

فصل ۲۰

معاینه حوصلی (معاینه داخلی لگن خاصره) چگونه مهبل و رحم معاینه شوند

درین فصل

- ۳۷۴ چه وقت معاینه حوصلی اجرا شود
مصوون ساختن معاینه حوصلی ۳۷۴
- ۳۷۵ قبل از معاینه
کمک کنید تا خانم راحت و به حالت رخاوت
پرسیدن تاریخچه از خانم ۳۷۵
باشد ۳۷۵
- ۳۷۶ معاینه با دیدن یا مشاهده
۳۷۶
- ۳۷۷ معاینه با سپکیولوم
اجرای تست برای انتانات و سرطان ۳۷۹
تست HPV با استفاده از سرکه ۳۸۰
تست مخاط عنق رحم (Pap Test) برای
تشخیص انتانات و سرطان ۳۸۱
سرطان عنق رحم ۳۸۳
- ۳۸۵ معاینه با هر دو دست
۳۸۵

معاینه حوصلی:

چگونه مهبل و رحم معاینه گردند

معاینه حوصلی یا معاینه داخلی لگن خاصره يك طریق آموختن این موضوع است که در داخل مهبل و رحم خانم از لحاظ صحتی چه می‌گذرد.

اجرای معاینه حوصلی کمک می‌نماید تا بیاموزید که:

- آیا خانم حامله است، و چند هفته از حمل وی می‌گذرد.
- آیا خانم در مهبل یا رحم خود کدام انتانی دارد.
- آیا خانم سرطان عنق رحم و یا رحم دارد.



همچنان تطبیق وسیله داخلی رحمی (IUD) ضرورت به اجرای معاینه حوصلی دارد (فصل ۲۱ دیده شود) و یا برای استفاده از آله مکنده دستی (MVA) ضرورت به اجرای معاینه داخلی است (فصل ۲۳ دیده شود).

آموختن و اجرای این معاینه مشکل نیست، بیشتر اشخاص می‌توانند آن را انجام دهند.

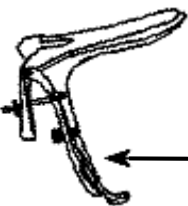
يك معاینه متفاوت دیگری وجود دارد که نشان می‌دهد آیا عنق رحم در زمان ولادت باز می‌گردد یا نه. این فصل طرز اجرای آن معاینه را تشریح نمی‌دارد. صفحه ۳۳۹ را مطالعه کنید تا اجرای آن را بیاموزید.

یادداشت: در بعضی مناطق، معاینه حوصلی فقط توسط داکتران قابل اجرا است - نه قابله‌ها. اما از امتحان کردن آن نترسید. با آموزش و تمرین قابله‌ها می‌توانند این معاینه و دیگر مهارت‌ها را بیاموزند. قابله‌ای که طرز اجرای معاینه حوصلی را بیاموزد خواهد توانست برای صحتمند ماندن خانم‌ها در تمام طول حیات شان کمک نماید و نه تنها در زمان ولادت.

معاینه حوصلی دارای ۳ جزء می‌باشد

۱. معاینه با دیدن یا مشاهده که يك طریق دیدن علایم انتان در خارج جهاز تناسلی خانم می‌باشد (صفحه ۳۷۶ دیده شود).

۲. معاینه با سپکیولوم که يك طریق دیدن داخل مهبل خانم و معاینه صحتمندی عنق رحم می‌باشد. برای معاینه با سپکیولوم يك آله بنام سپکیولوم استفاده می‌گردد (صفحه ۳۷۷ دیده شود).



۳. معاینه با هردو دست يك طریق معاینه صحتمندی رحم و تخمدان‌های خانم و یا معاینه اندازه رحم در زمان حاملگی می‌باشد. برای اجرای معاینه با هردو دست، با انگشتان يك دست که داخل مهبل خانم می‌باشد و دست دیگر که روی شکم خانم قرار می‌گیرد در عین زمان رحم را احساس می‌نمائید (صفحه ۳۸۴ دیده شود).

همیشه به اجرای هر ۳ جزء فوق نیاز نمی‌باشد.

