स्वस्थ बालिका, स्वस्थ महिला

एचपीभी र पाठेघरको मुखको क्यान्सर रोकथाम
विद्यालयका प्रशासकहरू र शिक्षकहरूका लागि

HENRY FORD HEALTH
Global Health Initiative

G.T.A. FOUNDATION
जि.टी.ए. फाउण्डेसन

नेपाल सरकार र स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय (MOHP) ले सन् २०२५ मा एचपीभी (HPV) खोपलाई राष्ट्रिय खोप कार्यक्रमको एक हिस्साको रूपमा कार्यान्वयन गर्ने योजना बनाइरहेको छ । यो खोप बालिकाहरूका लागि निःशुल्क रूपमा उपलब्ध हुनेछ । विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) ले ३० देखि ६० वर्ष उमेरका महिलाहरूलाई पाठेघरको मुखको क्यान्सरको स्क्रिनिङ गर्न सिफारिस गरेको छ। MOHP ले पाठेघरको मुखको क्यान्सरको प्रारम्भिक निदान र उपचारका लागि स्क्रिनिङलाई प्राथमिकता दिएको छ । पाठेघरको मुखको क्यान्सर जाँचको उपलब्धता स्वास्थ्य चौकीहरूमा विस्तार भइरहेको छ र स्क्रिनिङ शिविरहरूले पनि स्क्रिनिङ सेवाहरू प्रदान गरिरहेका छन् ।

स्वस्थ बालिका, स्वस्थ महिला परियोजना हेनरी फोर्ड हेल्थ, ग्लोबल हेल्थ इनिसियटिभ (GHI), डेट्रोइट MI USA, स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय (MOHP), परिवार कल्याण विभाग, नेपाल र ग्रुप फर टेक्निकल एसिस्टेन्स (GTA), ललितपुरबीचको सहकार्य हो । विश्वभर र नेपालमा HPV संक्रमण पाठेघरको मुखको क्यान्सरको मुख्य कारण हो । रोकथामका उपायहरू, जस्तै खोप र स्क्रिनिङ प्रयोग गर्दा पाठेघरको मुख र अन्य एचपीभी-सम्बन्धित क्यान्सर दरमा महत्वपूर्ण सकारात्मक प्रभाव पर्न सक्छ ।

एचपीभी खोपका लागि सिफारिस गरिने समूहहरू देशअनुसार फरक हुन सक्छ । विश्व स्वास्थ्य संगठनले ९ देखि १४ वर्ष उमेरका बालिकाहरूलाई यो खोप लगाउन सिफारिस गरेको छ। नेपालमा प्रारम्भिक एचपीभी खोप अभियानको क्रममा MOHP ले कक्षा ६ देखि १० सम्मका विद्यालयमा अध्ययनरत छात्राहरू र विद्यालय बाहिर १० देखि १४ वर्ष उमेरका बालिकाहरूलाई खोप दिनेछ । प्रारम्भिक अभियानपछि, कक्षा ६ का छात्राहरू र १० वर्ष उमेरका विद्यालय बाहिरका बालिकाहरू खोपका लागि योग्य हुनेछन् । भविष्यमा थप डोज उपलब्ध भएपछि, वृद्ध महिलाहरू र/वा केटा र पुरुषहरू पनि खोपको लागि योग्य हुन सक्नेछन् ।

विश्व स्वास्थ्य संगठनले ३० वर्षको उमेरबाट महिलाहरूले ५ देखि १० वर्षको अन्तरमा पाठेघरको मुखको क्यान्सरको स्क्रिनिङ गर्न सिफारिस गरेको छ। विश्वव्यापी रणनीतिमा ३५ र ४५ वर्षको उमेरमा उच्च प्रदर्शन गर्ने एचपीभी परीक्षणद्वारा जीवनभर दुई पटक स्क्रिनिङ गर्न समावेश छ । एचआईभी संक्रमित महिलाहरूले २५ वर्षको उमेरबाट प्रत्येक ३ वर्षमा स्क्रिनिङ गर्नुपर्छ । नेपालमा, एसीटिक एसिड (VIA) प्रयोग गरेर पाठेघरको मुखको क्यान्सरको स्क्रिनिङको सिफारिस हरेक ३ वर्षमा एक पटक गर्नुपर्छ । यदि precancerous घावहरू पहिचान भएमा, महिलाले क्यान्सरको वृद्धि रोक्नको लागि सकेसम्म चाँडो समयमै उपचार गर्नुपर्छ । उपचारको क्रममा, नतिजा नेगेटिभ नआएसम्म महिलाहरूलाई वर्षमा एक पटक जाँच गर्नुपर्छ ।

यहाँ प्रस्तुत जानकारी राष्ट्रिय (स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय, नेपाल) र अन्तर्राष्ट्रिय स्रोतहरू (जस्तै, विश्व स्वास्थ्य संगठन, अमेरिकी रोग नियन्त्रण तथा रोकथाम केन्द्र) का वैज्ञानिक तथ्यहरूसँग आधारित छ। यस परियोजनाको उद्देश्य स्वास्थ्यकर्मी र समुदायका सदस्यहरूको लागि एचपीभी र पाठेघरको मुखको क्यान्सरसम्बन्धी शैक्षिक सामग्री विकास, वितरण, र मूल्याङ्कन गर्नु हो । यो सूचना-पत्रमा हामीले प्रायः सोधिने प्रश्न (FAQs) र एचपीभी, एचपीभी खोप, पाठेघरको मुखको क्यान्सर, र क्यान्सर स्क्रिनिङका विषयमा थप जानकारी लिन सकिने स्रोतहरू समावेश गरेका छौं ।

