



3 برخه:

د ښځو روغتيايي

معایناتو کې څه

پېښېږي





د ښځو روغتيايي معاینه د ستاسو میړمنې او د کورنۍ نورو ښځینه غړو د عمومي روغتیا ته کتنې لپاره یو ښه فرصت دی.

د امریکا په متحده ایالاتو کې، د ډاکټرانو وړاندیز دا دی چې هر هغه میړمن چې عمر یې ۲۱ کلنۍ ته ورسېږي یا جنسي اړیکې پیل کړي، باید د "ښځو روغتيايي معاینې" پیل کړي. دا معاینه د ستاسو میړمنو د عمومي روغتیا ته کتنې لپاره یو ښه فرصت دی. په دې کې فزیکي روغتیا، رواني روغتیا او ټولنیز وضعیت شامل دي.



د ښځو روغتيايي معاینه د ستاسو میړمنې او د کورنۍ نورو ښځینه غړو د عمومي روغتیا ته کتنې لپاره یو ښه فرصت دی.

په دې کې فزیکي روغتیا، رواني روغتیا او ټولنیز وضعیت شامل دي.

د ښځو په روغتيايي معایناتو کې ستاسو د میړمنې قد او وزن ، د وینې فشار، د نبض معاینه ، واکسینونو او نور
داسې معاینات چې اړتیا لیدل کیږي، شامل دي.

په دې معایناتو کې معمولا
درې شیان شامل وي:

1. د سینې معاینه
2. د حوصلې معاینه
3. د پاپ ازموینه

په دې معایناتو کې معمولا درې شیان شامل وي:
د سینې معاینه
د حوصلې معاینه ،
او د پاپ ازموینه ،

1 گام

ستاسو میړمن یا د کورنۍ ښځینه غړې د معلوماتو میز ته ځي

د ښځو روغتيايي معایناتو کې لومړنی کار چې یوه ښځه یې تر سره کوي، هغه د معلوماتو میز ته د مراجعې برخه ده. دا په دې معنی چې ستاسو میړمن اول باید د معلوماتو میز ته ورشئ او هلته ناست کارکوونکي ته خپل نوم ووايي تر څو هغه پوه شي چې تاسې را رسېدلې یی.

2 گام

ستاسو میړمن او د کورنۍ ښځینه غړي اړینې فورمې ډکوي

دا کارکوونکي ښايې ستاسو میړمنې ته یوه فورمه ورکړي؛ چې لاندې پوښتنې پکې لیکل شوې وي لکه
عمومي معلومات
د کورنۍ روغتيايي تاریخچه
کوم درمل چې هغه یې کاروي
د هغې د میاشتنۍ عادت
ایا جنسي اړیکه یې فعاله ده او که نه؟، او ایا مخکې هم امېندواره وه که نه؟



په یاد ولری: ستاسو میرمن یا د کورنۍ ښځینه غړي باید د ژباړونکي غوښتنه وکړي که دوی ورته اړتیا ولري.

که چېرې ستاسو میرمن د فورمې په لوستلو او یا هم ډکولو کې ستونزه ولري، نو له دوی سره به یو ژباړونکی مرسته وکړي. که چېرې هلته کوم ژباړونکی شتون و نه لري یا اړتیا وه چې د تلیفون له لارې وصل شي، نو تر هغه وخت پورې چې ژباړونکی په تلیفون راځي، دا فورمې تاسو له ځان سره وساتئ.

3 گام

ستاسو میرمن به په
انتظار ځای کې په
تمه شي تر څو د
دوی نوم واخیستل
شي

وروسته له هغه چې خپل لومړني رسمي مو بشپړ کړل، ستاسو میرمن به په انتظار ځای کې په تمه شي تر څو د دوی نوم واخیستل شي. یو روغتیايي کارمند یا نرس به له هغوی سره د کلینیک د ازموینې ساحې ته ځي.