چه وقت معاینه حوصلی اجرا شود

زمانی معاینه حوصلی مفید و مصوون است که:

- خانم می‌خواهد راجع به وضعیت صحتی عنق رحم، تخمدان‌ها و رحم خود بداند. هرگاه خانم علایم انتان یا سرطان را داشته باشد، مسلماً باید این معاینه را انجام دهید. مگر ممکن است خانم مصاب انتان و یا سرطان رحم یا عنق رحم باشد درحالی که هیچ علایمی نداشته باشد. بناءً در صورت امکان خانم‌ها باید هر چند سال بعد معاینه حوصلی گردند، حتی اگر هیچ علامه از کدام مشکل صحتی موجود نباشد.
- خانم حامله بوده و شما می‌خواهید بدانید که سن حاملگی وی چند است.
- خانم می‌خواهد که وسیله داخل رحمی (IUD) برایش تطبیق گردد (فصل ۲۱ را ببینید).
- خانم بعد از يك سقط یا سقط بنفسمی (فصل ۲۲ دیده شود) مشکلات داشته و ضرورت به استفاده از آله مکنده دستی یا MVA احساس می‌شود (فصل ۲۳ دیده شود).

اخطار! در حالات زیر انجام معاینه حوصلی مصوون نیست:

- خانم در حال ولادت است. درین صورت هیچ لزومی ندارد که شما معاینه با دیدن یا مشاهده، معاینه با سکیولوم و یا معاینه با هر دو دست را اجرا کنید. اگر ضرور است که عنق رحم دیده شود که آیا باز می‌گردد یاخیر، صفحه ۳۳۹ را ببینید.
- خریطه مایع امنیوتیک (خریطه آب) پاره شده است. هرگاه خانم حامله است و خریطه آب رحم پاره شده باشد، این معاینه می‌تواند سبب انتشار انتان بداخل رحم شود.
- خانم در مراحل اخیر حاملگی قرار داشته و خونریزی از مهبل دارد. در صورت موجودیت خونریزی مهلی در مراحل اخیر حاملگی ممکن است پلاستنا پریویا موجود باشد (صفحه ۱۱۲ دیده شود). معاینه حوصلی را اجرا نکنید - شاید خونریزی شدیدتر گردد.
- خانم در چند هفته اخیر ولادت کرده است.



مصوون ساختن معاینه حوصلی

معاینه حوصلی اکثراً مصوون است، اما ممکن است خطراتی داشته باشد. در زمان اجرای معاینه حوصلی باید متیقن باشید که هیچ میکروبی را داخل مهبل خانم نمی‌سازید. در زمان اجرای معاینه حوصلی:



- همیشه دست‌های خود را قبل و بعد از معاینه خوب بشوئید (صفحه ۵۳ را ببینید).
- همیشه دستکش‌های بسیار پاک و معقم بپوشید (صفحه ۵۴ دیده شود).
- همیشه از وسایل معقم استفاده نمائید.

اگر نتوانید دست‌های خود را بشوئید و یا دستکش معقم بپوشید، اجرای معاینه حوصلی مصوون نیست. هرگاه معاینه حوصلی مصوون را انجام داده نتوانید و یا اگر خانم نخواست باشد که معاینه حوصلی انجام دهید، ممکن طریقه‌های دیگری وجود داشته باشد که بتوانید در مورد صحت خانم معلومات حاصل نمائید.

برای مثال، برای دریافت موجودیت انتان در رحم يك خانم، با این سوال شروع کنید که آیا خانم کدام علامه انتان را دارد (صفحه ۳۲۵ دیده شود) و درجه حرارت بدن وی را اندازه کنید. همچنان می‌توانید فشار دادن روی شکم خانم در بالای استخوان عانه را نیز امتحان کنید. هرگاه خانم يك انتان رحم داشته باشد، این کار دردناک خواهد بود. اینها طریقه‌های مصوون دریافت انتان می‌باشند زیرا برای این معاینات مجبور نیستید که انگشتان خود را داخل مهبل خانم سازید.

قبل از معاینه

کمک کنید تا خانم راحت و به حالت رخاوت باشد

اگر خانم راحت، بدون ترس و به حالت رخاوت باشد، معاینه حوصلی آسانتر و راحتتر خواهد بود. به خانم تشریح کنید که چه می‌خواهید انجام دهید و چرا اینکار را انجام می‌دهید. به خانم خاطر نشان سازید که نفس‌های عمیق بگیرد و بدن خود را سست نگه دارد. به آهستگی پیش بروید و در صورتی که خانم اذیت شود، توقف نمائید. درد می‌تواند يك علامه انتان بوده و یا این را نشان دهد که شما باید با ملایمت بیشتری عمل نمائید.