हामी तपाईंलाई कक्षा ६ देखि १० मा अध्ययनरत छात्राहरू र उनीहरूका अभिभावकहरूलाई यस सूचना-पत्र वितरण गर्न अनुरोध गर्दछौं । यदि तपाईंलाई यो कार्यक्रमका बारेमा कुनै प्रश्न छ भने, कृपया Ms. Lalita Awal लाई lalita@gtafoundation.org.np मा सम्पर्क गर्नुहोस् ।

अभिभावकहरू र अन्य समुदायका सदस्यहरूको लागि मुख्य सन्देश ।

एचपीभी र एचपीभी खोप

» विश्वभरिका थुप्रै अध्ययनहरूले एचपीभी खोप सुरक्षित रहेको र एचपीभी संक्रमणबाट बचाउने देखाएको छ । नेपाल सरकार र विश्व स्वास्थ्य संगठनले यी अध्ययनका नतिजाहरूलाई भरपर्दो मानेका छन् ।

» एचपीभी खोपको प्रयोगले पाठेघरको मुखको क्यान्सरका केसहरू घटाउँछ ।

» सबै खोपहरूले केही व्यक्तिहरूमा साइड इफेक्ट हुन सक्छ । एचपीभी खोपले सामान्यतया हल्का साइड इफेक्ट जस्तै, इन्जेक्सन लगाएको ठाउँमा केही समयको दुखाइ वा सुन्निनु, र कहिलेकाहीं चक्कर वा बेहोस हुने समस्याहरू देखाएको छ ।

» नेपालमा एचपीभी खोपको परिचय बालिका र युवतीहरूलाई एचपीभी संक्रमणबाट जोगाउन र उनीहरूको जीवनभर पाठेघरको मुखको क्यान्सरबाट सुरक्षित राख्न गरिएको हो ।

» एचपीभी खोपलाई सानो उमेरमा, व्यक्तिको यौन क्रियाकलाप सुरु हुनु अघि नै लगाइयो भने यसले बढी लाभ पुऱ्याउँछ । धेरैजसो संक्रमण २५ वर्ष उमेरभन्दा अगाडि हुने गर्छ ।

» केवल एक यौन साझेदार भएको व्यक्तिमा पनि जोखिम हुन्छ यदि त्यसको साझेदारले अन्य यौन साझेदारहरूसँग सम्बन्ध राखेको छ भने ।

» नेपाल सरकारले १० देखि १४ वर्षका सबै बालिकाहरूलाई एचपीभी खोप लगाउन सिफारिस गरेको छ ।

पाठेघरको मुखको क्यान्सर र यसको स्क्रिनिङ

» पाठेघरको मुखको क्यान्सर नेपालमा स्तन क्यान्सरपछि दोस्रो सबैभन्दा सामान्य प्रकारको क्यान्सर हो ।

» पाठेघरको मुखको क्यान्सरको मुख्य कारण बन्ने एचपीभी भाइरस उच्च सङ्क्रामक हुन्छ ।

» एचपीभी संक्रमण र केही असामान्य पाठेघरको कोषहरूको विकासमा कुनै लक्षण देखिँदैन ।

» पाठेघरको मुखको क्यान्सरको स्क्रिनिङ (VIA) प्रत्येक ३ वर्षमा गर्नुपर्छ । एचपीभी-डीएनए स्क्रिनिङ प्रत्येक ५ देखि १० वर्षमा गर्नुपर्छ । स्क्रिनिङ ३० वर्षको उमेरबाट सुरु गर्नुपर्छ । स्क्रिनिङले महिलाको शरीरमा पूर्व-क्यान्सरको कोष वा पाठेघरको मुखको क्यान्सरको प्रारम्भिक लक्षणहरू पहिचान गर्न महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छ ।

» पाठेघरको मुखको क्यान्सरको प्रारम्भिक पहिचानले सफल उपचारको सम्भावना बढाउँछ ।

एचपीभी खोप अभियान र पाठेघरको मुखको क्यान्सर स्क्रिनिङ

» नेपालमा एचपीभी खोप अभियान अन्तर्गत कक्षा ६ देखि १० सम्मका छात्राहरू र १० देखि १४ वर्षका विद्यालय बाहिरका बालिकाहरू समेटिनेछन् । एक पटक एचपीभी खोप नेपाल राष्ट्रिय खोप कार्यक्रममा समावेश भएपछि, यो खोप कक्षा ६ का छात्राहरू र विद्यालय बाहिरका १० वर्षका बालिकाहरूलाई उपलब्ध हुनेछ ।

» एचपीभी खोप निःशुल्क उपलब्ध हुनेछ ।

» खोप अभियान सुरु हुनु अघि एचपीभी खोपको वितरण सम्बन्धी थप जानकारी स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयबाट उपलब्ध हुनेछ ।

» पाठेघरको मुखको क्यान्सरको स्क्रिनिङ सरकारी स्वास्थ्य संस्थाहरूमा निःशुल्क उपलब्ध छ ।

» पाठेघरको मुखको क्यान्सरको स्क्रिनिङ विभिन्न स्तरमा उपलब्ध छ, जस्तै सरकारी अस्पताल, स्वास्थ्य चौकी, निजी अस्पताल, र स्वास्थ्य सेवा केन्द्रहरू ।

» नेपालभरका महिलाहरूका लागि पाठेघरको मुखको क्यान्सर स्क्रिनिङलाई अझ पहुँचयोग्य बनाउन सरकार यो सेवा विस्तार गरिरहेको छ ।

एचपीभी भाइरस

एचपीभी के हो?

