

## Kansarka afka ilmo-galeenka iyo human papillomavirus (HPV)

Kansarka afka ilmo-galeenka waa kansar ilmo-galeenka. Afka ilmo-galeenkaagu wuxuu ku dhex jiraa siilkaaga wuxuuna ku yaalaa afka hore ilmo-galeenkaaga (womb).

Dhammaan kansarka afka ilmo-galeenka waxaa keena HPV. HPV waxay u taagan tahay human papillomavirus waana cudur faafa badanaa kaasoo aan muujin calaamado muuqda. Fayraska waxaa lagu gudbiyaa xiriirka galmada waxaana qaadi karaa ragga iyo haweenkaba labadaba.

Jirku wuxuu si dabiici ah isaga qaadi karaa infekshanka HPV inta badan laakiin haddii uusan sidaas ahayn, noocyada HPV qaarkood waxay keeni karaan isbeddelo unugyada afka ilmo-galeenka. Haddii isbeddelada unugyada aan hore loo soo ogaan waxay u noqon karaan kansarka afka ilma-galeenka.

## Sidee loo helaa HPV?

Baaritaanka Afka Ilma-Galeenka waa habka ugu fiican ee loo baadho HPV. Dhaqtarka ama kalkaalisada ayaa ku siin kara baaritaanka afka ilmo-galeenka.

## Miyaan u baahanahay Baaritaanka Afka Ilmo-Galeenka?

Haddii aad tahay qof haween ah oo da'deedu tahay 21-74 jir -oo waligeed gashay xiriir galmo, waxaa lagugula talinayaa in lagaa qaado baaritaanka Afka Ilmo -galeenka shantii sano mar.

**Baaritaanka Afka Ilmo-Galeenka ayaa wali loo baahan yahay haddii aad:**

- qaadatay tallaalka HPV
- dhaaftay dhalmo-dayska
- leedahay hal wadey galmo oo kaliya
- yeelatay goyn dhaqaneedka gudniinka
- aad ilmo dhashay
- aad guursatey
- Lagu furay
- Garoob noqotay.

Kansarka ku dhaca afka ilmo-galeenka waa mid ka mid ah kansarada laga hortagi karo.



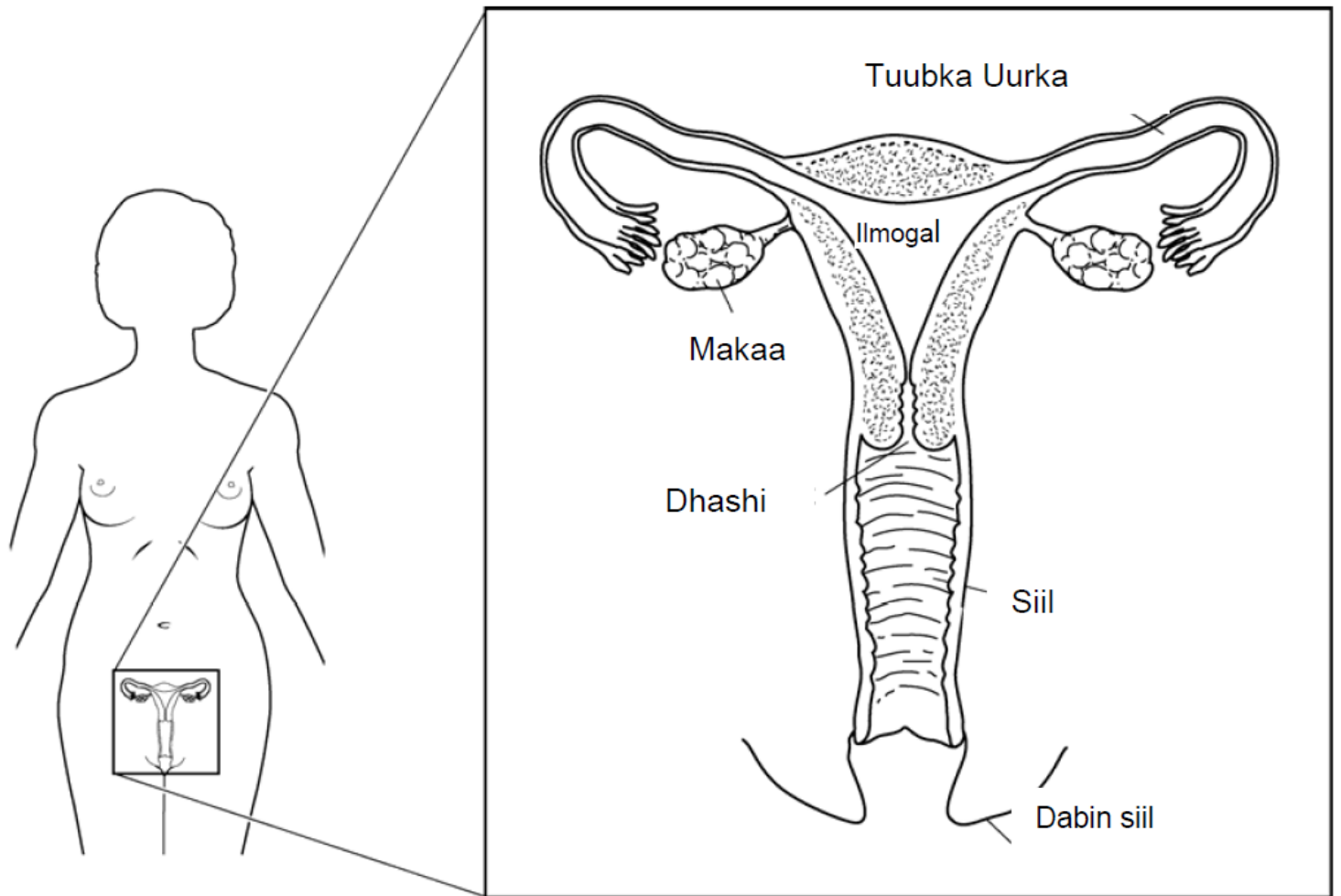
## Baaritaanka afka ilmo galeenka iyo jarista taranka dheddigga (FGC)