ترس

بعضی زنان از معاینه حوصلی ترس دارند، این زنان یا هیچ وقت معاینه حوصلی نشده باشند و یا در معاینات حوصلی سابقه بسیار درد داشته اند. خانم‌هایی که مورد سوء رفتار جنسی یا فیزیکی قرار گرفته باشند، معاینه حوصلی يك زمان مشکلی برایشان خواهد بود. با جسم این خانم‌ها در زمان و جایی که نمی‌خواستند تماس صورت گرفته است. از همه زنان و بخصوص از زنانی که مورد سوء رفتار قرار گرفته اند، قبل از تماس اجازه گرفته شود.

شرم (خجالت)

معاینات حوصلی شامل معاینه آله تناسلی و مهبل می‌باشد. بسیاری زنان از این قسمت بدن خود خجالت کشیده و یا شرم دارند. آنها شاید نخواهند که درباره آن صحبت کرده، به آن نظر انداخته، و یا بدیگران اجازه دهند که آن را ببینند.

شما می‌توانید با نحوه اجرای معاینه حوصلی نشان دهید که این اجزای بدن نورمال هستند و همینطور صحبت کردن در مورد آنها. خانم را تشویق نمائید که سوال کند. شاید نتوانید احساس خجالت و شرم خانم را بر طرف کنید، اما می‌توانید کمک کنید تا کاهش یابد.

پرسیدن تاریخچه از خانم

قبل از شروع معاینه حوصلی، از خانم سوال نمائید که چه وقت آخرین خونریزی ماهوار خود را داشته، آیا خانم حامله است و آیا کدام علامه انتان مهبل یا رحم را دارد. در فصل ۷ يك تعداد سوالات دیگر نیز پیشنهاد شده است تا از خانم در مورد تاریخچه صحتی وی پرسیده شود.

همچنان برای خانم شرح داده شود که در جریان معاینه حوصلی چه خواهید کرد و به تمام سوالات خانم در مورد جواب بدهید.

معاینه حوصلی

قبل از شروع:

- مطمئن باشید که محرمت تأمین شده است.
- تمام وسایل مورد ضرورت معاینه را آماده داشته باشید.

تکه‌های پاک برای پاک نمودن بعد از معاینه



آئینه



منبع نور



دستکش‌های پلاستیکی پاک یا تعقیم شده



برای تطبیق وسیله داخل رحمی (IUD) و یا اجرای استفاده از آله مکنده دستی (MVA) سپکیولوم و دستکش‌ها باید حتمی تعقیم شده باشند. برای دیگر معاینه يك سپکیولوم بسیار پاک نیز درست است.

- از خانم بخواهید که قبل از معاینه ادرار نماید. این کار معاینه حوصلی را برای برایش خیلی راحت‌تر خواهد ساخت.
- از وی بخواهید که پتلون یا تنبان خود را کشیده و دامن لباس خود را بلند کند. اگر خانم بخواهد که پاهایش پوشیده باشد، برایش يك روجائی یا دستمال پاک بدهید.
- از خانم بخواهید که به پشت دراز کشیده درحالی که زانوهایش بلند باشد و سرین وی در کنار میز معاینه یا تخت قرار گیرد.

- دست‌های خود را با آب پاک و صابون بشوئید. ناخن‌های شما باید پاک و کوتاه باشند.
- دستکش‌های پلاستیکی پاک را بدست خود نمائید.



اعضای تناسلی صحتمند



معاینه با دیدن (مشاهده)

جلد ناحیه تناسلی باید صحتمند و صاف باشد. آله تناسلی باید پاک باشد، مگر اندکی افرازش روشن یا سفید از مجرای مهبل نارمل است.

موجودیت هرگونه برجستگی، تورم، افرازش غیرمعمول، زخم‌ها و ندبه‌ها را در ناحیه تناسلی ملاحظه کنید. بعضی اوقات می‌توانید برجستگی هائی را با دست احساس کنید که دیده نمی‌شوند. برجستگی‌ها و زخم‌ها می‌توانند علایم انتان و یا جروحات باشند. (فصل ۱۸ برای آموزش در مورد انتانات تناسلی دیده شود).