एचपीभी यौन सम्पर्कका क्रममा व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा सर्ने भाइरल संक्रमण हो । एचपीभी अत्यधिक सङ्क्रामक हुन्छ । यो भाइरसका धेरै प्रकार (जीनोटाइप) छन् । केही प्रकारले यौनाङ्गका घाउ (जेनिटल वार्ट्स) निम्त्याउँछन् भने केहीले क्यान्सरको जोखिम बढाउँछन् ।

मानिसलाई कसरी थाहा हुन्छ कि उनीहरू एचपीभीबाट सङ्क्रमित भएका छन्?

धेरैजसो मानिसमा एचपीभी संक्रमणसँग सम्बन्धित कुनै लक्षण देखिँदैन । धेरै व्यक्तिहरूमा यो भाइरस एक वा दुई वर्षभित्र शरीरबाट हट्छ । तर, यदि कुनै व्यक्ति जेनिटल वार्ट्स निम्त्याउने प्रकारबाट सङ्क्रमित छन् भने, उनीहरूले ती लक्षण अनुभव गर्न सक्छन् । महिलाहरूले नियमित पेप परीक्षणको एक भागको रूपमा एचपीभी परीक्षण गराउन सक्छन् । हालसम्म पुरुषहरूको लागि कुनै परीक्षण उपलब्ध छैन ।

जेनिटल वार्ट्स के हुन्?

जेनिटल वार्ट्स साना, छालाको रंगका बिमिरा जस्तै देखिन सक्छन् । धेरैजसो अवस्थामा, यी वार्ट्स आँखा देखिने गरी ठूला हुँदैनन् । एचपीभी-सम्बन्धित जेनिटल वार्ट्सले चिलाउने, असजिलो महसुस गराउने वा यौन सम्पर्कको क्रममा रगत बग्न सक्ने लक्षण देखाउँछ । स्वास्थ्य सेवाप्रदायकहरूले उपलब्ध गराउने मलमहरूले लक्षणहरू कम गर्न मद्दत गर्न सक्छ, तर यी वार्ट्स समयसँगै आफैं हराउँछन् ।

एचपीभीसँग सम्बन्धित क्यान्सरका प्रकारहरू के हुन्?

महिलामा एचपीभीको केहि स्ट्रेनले संक्रमण भएको १५ देखि २० बर्ष पछि पाठेघरको मुखको क्यान्सर हुने संभावना बढाउँछ । एचपीभीले मुख र घाँटीको क्यान्सर र Anal क्यान्सर लगायत अन्य क्यान्सरको जोखिम बढाउन सक्छ । महिलाहरुमा, एचपीभीले योनीको क्यान्सर वढाउन सक्छ र पुरुषहरुमा Penal क्यान्सरको जोखिम बढाउन सक्छ ।

एचपीभी खोप

किन एचपीभी खोप बालिकाहरूलाई दिइन्छ?

एचपीभी खोपको सिफारिस देशअनुसार फरक हुन्छ । विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) ले ९ देखि १४ वर्ष उमेरका बालिकाहरूलाई यो खोप लगाउन सिफारिस गरेको छ । यो सिफारिस खोप सबैभन्दा प्रभावकारी हुने समय - यौन गतिविधि सुरु हुनु र एचपीभी भाइरसको सम्पर्क हुनु अघि - मा दिइने सुनिश्चित गर्नका लागि गरिएको हो । केही देशहरूमा केटा/पुरुषहरूलाई पनि यो खोप दिइन्छ । नेपालमा एचपीभी खोप अभियान अन्तर्गत कक्षा ६ देखि १० सम्मका छात्राहरू र १० देखि १४ वर्षका विद्यालय बाहिरका बालिकाहरूलाई समेटिनेछ । एक पटक एचपीभी खोप राष्ट्रिय खोप कार्यक्रममा समावेश भएपछि, यो खोप कक्षा ६ का छात्राहरू र विद्यालय बाहिरका १० वर्षका बालिकाहरूलाई उपलब्ध हुनेछ ।

खोपले पाठेघरको मुखको क्यान्सरको जोखिम कसरी कम गर्दछ?

एचपीभी-सम्बन्धित पाठेघरको मुखको क्यान्सरको ७३% भन्दा बढी केसहरू प्रकार (जीनोटाइप) १६ र १८ ले गर्दा हुने गर्छ । सबै एचपीभी खोपहरूले यी दुई प्रकारबाट बचाउँछन् । खोप प्रयोग गरिरहेका देशहरूको तथ्यांकले खोपको परिचय पछि पाठेघरको मुखको क्यान्सरमा उल्लेखनीय कमी देखाएको छ । नेपालमा प्रयोग गरिने खोप सेकोलिन (Cecolin) हो, जुन इनोभ्याक्स (Innovax) नामक औषधि कम्पनीले उत्पादन गर्छ ।

एचपीभी खोपका कति मात्रा दिइनेछन्?

नेपालमा एचपीभी खोपको एक मात्रा प्रदान गरिनेछ ।

खोप कति सुरक्षित छ?

पहिलो एचपीभी खोप सन् २००६ मा संयुक्त राज्य अमेरिकामा विकास गरिएको थियो। हाल ६ प्रकारका एचपीभी खोप उपलब्ध छन् । १२५ भन्दा बढी देशहरूले एचपीभी खोपलाई आफ्नो राष्ट्रिय खोप कार्यक्रममा समावेश गरेका छन् । अनुमानित २७० मिलियन व्यक्तिहरूले यो खोप पाएका छन्, र यो खोप सुरक्षित र प्रभावकारी रहेको प्रमाणित गरिएको छ ।

एचपीभी खोपका साइड इफेक्टहरू के हुन्?

