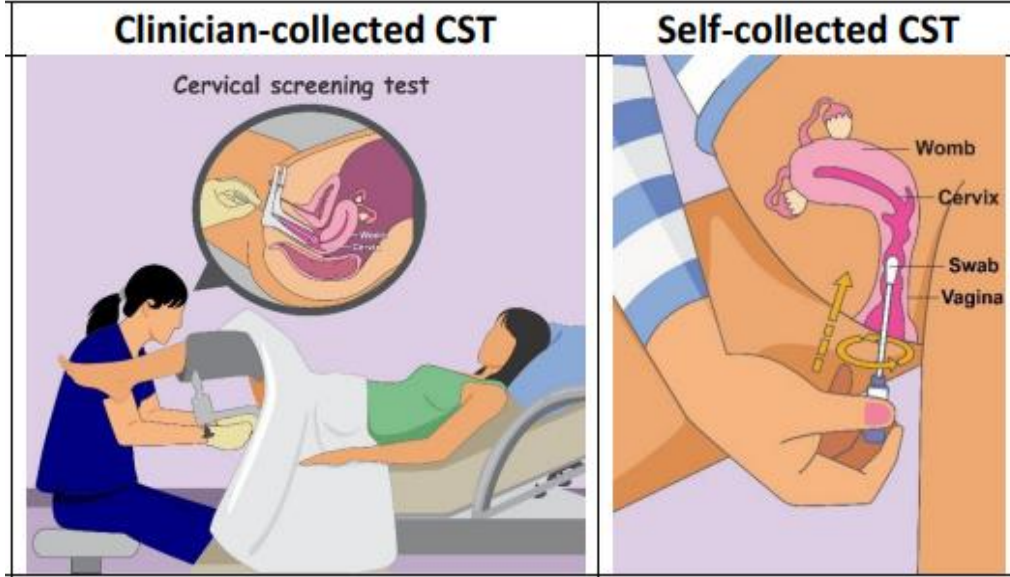
கீழே விவரிக்கப்பட்டுள்ள தடுப்பு நடவடிக்கைகளைப் பின்பற்றுவதன் மூலம், பெண்கள் கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோயை உருவாக்கும் அபாயத்தைக் கணிசமாகக் குறைக்கலாம்.

1. HPV தடுப்பூசி:

- கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோயைத் தடுப்பதில் HPV தடுப்பூசி மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கிறது. இது பெண்கள் மற்றும் சிறுவர்கள் இருவருக்கும் பரிந்துரைக்கப்படுகிறது, குறிப்பாக அவர்கள் பாலியல் ரீதியாக சுறுசுறுப்பாக மாறுவதற்கு முன்பு.
- ஆஸ்திரேலியாவில் கிடைக்கும் கார்டசில் 9 தடுப்பூசி, 90% கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய்களை ஏற்படுத்தும் ஒன்பது வகையான HPV-யிலிருந்து பாதுகாக்கிறது.
- மற்ற தடுப்பூசிகள் 70% கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய்களை ஏற்படுத்தும் இரண்டு பொதுவான வகை HPV களிலிருந்து பாதுகாக்கின்றன.

2. கர்ப்பப்பை வாய்ப் பரிசோதனை சோதனைகள் (CST):

- கருப்பை வாயில் புற்றுநோய்க்கு வழிவகுக்கும் ஏதேனும் அசாதாரணங்களைக் கண்டறிவதற்கு கர்ப்பப்பை வாய்ப் பரிசோதனை சோதனைகள் மிக முக்கியமானவை. இரண்டு ஸ்கிரீனிங் சோதனைகள் (படம் 2.4) புற்றுநோய்க்கு முந்தைய அல்லது கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோயாக மாறக்கூடிய மாற்றங்களைக் கண்டறிய உதவும்:



படம் 2.4: கர்ப்பப்பை வாய்ப் பரிசோதனை சோதனைகள் கிடைக்கின்றன.

- பேப் சோதனை (அல்லது பேப் ஸ்மியர்) கருப்பை வாயில் புற்றுநோய்க்கு முந்தைய செல் மாற்றங்களைக் கண்டறிகிறது, அவை முறையாக சிகிச்சையளிக்கப்படாவிட்டால் கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோயாக மாறக்கூடும். ஒரு மருத்துவர் இந்த மாதிரியைச் சேகரிக்க வேண்டும்.
- HPV சோதனை, செல் மாற்றங்களை ஏற்படுத்தக்கூடிய வைரஸைத் தேடுகிறது, இது பேப் சோதனையால் கண்டறியப்படலாம். எனவே, HPV சோதனை (இது மிகவும் துல்லியமான PCR சோதனை) கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோயைத் தடுப்பதில் மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கும், ஏனெனில் இது நோய்க்கான மூல காரணத்தைக் கண்டறிய முடியும். இந்த மாதிரியை ஒரு மருத்துவர் அல்லது ஒரு பெண் வைத்திய உதவியுடன் சேகரிக்கலாம்.
- 25 முதல் 74 வயதுடைய, கருப்பை வாய் உள்ள, பாலியல் ரீதியாக சுறுசுறுப்பாக இருந்தவர்களுக்கு, பரிந்துரைக்கப்பட்ட அதிர்வெண் ஒவ்வொரு ஐந்து வருடங்களுக்கும் ஆகும்.