معاینه با سپکیولوم (Speculum)

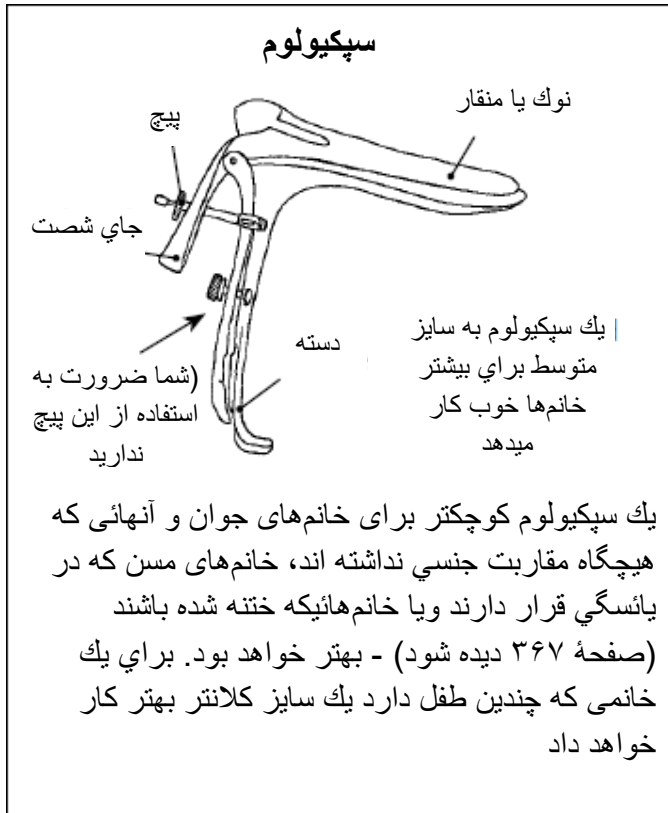
سپکیولوم یک وسیله برای دیدن داخل مهبل و معاینه داخل مهبل است. سپکیولوم دیوارهای مهبل را باز نگه می‌دارد. در صورتی که در موقعیت درست قرار گیرد، قادر خواهید شد که عنق رحم را ببینید و برای تست انتان و یا سرطان مواد بگیرید یا وسیله داخل رحمی (IUD) را تطبیق نمائید و یا رحم را تخلیه کنید.

یک سپکیولوم را بصورت تمرینی چند مرتبه باز و بسته کنید تا با نحوه کار آن آشنا شده، و در هنگام معاینه حوصلی راحت باشید.

بعضی از قابله‌ها قبل از معاینه به خانم اجازه می‌دهند تا به سپکیولوم نظر اندازد. این کار به فهم خانم در مورد معاینه کمک می‌کند.

۱. با تماس نمودن پاهای خانم، خواستن از وی که نفس بکشد و با مهربانی و آهسته کار کردن به خانم کمک نمائید تا راحت و با رخاوت بماند.

به خانم
خاطر نشان



یک سپکیولوم کوچکتر برای خانم‌های جوان و آنهایی که هیچگاه مقاربت جنسی نداشته اند، خانم‌های مسن که در یائسگی قرار دارند و یا خانم‌هایی که ختنه شده باشند (صفحه ۳۶۷ دیده شود) - بهتر خواهد بود. برای یک خانمی که چندین طفل دارد یک سائز کلانتر بهتر کار خواهد داد

سازید که اگر سپکیولوم او را ناراحت ساخت به شما بگوید و در صورتی که خانم اذیت می‌شود توقف نمائید.

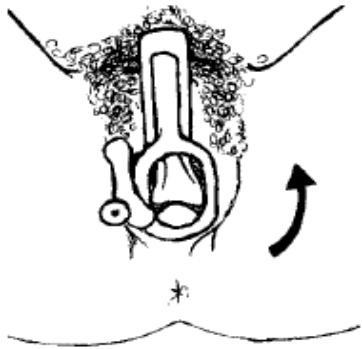
۲. سپکیولوم را با آب گرم و پاک و یا با گرفتن آن در بین دست‌های دستکش پوشیده خود، گرم نمائید.

۳. از خانم بپرسید که آیا برای شروع معاینه آماده است. زمانی که خانم آماده باشد، با ملایمت لب‌های آله تناسلی خانم را با یک دست باز نمائید تا مجرای مهبل را دیده بتوانید. اطمینان حاصل کنید که در هنگام اجرای هرکاری به خانم تشریح می‌نمائید که چه انجام می‌دهید.