एचपीभी खोपका साइड इफेक्टहरूमा खोप लगाएको ठाउँमा दुखाइ वा सुन्निनु, ज्वरो, टाउको दुखाइ, थकान, मांसपेशी दुखाइ, चक्कर आउनु वा बेहोस हुनु समावेश छन् । खोप लिने धेरैजसो व्यक्तिहरूले कुनै साइड इफेक्ट अनुभव गर्दैनन् ।

खोप कत्तिको प्रभावकारी र सुरक्षात्मक छ?

एचपीभी खोपको एक वा सोभन्दा बढी मात्रा लिएका व्यक्तिहरूमा खोपको प्रभावकारिता ८३-९६.१% रहेको अनुमान गरिएको छ । खोप लिएका व्यक्तिहरूको अध्ययनले कम्तीमा १० वर्षसम्म सुरक्षामा कुनै गिरावट देखाएको छैन ।

पाठेघरको मुखको क्यान्सर र स्क्रिनिङ

पाठेघरको मुखको क्यान्सर कत्तिको सामान्य छ?

विश्वभर, पाठेघरको मुखको क्यान्सर महिलाहरूमा चौथो सबैभन्दा धेरै हुने क्यान्सर हो भने नेपालमा दोस्रो धेरै हुने क्यान्सर हो । एचपीभीसँग सम्बन्धित पाठेघरको मुखको क्यान्सर नेपालमा महिलाहरूमा क्यान्सरका कारण मृत्यु हुने दोस्रो प्रमुख कारण हो । नेपालमा प्रत्येक वर्ष दुई हजार महिलाहरू पाठेघरको मुखको क्यान्सरका कारण ज्यान गुमाउँछन् ।

पाठेघरको मुखको क्यान्सर र एचपीभीबीचको सम्बन्ध के हो?

एचपीभीको उच्च जोखिमका प्रकारहरू (१६ र १८) सहित धेरैजसो व्यक्तिहरूमा यो भाइरस एक वा दुई वर्षभित्र शरीरबाट हट्छ । तर, केही व्यक्तिहरूमा, एचपीभीले पाठेघरको कोशिकाहरू वा जननेन्द्रिय, मुख, वा घाँटीका अन्य क्षेत्रहरूको कोशिकाहरूमा सङ्क्रमण गर्दछ । सङ्क्रमित हुँदा, यी कोशिकाहरू नयाँ कोशिकाहरू बनाउने तरिकामा परिवर्तन गर्छन् । केही व्यक्तिहरूमा, सङ्क्रमित कोशिकाहरू अनियन्त्रित रूपमा बढ्न थाल्छन्, जसले क्यान्सरको विकास गराउँछ। धेरैजसो व्यक्तिहरूमा असामान्य कोशिकाहरू क्यान्सरमा बदलिन १५ देखि २० वर्ष लाग्छ ।

महिलाहरूले पाठेघरको मुखको क्यान्सरका लागि किन स्क्रिनिङ गर्नुपर्छ?

समयसँगै, उच्च जोखिमका एचपीभी जीनोटाइपहरूले कोशिकाहरूमा परिवर्तन ल्याउँछ, जसले क्यान्सर निम्त्याउन सक्छ । क्यान्सर देखा पर्नेअघि, पाठेघरको कोशिकाहरू परिवर्तन भएर असामान्य कोशिकाहरू देखा पर्छन् । यी कोशिकाहरू विस्तारै क्यान्सरको कोशिकामा बदलिन्छन् ।

महिलाहरूले कहिले पाठेघरको मुखको क्यान्सरका लागि स्क्रिनिङ गराउनुपर्छ?

२५ देखि ६० वर्ष उमेरका सबै महिलाहरूले प्रत्येक तीन वर्षमा स्क्रिनिङ गराउनुपर्छ ताकि पूर्व-क्यान्सर घाउहरू वा कम-स्तरका घाउहरू पत्ता लगाउन सकियोस् । प्रारम्भिक रूपमा पत्ता लगाउँदा क्यान्सरको विकास रोक्न सकिन्छ वा प्रारम्भिक चरणको क्यान्सर पहिचान गर्न सकिन्छ, जसलाई सजिलै उपचार गर्न सकिन्छ ।

नेपालमा पाठेघरको मुखको क्यान्सर स्क्रिनिङका लागि कस्ता विधिहरू उपलब्ध छन्?

हाल नेपालमा पाठेघरको मुखको क्यान्सरको जाँच गर्ने विधि एसिटिक एसिड (भिआईए) को दृश्य निरिक्षण मार्फत गरिन्छ । भिआइए (VIA) कम लागत, कार्यान्वयन गर्न सजिलो, र तत्काल परिणाम प्रदान गर्दछ । प्याप परिक्षणको क्रममा पनि स्क्रिनिङ्ग गर्न सकिन्छ तर नतिजा तत्काल उपलब्ध हुँदैन र यो विधि नेपालमा समान्यतया प्रयोग गरिँदैन । नेपालमा एचपीभी-डीएनए परिक्षण शुरु भएको छ । यो विधि कम स्रोत सेटिङ्गमा उच्च स्तरको सटिकता (accuracy) प्रदान गर्ने देखाईएको छ ।

पाठेघरको मुखको क्यान्सरका केही लक्षणहरू के हुन्?