4 گام

د دوی حیاتي نښې کتل کیږي



او د هغوی قد، وزن او د وینې فشار به معاینه کړي. دوی به ستاسو له میړمنې څخه د هغې د روغتیايي اندیښنو،... تاریخچې او ستاسو د کورنۍ تاریخچې په اړه پوښتي وکړي. او بیا به دا معلومات ستاسو ډاکټر ته ورکول کیږي.



ستاسو میړمن یا د کورنۍ ښځینه غړې طبي جامو واغوندئ

تر معایناتو مخکې، طبي معاون یا یوه نرسه به ستاسو مېرمنې ته طبي جامې راوړي. د جامو راوړلو وروسته به دوی هغه خونه پرېږدي تر څو ستاسو مېرمنې ته محرمیت ورکړي. کله چې ستاسو مېرمن آماده شوه، دوی د ازموینې په مېز باندې کښېني او انتظار وباسي.



معمولا د معاینې پر میز باندې یوه کاغذي ریجایی وي او دوی کولای شئ هغه ریجایی د لا زیات محرمیت په خاطر پر خپل ځان واچوي.



6 گام

هغه د خپل ډاکټر سره خبرې کوي

کله چې ډاکټر راشي، نو په لومړي قدم کې ټولو معلوماتو ته یوه کتنه کوي. دا معلومات وړاندې د ډاکټر لپاره چمتو شوي وي. د معلوماتو تر کتنې وروسته، ستاسو له میرمن سره د هغې د روغتیايي اندېښنو په اړه خبرې کوي.

هغه د خپل ډاکټر سره خبرې کوي

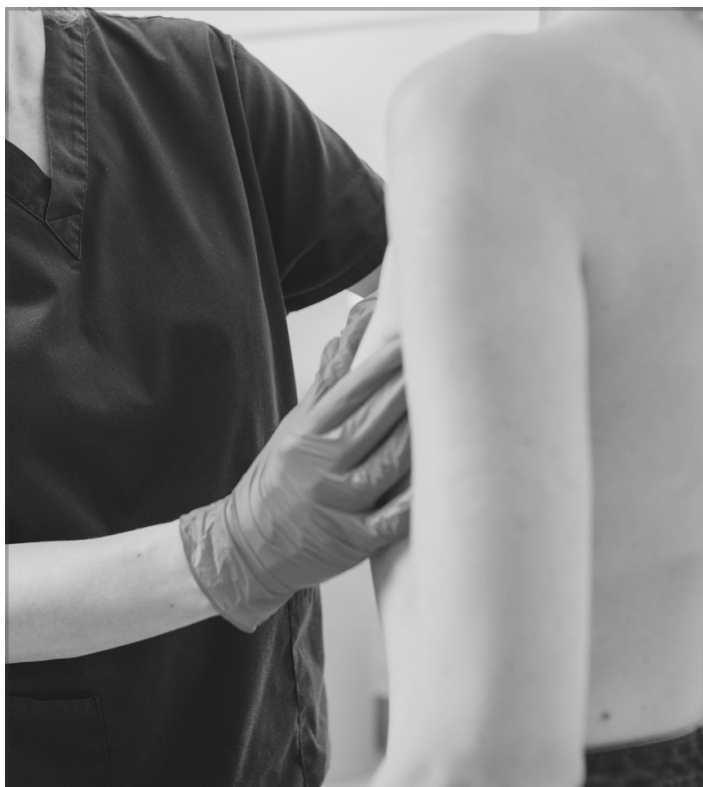
دوی ممکن د میرمنو روغتیا پورې اړوند یو څو پوښتنې وکړي، لکه:

1. ستاسو د میرمنې وروستی میاشتنی عادت څه وخت وو؟
2. آیا تاسو په جنسي توګه فعال یاست؟
3. آیا د امېندواری د مخنیوي لپاره له کوم میتود نه کار اخلی؟
4. آیا ستاسې په فکر امېندواره یاست؟

دوی ممکن د میرمنو روغتیا پورې اړوند یو څو پوښتنې وکړي، لکه:

- ستاسو د میرمنې وروستی میاشتنی عادت څه وخت وو؟
- آیا تاسو په جنسي توګه فعال یاست؟
- آیا د امېندواری د مخنیوي لپاره له کوم میتود نه کار اخلی؟
- آیا ستاسې په فکر امېندواره یاست؟

دا پوښتنې له ډاکټر سره مرسته کوي تر څو ستاسو میرمنې ته تر ټولو غوره درملنه وړاندې کړي. دا ډېره مهمه ده چې ستاسو میرمن یو داسې ډاکټر ته ورشي چې پرې باور ولري. که چېرې ستاسو میرمن د خپل ډاکټر سره راحت نه وي، نو بیا هڅه وکړئ داسې یوه ډاکټر ته ورشي چې له هغه سره دوی ځان راحت احساس کړي.



ګام 7

ستاسو میړمن د

سینې معاینه

کېږي

معاینه ترسره کوي. دغه معاینه د سینې هر ډول ناروغیو د پلټنې په (breast) له دې وروسته ډاکټر معمولاً د سینې موخه ترسره کېږي، چې په دې کې دانې یا هم داسې تغیرات شاملېږي چې کېدای شي لا زیاتو معایناتو ته اړتیا ولري. د سینې معاینه د سرطان د تشخیص لپاره تر ټولو غوره معاینه ده. د سینې سرطان چې هر څومره ژر تشخیص شي، په هماغه اندازه یې په اسانۍ سره درملنه کېږي.

د دې معاینې د ترسره کولو لپاره باید ستاسو میړمن د معاینې پر مېز د ځملاستلو او یا ناستې په حالت کې وي. بیا به ډاکټر د سینې د څرګندولو لپاره د ضرورت پر اساس د طبي جامو پورتنۍ نیمایي برخه لرې کړي، ترڅو د دوی سینه معاینه کړي. په دې معاینې کې اول لاسونه پورته، بیا لاندې لوري ته او په وروستي قدم کې لاسونه شاته ایښودل کېږي. دغه بېلابېل وضعیتونه ستاسو له ډاکټر سره مرسته کوي چې معاینه په بشپړ ډول ترسره کړي. ډاکټر به د دوی سینې او د تخرګونو لاندې برخې معاینه کوي، ترڅو د سینې شکل، وضعیت یا رنگ کې هر ډول ستونزې واوروي.

ستاسو میړمن د حوصلی او پاپ معاینات کیږي

د سینې له معاینې وروسته، معمولا ډاکټر د حوصلی او پاپ معاینات ترسره کوي. د حوصلی معاینه د ښځو روغتيايي معایناتو یوه عمومي برخه ده، او په دې کې ډاکټر د ښځو تناسلي برخې معاینه کوي. د حوصلې معاینې په جریان کې، ډاکټر ممکن د پاپ آزمویڼه ترسره کړي، ترڅو د رحم په عنق کې غیرنارمل حجروي بدلونونه معلوم کړي. دا بدلونونه د عنق د رحم د سرطان لامل ګرځي.

8 گام

ستاسو میرمن د حوصلی او پاپ معاینات کیری

د ښځو د پښو پورته نیوونکې وسیله

په نامه د پښو په پورته نیونکي stirrups ستاسې له میرمنو څخه به وغوښتل شي چې د معاینې پر میز ځملي او د ځای کې کښیږدي. دا وضعیت د ډاکتر سره د حوصلی په معاینې کې مرسته کوي.



8 گام

ستاسو میړمن د حوصلی او پاپ معاینات کیږي

ډاکټر به ستاسو میړمنو ته د معایناتو ټول طرز العمل تشریح کړي ترڅو ستاسو میړمن پوه شي.



ډاکټر تناسلي اعضاء او د رحم عنق معاینه کوي، او هلته د غیر نورمال دانو پلټنه کوي یا د معاینې لپاره نمونې اخلي.