۴. سپکیولوم را با دست دیگر خود بگیرید. دسته آن را به یک طرف دور دهید، و نوک یا منقار آنرا درحالی که بسته است بداخل مهبل بلغزانید. در صورتی که با ملایمت رفتار کنید، نوک سپکیولوم بداخل مهبل می‌لغزد بدون آنکه باعث اذیت خانم گردد.

همانطوری که سپکیولوم را داخل می‌برید، آنرا دور دهید تا دسته آن به پائین قرار گیرد. بسیار احتیاط کنید تا جلد و یا موهای جلد خانم را کش نکنید. با ملایمت تمام سپکیولوم را داخل سازید. دسته سپکیولوم باید روی جلد خانم بین مهبل و مقعد قرار گیرد.





یاد داشت: اگر خانم روی بستر یا یک میز هموار قرار داشته و دسته سپکیولوم در پائین قابل تطابق نباشد، می‌توانید آن را طوری داخل نمائید که دسته آن بالا باشد.

۵. منقار یا لبه‌های سپکیولوم را با فشار ملایم روی ناحیه‌ای که انگشت شصت قرار می‌گیرد، باز نمائید.



عق رحم اکثراً به این بزرگی می‌باشد

زمانی که عنق رحم را در بین دهانه سپکیولوم مشاهده کردید، پیچ موجود در جای شصت را بسته نمائید تا سپکیولوم باز بماند.

اگر شما سپکیولوم را باز نموده اید مگر عنق رحم را نمی‌بینید، آن را بسته کرده و یک اندازه از مهبل خارج نمائید. بعد با تکرار قدم ۴ سپکیولوم را داخل کرده و امتحان نمائید. عنق رحم ممکن است اندکی به یکطرف متمایل شده باشد. البته این حالت نارمل است. بعضاً اگر خانم در حال باز بودن سپکیولوم سرفه نموده و یا طوری زور بزنید که گویا مواد غایطه را دفع می‌کند، عنق رحم با وضاحت بیشتری دیده خواهد شد.

۶. به طرف عنق رحم ببینید - باید شکل لشم و گلابی را داشته، و یا در صورتی که خانم حامله باشد، اندکی آبی رنگ خواهد بود.

برجستگی‌های کوچک هموار در عنق رحم اکثراً نارمل اند، مگر زخم‌ها و زخ‌ها علایم انتان می‌باشند. دقت کنید که آیا کدام افرازات یا خون از عنق رحم خارج می‌گردد. افرازات رقیق، سفید یا شفاف اکثراً نارمل و سالم اند. افرازات سبز، زرد، خاکستری، مکدر و یا بویناک می‌تواند علامه انتان باشند.

۷. اگر خانم خواسته باشد که عنق رحم خود را ببیند، می‌توانید یک آئینه و چراغ را بگیرید تا کمک شود که خانم ببیند. این یک چانس خوبی برای خانم است تا در مورد جسم خود معلومات بیشتری حاصل کند.



۸. با استفاده از تست با سرکه یا تست مخاط عنق رحم (Pap test) علایم سرطان عنق رحم را معاینه کنید (صفحه ۳۷۹ دیده شود).

۹. برای برداشتن سپکیولوم، آن را اندکی بطرف خود کش کنید تا این که نوک آن از عنق رحم تا اندازه‌ای دور گردد. پیچ‌های جای شصت را سست کنید و اجازه دهید که با ملایمت درحالی که سپکیولوم را بخارج از مهبل کش می‌نمائید، نوک آن بسته گردد. زمانی که سپکیولوم مکمل خارج می‌گردد، نوک آن باید کاملاً بسته باشد.



۱۰. برای پاک کردن افرازا، یک تکه یا پارچه پاک را در اختیار خانم قرار دهید.

۱۱. از یادتان نروید که سپکیولوم را بعد از استفاده، پاک کنید.