पूर्व-क्यान्सर घाउहरूले प्रायः लक्षण उत्पन्न गर्दैनन्। पाठेघरको मुखको क्यान्सरका लक्षणहरूमा समावेश छन्:

१) महिनावारी बीच वा रजोनिवृत्तिपछि असामान्य रक्तस्राव ।

२) यौन सम्पर्कपछि रक्तस्राव ।

३) बढ्दो वा खराब सुगन्धित योनी स्राव

४) योनिमा असजिलोपन ।

५) ढाड, खुट्टा, वा कम्मरमा लगातार दुखाइ ।

६) खुट्टामा सुन्निनु ।

७) तौल घट्नु, भोक कम हुनु, थकान महसुस हुनु ।

यी लक्षणहरू अन्य धेरै अवस्थाहरूले पनि निम्त्याउन सक्छन् । यद्यपि, यी लक्षणहरूको कारण र पाठेघरको मुखको क्यान्सरको उपस्थिति पत्ता लगाउन स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग परामर्श गर्नु आवश्यक छ ।

पाठेघरको मुखको क्यान्सरको उपचार गर्न सकिन्छ?

यदि पाठेघरको मुखको क्यान्सर पहिचान गरिएको छ भने, एक व्यापक रेफरल र क्यान्सर व्यवस्थापन रणनीति लागु गर्नुपर्छ । पाठेघरको मुखको क्यान्सरको प्रकार र अवस्था अनुसार उपचारमा शल्यक्रिया, रेडियोथेरापी र सहयोग र दुखाई व्यवस्थापनका लागि palliative care हेरचाह समावेश हुनसक्छ ।

एचपीभी, एचपीभी खोप, र पाठेघरको मुखको क्यान्सरबारे थप जान्नुहोस्:

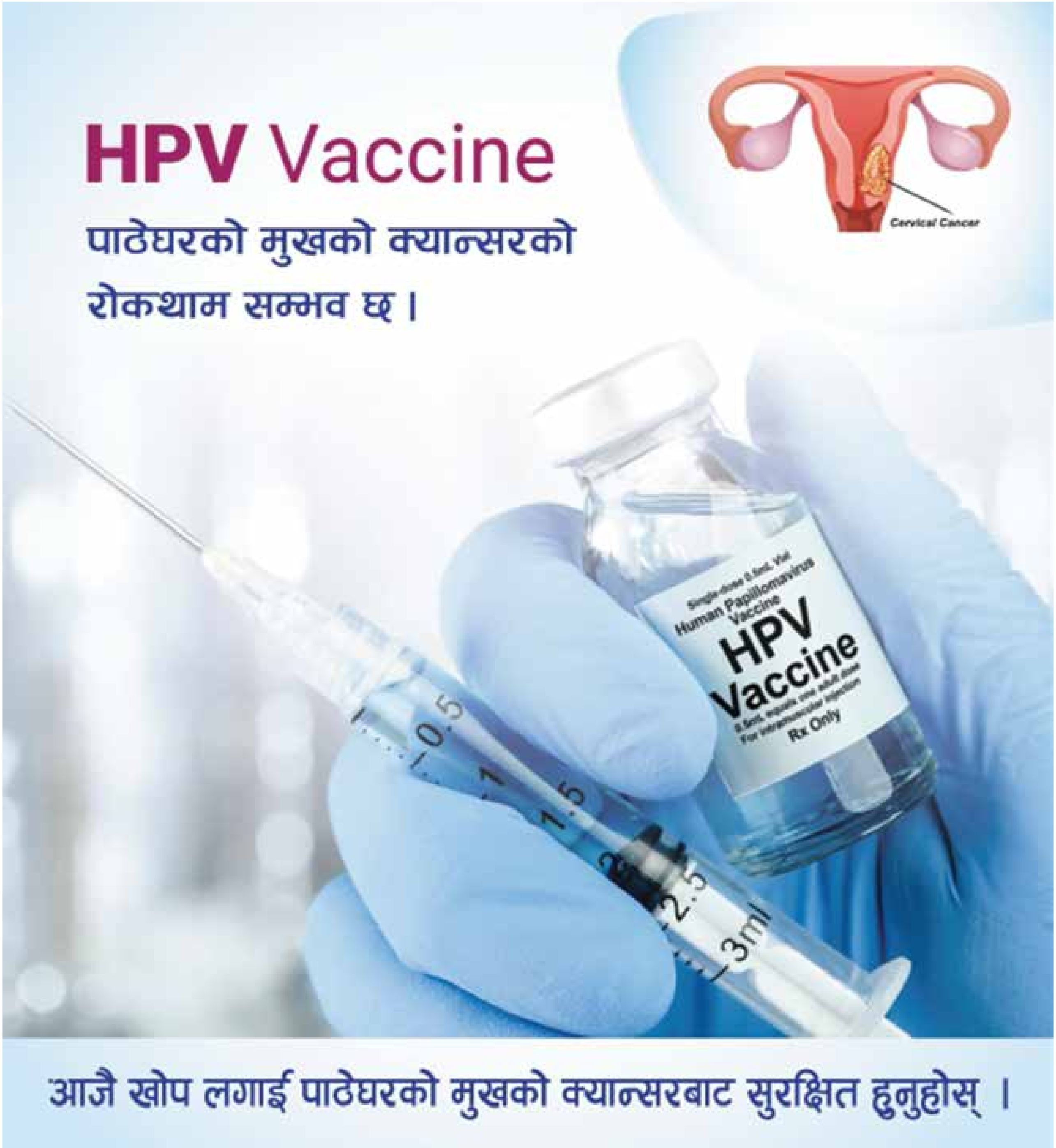
https://fwd.gov.np/cms/hpv-guidelines/

https://fwd.gov.np/cms/cervical_cancer_screening_hpv_dna_sop_2080/

https://fwd.gov.np/cms/hpv-demonstration-guideline/

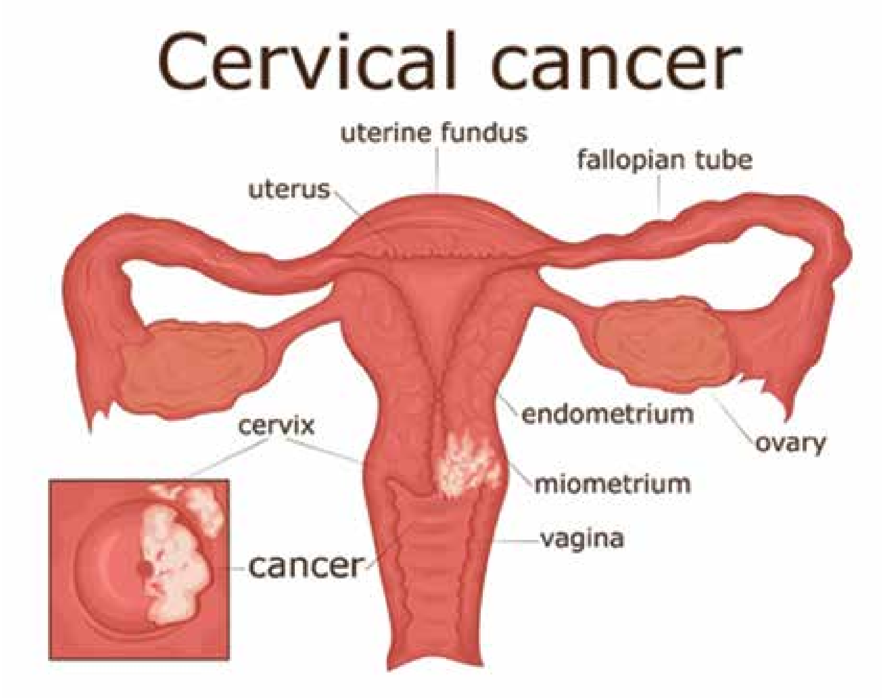
थप जानकारीको लागि टोल फ्री नम्बर ११११५ वा नजिकैको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्नुहोस् ।

थप स्रोतहरू:



चित्र: पाठेघरको मुखको क्यान्सर रोक्न एचपीभी खोप लगाउनुहोस् ।

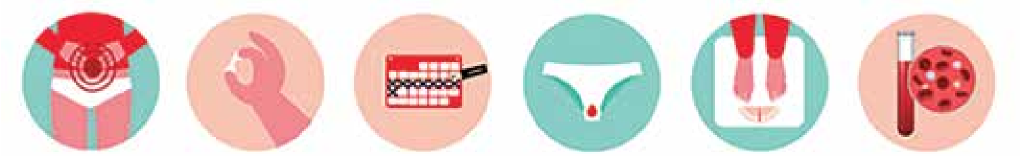
https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.nepalmedishop.com%2Fprescriptions%2Fhpv-vaccine-0-5ml&psig=AOvVaw2zJ0



चित्रः पाठेघरको मुखको क्यान्सर ।

https://fwd.gov.np/cms /hpv-vaccination-service-operational-guidelines-2081/

पाठेघरको मुखको क्यान्सर भएमा निम्न लक्षण, चिन्हहरु देखिन्छन्



चित्रः पाठेघरको मुखको क्यान्सरका लक्षणहरू ।

https://fwd.gov.np/cms /hpv-vaccination-service-operational-guidelines-2081/

स्क्रिनिङ्ग गर्ने विधि		VIA विधि	HPV-DNA विधि
लक्षित वर्ग	सामान्य अवस्थाको महिलाहरु	३० देखि ४९ वर्ष उमेरका	३० वर्ष उमेर माथिका
	HIV संक्रमित महिलाहरु	२५ देखि ४९ वर्ष उमेरका	२५ वर्ष उमेर माथिका
स्क्रिनिङ्ग अन्तराल	सामान्य अवस्थाको महिलाहरु	हरेक ३ वर्ष	हरेक ५ वर्ष
	HIV संक्रमित महिलाहरु	हरेक १ वर्ष	हरेक ३ वर्ष

चित्रः पाठेघरको मुखको क्यान्सर स्क्रिनिङका लागि मापदण्डहरू ।

https://fwd.gov.np/cms /hpv-vaccination-service-operational-guidelines-2081/

आ.व. २०८१/८२ मा सञ्चालन गरिने एच.पि.भी. खोप अभियानमा Cecolin (सिकोलिन) खोप उपलब्ध हुनेछ ।

- यो खोपले एच.पि.भी. पैजाति १६ र १८ को कारणबाट संक्रमण हुने पाठेघरको मुखको क्यान्सर हुनबाट सुरक्षित गर्दछ ।
- यो खोपले ९८% देखि १००% सम्म प्रभावकारी देखिएको छ ।
- यो खोपले Cervical intraepithelial neoplasia grade 1, 2 & 3 र Adenocarcinoma in-situ जस्ता रोगहरुबाट पनि सुरक्षित गर्दछ ।
- यो खोप १० देखि १४ वर्ष उमेरका किशोरीहरुलाई १ मात्रा दिनु पर्दछ ।