3. பாதுகாப்பான பாலியல் நடைமுறைகள்:

- பாலியல் கூட்டாளிகளின் எண்ணிக்கையைக் கட்டுப்படுத்துவது HPV வெளிப்பாட்டின் அபாயத்தைக் குறைக்கும்.
- உடலுறவின் போது ஆணுறைகளைப் பயன்படுத்துவது HPV தொற்று மற்றும் பிற பால்வினை நோய்த்தொற்றுகளின் அபாயத்தைக் குறைக்கும்.

4. புகைபிடிப்பதைத் தவிர்ப்பது:

- புகைபிடித்தல் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை பலவீனப்படுத்தி கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோயின் அபாயத்தை அதிகரிக்கும். புகைபிடிப்பதை நிறுத்துவது கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோயின் அபாயத்தைக் குறைப்பதில் ஒரு குறிப்பிடத்தக்க படியாகும்.

5. பிற வாழ்க்கை முறை காரணிகள்:

- ஆரோக்கியமான உணவுமுறை, வழக்கமான உடற்பயிற்சி மற்றும் ஆரோக்கியமான எடையை பராமரிப்பது ஒட்டுமொத்த ஆரோக்கியத்திற்கு பங்களிக்கும் மற்றும் கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் உட்பட பல்வேறு புற்றுநோய்களின் அபாயத்தைக் குறைக்கும் (ஒருவேளை இது உங்கள் உடலுக்கு HPV ஐ எதிர்த்துப் போராடுவதை எளிதாக்குகிறது).

கருக்கம்

- சில வகையான மனித பாப்பிலோமா வைரஸால் (HPV) ஏற்படும் தொடர்ச்சியான தொற்று கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய்க்கான முக்கிய காரணமாகும். கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் நோய்க்குறியியல் என்பது கட்டி அடக்கும் பாதைகளில் HPV-யால் இயக்கப்படும் சீர்குலைவை உள்ளடக்கியது, இது முற்போக்கான டிஸ்ப்ளாசியா மற்றும் இறுதியில் ஊடுருவும் வீரியம் மிக்க நோய்க்கு வழிவகுக்கிறது, இது பொதுவாக பல ஆண்டுகள் முதல் பல தசாப்தங்கள் வரை ஆகும். பேப் ஸ்மியர் மற்றும் HPV சோதனை மூலம் முன்கூட்டியே கண்டறிதல், HPV தடுப்பூசியுடன், தடுப்புக்கு அவசியம்.
- மேலே உள்ள 3 பயனுள்ள படிக்களை கண்டிப்பாக கடைபிடிப்பதன் மூலம் 2035 ஆம் ஆண்டுக்குள் கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோயை ஒழிக்க ஆஸ்திரேலியா திட்டமிட்டுள்ளது. கருப்பை வாய் உள்ள எவருக்கும் கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய் ஏற்படும் அபாயம் உள்ளது. HPV இல்லாத பெண்களுக்கு கர்ப்பப்பை வாய்ப்

புற்றுநோய் வராது. 10 பெண்களில் 9 பேருக்கு HPV இல்லை. HPV பரிசோதனை செய்வதே அதை அறிந்து கொள்வதற்கான ஒரே வழி. அதனால்தான் கர்ப்பப்பை வாய்ப் பரிசோதனை மிகவும் முக்கியமானது.

செய்ய வேண்டியவை

- 11-12 வயதுடைய இளம் பெண்கள் (மற்றும் சிறுவர்கள்) HPV க்கு எதிராக தடுப்பூசி போடுங்கள்.
- வழக்கமான கர்ப்பப்பை வாய் பரிசோதனையில் (CST) பங்கேற்கவும்.
- பாதுகாப்பான உடலுறவை பின்பற்றுங்கள்.

செய்ய கூடாதவை

- புகைபிடிக்காதீர்கள்
- கர்ப்பப்பை வாய் பரிசோதனையின் முக்கியத்துவத்தை புறக்கணிக்காதீர்கள்.
- அசாதாரண யோனி இரத்தப்போக்கை புறக்கணிக்காதீர்கள்.

HPV புற்றுநோய்கள்

மனித பாப்பிலோமா வைரஸ் (HPV) மனிதர்களில் 6 புற்றுநோய்களுக்கு காரணமாகிறது:

- 99% கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய்
- 90% ஆசனவாய் புற்றுநோய்கள்
- 78% யோனி புற்றுநோய்கள்
- 25% வல்வார் (Vulva) புற்றுநோய்கள்
- 50% ஆண்குறி புற்றுநோய்கள்
- 60% ஓரோபார்னீஜியல் புற்றுநோய்கள்

HPV புற்றுநோய்களை எவ்வாறு தடுப்பது?

அறிகுறிகள், நோயறிதல் மற்றும் சிகிச்சை ஆகியவை புற்றுநோயின் உடற்கூறியல் இருப்பிடத்தைப் பொறுத்து மாறுபடும். இருப்பினும், 6 புற்றுநோய்களையும் தடுப்பதற்கான கொள்கைகள் கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோயைப் போலவே இருக்கின்றன. ஒரே வித்தியாசம் என்னவென்றால், கர்ப்பப்பை வாய்ப் புற்றுநோய்க்கு ஒரு நிறுவப்பட்ட பரிசோதனை திட்டம் உள்ளது.