تست‌ها برای دریافت سرطان عنق رحم

یک دلیل مهم انجام معاینه با سپکیولوم، تست صحت‌مندی عنق رحم است. عنق رحم می‌تواند بخاطر موجودیت علائم سرطان یا ویروس پاپیلومای انسانی (HPV) معاینه شود. زنانی که تست آنها نورمال است ممکن است هر ۳ سال یا زمانی که برای مواظبت حاملگی مراجعه می‌کنند باز هم تست شوند. زنانی که تست آنها نورمال نبود باید به دفعات بسیار بیشتری معاینه شوند. زنانی که علائم بیماری را نشان می‌دهند باید فوراً تست شوند. هرگاه علائم سرطان رحم بصورت مقدم شناسایی گردد، قابل علاج است. برای دیدن حجرات غیرنورمال عنق رحم ۲ تست وجود دارد. حجرات غیرنورمال همیشه سرطانی نیست اما می‌تواند به سرطان تحول نماید. می‌توانید با تست نمودن زنان و کمک به دریافت تداوی فوری در صورت نیاز، به وقایع آنها از سرطان کمک نمایید. نیاز ندارید که هر دو نوع تست را انجام دهید. همان تست را انتخاب کنید که در منطقه شما می‌تواند بسیار به آسانی استفاده گردد.

تست مخاط عنق رحم (Pap Test)

تست پاپ نیز برای دیدن حجرات غیرنورمال استفاده می‌شود اما این تست بسیار قیمت بوده و به لابراتوار نیاز دارد. شما نیاز خواهید داشت که ۲ تا ۳ هفته انتظار بکشید تا نتیجه برسد. اما این تست می‌تواند بگوید که حجرات غیرنورمال سرطانی اند، ماقبل سرطانی اند یا سرطانی نیستند.

یا

تست سرکه

اجرای تست با سرکه آسان است، گران قیمت نیست و برای اجرای آن ضرورت به کدام لابراتوار ندارید تا نتیجه را بفهمید. اگر خانم حجرات غیرنورمال در عنق رحم داشته باشد، با تست سرکه سفید خواهند شد. این لکه‌های سفید سرطانی، ماقبل سرطانی بوده و یا یک مشکل غیرسرطانی باشد.



اگر تست سرکه لکه‌های سفید را نشان دهد و یا در تست پاپ حجرات ماقبل سرطانی دریافت شود بهتر آن است که حجرات غیرنورمال با تداوی کریوتراپی (Cryotherapy) برداشته شوند (صفحه ۳۸۴ دیده شود). اگر در تست پاپ سرطان مثبت بود و یا تست سرکه ساحة وسیعی از حجرات غیرنورمال را تشخیص کند که تداوی آن با کریوتراپی مشکل باشد، خانم بزودی ممکنه به توجه طبی نیاز دارد. هرگاه سرطان قبل از انتشار تشخیص شده و تداوی گردد، معالجه خواهد شد.

شما می‌توانید این تست‌ها را تقریباً هر وقت انجام دهید، بشمول زمانی که خانم خونریزی ماهوار داشته و یا حامله باشد. جریان خونریزی ماهوار بهترین زمان برای اجرای تست‌ها نمی‌باشد، زیرا موجودیت خون وضاحت تست را کمتر می‌سازد. مگر اجرای این تست‌ها در زمان خونریزی ماهوار بهتر از آنست که هیچ معاینه نگردد. هرگاه خانم خونریزی ماهوار داشته باشد، با استفاده از یک فورسپس طولانی با پنبه معقم با ملایمت خون روی عنق رحم پاک گردیده و بعد تست را اجرا کنید.

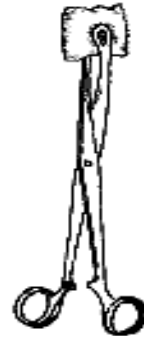
بسیاری افراد با یک ویروس قابل انتقال از طریق مقاربت جنسی که به نام ویروس پاپیلومای انسانی (HPV) یاد می‌شود، منتن می‌شوند. افراد از طریق مقاربت با شخصی که این ویروس را دارد مبتلا به آن می‌شوند. بعضی انواع ویروس پاپیلومای انسانی سبب زخ‌های مهلی می‌شوند. برخی انواع اندک این ویروس بسیار خطرناک بوده و می‌توانند منجر به سرطان عنق رحم گردند. اغلب افراد مصاب به ویروس پاپیلومای انسانی دارای زخ‌های مهلی و دیگر علائم قابل دید نیستند. اگر یک خانم یکی از انواع خطرناک ویروس پاپیلومای انسانی را داشته باشد ممکن است مبتلا به سرطان عنق رحم گردد.