चित्रः नेपालमा पाठेघरको मुखको क्यान्सर रोक्नका लागि एचपीभी खोप अभियानमा प्रयोग हुने Cecolin खोप ।

https://fwd.gov.np/cms /hpv-vaccination-service-operational-guidelines-2081/

खोप लगाएपछि हुनसक्ने प्रतिकुल असरहरुः सूई लगाएको टाउँमा दुख्ने, सुनिने, रातो हुने जस्ता समान्य प्रकारका असरहरु । त्यस्तै ज्वरो आउने, टाउको दुख्ने, जिउ दुख्ने, रिँगाटा लाग्ने, मांसपेशी दुख्ने, जोर्नीहरु दुख्ने, थकाई लाग्ने, पेट दुख्ने, वाकवाकी लाग्ने, वान्ता हुने जस्ता असरहरु ।

खोप दिन नहुने अवस्थाः कक्षा ६ भन्दा मुनि अध्ययन गर्ने छात्राहरु । विद्यालय नजाने १० वर्ष भन्दा कम उमेरका किशोरीहरु । गर्भवती महिला । एच.पि.भी. खोपमा भएका कुनै तत्वबाट विगतमा गम्भीर एलर्जिक प्रतिक्रिया वा एनाफाईलेक्सिस प्रतिक्रिया भएको व्यक्ति ।

चित्रः Cecolin खोपका सम्भावित साइड इफेक्टहरु ।

https://fwd.gov.np/cms /hpv-vaccination-service-operational-guidelines-2081/

लक्षित समूह

अभियानको लक्षित समूह	नियमित खोपको लक्षित समूह
कक्षा ६ देखि १० कक्षासम्म अध्ययनरत छात्राहरुलाई तथा विद्यालय बाहिरका किशोरीहरुको हकमा १० देखि १४ वर्ष भित्र (Multi Age Cohort Group)	कक्षा ६ मा अध्ययनरत छात्राहरुलाई र विद्यालय बाहिरका १० वर्ष उमेर समूहका किशोरीहरु

चित्रः नेपालमा फेब्रुअरी ४ देखि १८ सम्म सञ्चालन हुने एचपीभी खोप अभियानको लक्षित समूह ।

https://fwd.gov.np/cms/hpv-vaccine-demonstration-guideline-2080/

राष्ट्रिय खोप-तालिका

पूर्ण खोप, सुरक्षित भविष्य

पटक/भेट	कुन उमेरमा	कुन खोप	सुई लगाउने स्थान र माध्यम	कुन रोगबाट बचाउँछ
१	जन्मने बित्तिकै	बि.सि.जी.	•दाँया पाखुराको माथिल्लो भाग छालाभित्र (Intra-dermal)	•क्षयरोग
२	६ हप्तामा	रोटा (पहिलो मात्रा) पोलियो (पहिलो मात्रा) पि.सि.भी (पहिलो मात्रा) डि.पि.टी. हेप बी-हिब (पहिलो मात्रा)	•मुखमा •मुखमा दुई थोपा •दाँया तिघ्राको बिच बाहिरी भाग मासुमा (IM) •बाँया तिघ्राको बिच बाहिरी भाग मासुमा (IM)	•रोटा भाइरसबाट हुने झाडापखाला •पोलियो •निमोनिया (न्यूमोकोकल रोगहरु) •भ्यागुटे रोग, लहरे खोकी, धनुष्टंकार हेपाटाइटिस-बी, हेमोफिलस इन्फ्लुएन्जा-बी
३	१० हप्तामा	रोटा (दोस्रो मात्रा) पोलियो (दोस्रो मात्रा) पि.सि.भी (दोस्रो मात्रा) डि.पि.टी. हेप बी-हिब (दोस्रो मात्रा)	•मुखमा •मुखमा दुई थोपा •दाँया तिघ्राको बिच बाहिरी भाग मासुमा (IM) •बाँया तिघ्राको बिच बाहिरी भाग मासुमा (IM)	•रोटा भाइरसबाट हुने झाडापखाला •पोलियो •निमोनिया (न्यूमोकोकल रोगहरु) •भ्यागुटे रोग, लहरे खोकी, धनुष्टंकार हेपाटाइटिस-बी, हेमोफिलस इन्फ्लुएन्जा-बी
४	१४ हप्तामा	पोलियो (तेस्रो मात्रा) एफ.आई.पि.भी. (पहिलो मात्रा) डि.पि.टी. हेप बी-हिब (तेस्रो मात्रा)	•मुखमा दुई थोपा •दाँया पाखुराको माथिल्लो भाग छालाभित्र (ID) •बाँया तिघ्राको बिच बाहिरी भाग मासुमा (IM)	•पोलियो •पोलियो •भ्यागुटे रोग, लहरे खोकी, धनुष्टंकार हेपाटाइटिस-बी, हेमोफिलस इन्फ्लुएन्जा-बी
५	९ महिनामा	एफ.आई.पि.भी. (दोस्रो मात्रा) दादुरा-रुबेला (पहिलो मात्रा) पि.सि.भी (तेस्रो मात्रा)	•दाँया पाखुराको माथिल्लो भाग छालाभित्र (ID) •बाँया पाखुराको माथिल्लो भाग छाला र मासु बीच (Subcutaneous) •दाँया तिघ्राको बिच बाहिरी भाग मासुमा (IM)	•पोलियो •दादुरा र रुबेला •निमोनिया (न्यूमोकोकल रोगहरु)
६	१२ महिनामा	जापानिज इन्सेफलाइटिस्	•दाँया तिघ्राको माथिल्लो बाहिरी भाग छाला र मासु बीच (Subcutaneous)	•जापानिज इन्सेफलाइटिस्
७	१५ महिनामा	दादुरा-रुबेला (दोस्रो मात्रा) टाइफाइड	•बाँया पाखुराको माथिल्लो भाग छाला र मासु बिच (Subcutaneous) •बाँया तिघ्राको बिच बाहिरी भाग मासुमा (IM)	•दादुरा र रुबेला •टाइफाइड