Waayo-aragnimada FGC-da ayaa mararka qaarkood ka hor istaagi karta haweenka inay qaataan Baaritaanka Afka Ilmo-galeenka. Waxaa laga yaabaa inay ku caawiso:

- ogsoonow in ballantu tahay mid gaar ah oo qarsoodi ah
- wado qof qaraabo ah ama saaxiib ah oo kaa caawiya inaad dareentid raaxo
- weydiiso kalkaalisada ama dhaqtarka haweenka ah
- weydii kalkaalisadaada ama dhaqtarkaaga wax ku saabsan baaritaanka ka hor inta uusan dhicin
- jooji ama haki baaritaanka waqti kasta
- waydiiso maro lagu saaro inta lagu jiro baaritaanka.

# Imtixaanka Dheddigga iyo Dheeh Marinta Pap

Imtixaanka dheddigga waxaa loo sameeyaa si loo hubiyo cudurrada siilka, afka ilma-galeenka, ilma-galeenka, iyo ugxansideyaasha. Dheeh marinta pap waa baaritaan hubinaya is-beddello ku yimid afka ilma-galeenka, kaasoo laga yaabo in uu yahay calaamad hore ee kansar. Imtixaan naas ayaa sidoo kale laga yaabaa in lagu sameeyo.



Haweenku waa inay yeeshaan baaritaanka Pap smear markay gaaraan da'da 21. Tass kadib, warso takhtakaaga inta jeer ee aad u baahan tahay imtixaankan taas oo ku salaysan da'daada iyo taariikhda caafimaadkaaga. Badi dumarku waxay maraan imtixaankan 1 illa 5 sannadood mar.

# Waqtiga Baaritaanka

- Kalkaaliso ayaa wax kaa weydiinaysa caafimaadkaaga. Cabbirka dhiiggaaga iyo miisaankaaga ayaa la hubinayaa.
- Kalkaalisadu qol ayey kuu kaxaynaysaa. Waxaa laga yaabaa inaad u baahato inaad furto canbuurkaaga ama iska bixiso kor-gashiga si naaska lagaaga intixaano.
- Waxaad u baahan tahay inaad dharka iska bixiso laga billaabo sinaha ilaa hoos. Waxaa lagu siin doonaa warqad aad lugaha iyo caloosha ku daboolatid inta aad miiska intixaanka saaran tahay.
- Waxaa laga yaabaa in uu dhakhtarkaagu ku billaabo intixaanka naasaha, isagoo si dabacsan u tuutuujinaya naas kasta si uu uga baaro wax barar ah.
- Intixaanka naasaha ka dib, dhakhtarkaagu wuxuu ku weydiinayaa inaad lugahaaga saarto dhinaca miiska ee lug-saarka loogu talagalay aadna hoos u dhaqaajiso dhinaca geeska miiska. Jilbahaaga ha kala furmeen.
- Dhakhtarkaagu wuxuu fadhiisanayaa lugahaaga agtooda wuxuuna daarayaa nal si uu u arko hoostaada waqtiga baaritaanka.
- Dhakhtarkaagu wuxuu taabanayaa gudaha bowdadaada iyo daloolka hoostaada si uu u hubiyo calaamado cudur, soo buurasho ama dhibaatooyin kale.
- Qalab ayaa si tartiib ah loo gelinayaa hoostaada. Hoostaada ayuu kala furayaa oo kala haynayaa si loo baaro. Neef qoto dheer afka ka jiid si ay kaaga caawiso inaad is kala bixiso. U sheeg dhakhtarkaaga haddii aad dareento wax xanuun ah ama lur.
- Dhakhtarkaagu wuxuu soo xaaqayaa afka ilmo galeenka si uu u helo xoogaa unugyo ah. Tan waxaa loo yaqaannaa Dheeh Marinta Pap. Unugyada waxaa loo dirayaa baaritaan.
- Qalabka ayaa lagaa soo saarayaa.