د پاپ ټیسټ پر مهال، ډاکټر د یوه کوچني بروش په ذریعه په ډېرې نرمۍ سره د رحم د عنق او د مهبل د شاتنۍ برخې نمونه اخلي. دغه نمونه د معایناتو لپاره لابراتوار ته لېږل کېږي. د دې معایناتو په جریان کې، دوی ممکن ستاسو میږمن هر ډول انتاناتو لپاره معاینه کړي.

ستاسو میړمن د حوصلی او پاپ معاینات کیږي

ډاکټران ستاسې د میړمنو د حوصلی او رحم معاینات د ناروغيو تشخیص لپاره هم په دې وضعیت کې کوي. رحم او تخمدانې د بدن له بهر څخه د لیدلو وړ نه دي، له دې امله ډاکټر له خپلو لاسونو څخه د خیتې او حوصلې شاوخوا برخې لمس کوي. دغه معاینه د رحم او د تخمدانونو شکل او اندازه معلوموي، له دې سره درد لرونکې برخې یا غیرنارملې دانې هم معاینه کوي.

ستاسو میړمن باید په یاد ولري:



- ستاسو میړمن حق لري چې له خپل ډاکټر څخه پوښتنې وکړي

- ستاسو میړمن باید اخیله ناراحتی او یا هم که کومه اندیښنه لري، بیان کړي

ډاکټران باید ستاسې میړمنو ته دا معاینې تشرېح کړي. ستاسو میړمن هم کولای شي چې د ډاکټر سره د ملاقات پر وخت یا د معاینې پر مهال هر ډول پوښتنه وکړي. دوي کولای شي چې د معایناتو پر مهال خپله ناراحتی او یا هم که کومه اندیښنه لري، بیان کړي. ستاسې د میړمنو راحت ډیر مهم دی. له ډاکټر سره د پوښتنو او اندېښنو شریک کول د ځان لپاره د غوره تداوي انتخابول دي.



ډاکټران ستاسو ميرمنو سره د راتلونکو گامونو په اره بحث کوي

د معایناتو په پای ته رسېدو سره سم، ډاکټر هر هغه ډول معلومات چې باید سمدلاسه شریک کړي، ستاسې له میرمنو سره شریک کوي. که چېرې هغوی ستاسې له میرمنو څخه نمونه اخیستې وي، نو دوی ته به د نتایجو ترلاسه کولو نېټه معلومه کړي. د معاینې وخت له پای ته رسېدو سره سم، ډاکټر بیا دوی ته هدایت ورکوي. په دغو کې کېدای شي په کور کې له ځانګړو هدایاتو پیروي او یا هم یو بل ډاکټر ته د مراجعې په موخه د وخت تنظیم کول شامل وي.

له دې وروسته ډاکټر له معاینه خانې څخه بهر ځي تر څو ستاسو میرمن خپلې جامې بدلې کړي. ډاکټر کېدای شي ستاسو له میرمنو سره له امېندواری څخه د مخنیوي اړوند خبرې وکړي. دا په بشپړ ډول ستاسې د میرمنو په خوښه ده. ایا دوی غواړي دا خبرې اترې وکړي او یا د امېندواری د مخنیوي لپاره سپارښتنې ومني.



تاسو د خپلې میرمنې او د کورنۍ نورو ښځینه غړو عمومي روغتیا پاملرنې لپاره یو مهم ګام اخیستی.

په کلني ډول د ښځو روغتيايي معاینه ترسره کول د ناروغيو د ژر تشخیص په برخه کې مهم رول لري. د دغه کار په ترسره کولو سره کېدای شي چې روغتيايي ستونزې په اسانۍ سره تداوي شي. د معایناتو دغه ملاقات ستاسو لپاره یو مهم او شخصي وخت هم دی چې ډاکتر سره د خپلو میرمنو روغتيايي ستونزو په اړه خبرې وکړئ او یا پوښتنې وکړئ ترڅو ستاسو میرمن هغه معلومات ولري چې د دوی روغتیا پاملرنې ته اړین دي.

!د ښځو روغتيايي معایناتو اړوند دغه ټولو ویدیوګانو لیدو نه مو نړۍ مننه، خدای په امن