सम्झनुहोस्: गर्भवती महिलाले पहिलो गर्भमा कम्तिमा एक महिनाको अन्तरमा २ पटक टि.डी. खोप लगाउने पर्छ ।

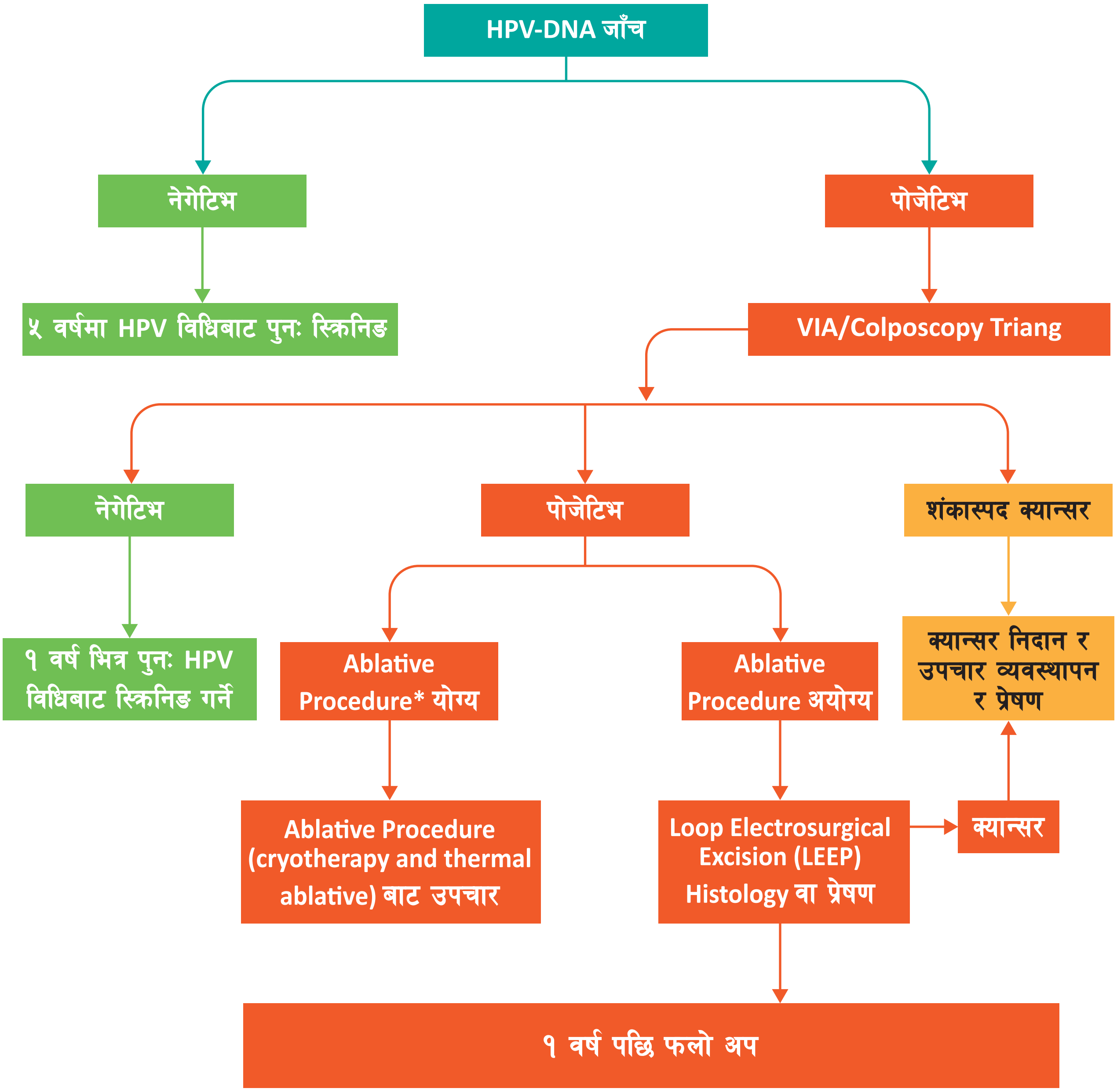
पूर्ण खोप लगाऔं, बालबालिकालाई रोगहरुबाट सुरक्षित बनाऔं ।

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
स्वास्थ्य सेवा विभाग
परिवार कल्याण महाशाखा

चित्र: नेपाल राष्ट्रिय खोप तालिका ।

https://fwd.gov.np/cms /hpv-vaccination-service-operational-guidelines-2081/

HPV-DNA विधिबाट स्क्रिनिङ सम्बन्धी Algorithm



चित्रः एचपीभी-डीएनए स्क्रिनिङको प्रक्रिया ।

https://fwd.gov.np/wp-content/uploads/2024/05/Cervical_Cancer_Screening_HPV_DNA_SOP_2080.pdf

HENRY FORD HEALTH
Global Health Initiative

G. T. A. FOUNDATION
GTA
जि.टी.ए. फाउंडेशन