شما می‌توانید با اجرای یک تست پیدا کنید که آیا خانم مصاب نوعی از ویروس پاپیلومای انسانی (HPV) که سبب سرطان عنق رحم می‌شود یا خیر. این تست مشابه تست پاپ اجرا می‌شود. اگر تست مثبت باشد، بدان معنی نیست که خانم مصاب سرطان است. خانم باز هم نیاز به تست سرکه یا تست پاپ خواهد داشت تا دیده شود که آیا حجرات غیرنورمال از سبب ویروس پاپیلومای انسانی در عنق رحم موجود است و اگر آن تست‌ها سرطان را نشان ندهند به شما می‌فهمانند که خانم به اجرای منظم تست پاپ و یا تست سرکه نیاز دارد تا هرگاه سرطان آشکار شود بتواند به سرعت تداوی گردد.

تست سرکه برای سرطان یا حجرت ماقبل سرطان

تست سرکه ساده‌ترین روش بررسی موجودیت حجرات غیرنورمال در عنق رحم می‌باشد. حجرات غیرنورمال می‌تواند یک علامه سرطان یا ماقبل سرطان باشد.

۱. سپکیولوم را داخل نموده و عنق رحم را ببینید.
۲. یک پارچه گاز یا تکه معقم را در یک فورسپس طویل معقم محکم بگیرید
۳. گاز را داخل سرکه سفید شفاف مرطوب نمایند (هر نوع سرکه می‌تواند کار بدهد بشرطی که مقدار اسیتیک اسید آن ۴% تا ۵% باشد) و عنق رحم را با گاز مرطوب سازید. گاز را خارج کنید. سرکه نباید سبب اذیت عنق رحم گردد، اما امکان دارد کمی سوزش ایجاد کند.
۴. برای ۱ دقیقه صبر کنید. اگر حجرات غیرنورمال موجود باشد، اکثراً لکه‌های سفید رنگی در عنق رحم نمایان می‌شوند.



اگر لکه‌های سفید در عنق رحم نمایان شد، خانم فوراً به مواظبت طبی نیاز دارد. اگر لکه‌های سفید بسیار بزرگ نباشند می‌توانند برداشته شده و یا کریوتراپی (یخ زده) شوند تا از سرطان پیشگیری شود. خانم همچنان می‌تواند تست‌های دیگری داشته باشد تا دریافت گردد که سرطان عنق رحم شما می‌تواند با کمک به این که بصورت مقا و تداوی گردد، حیات خانم را حفظ نماید.

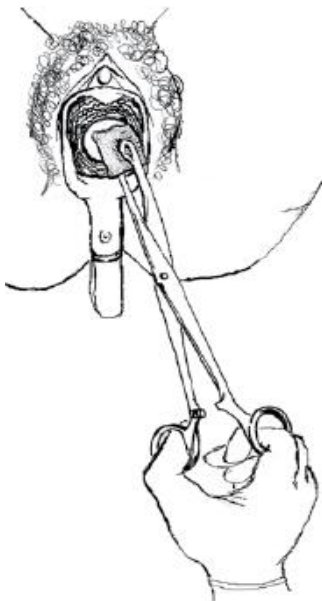
ویروس پاپیلومای انسانی (HPV) و سرطان عنق رحم

بسیاری افراد با یک ویروس قابل انتقال از طریق مقاربت جنسی ویروس پاپیلومای انسانی (HPV) یاد می‌شود، منتن می‌شوند. افر طریق مقاربت با شخصی که این ویروس را دارد مبتلا به آن می بعضی انواع ویروس پاپیلومای انسانی سبب زخ‌های مهلی می‌ش برخی انواع اندک این ویروس بسیار خطرناک بوده و می‌توانند سرطان عنق رحم گردند. اغلب افراد مصاب به ویروس پاپیلوما دارای زخ‌های مهلی و دیگر علائم قابل دید نیستند. اگر یک خانم انواع خطرناک ویروس پاپیلومای انسانی را داشته باشد ممکن است به سرطان عنق رحم گردد.

شما می‌توانید با اجرای یک تست پیدا کنید که آیا خانم مصاب نو ویروس پاپیلومای انسانی (HPV) که سبب سرطان عنق رحم می خیر. این تست مشابه تست پاپ اجرا می‌شود.

اگر تست مثبت باشد، بدان معنی نیست که خانم مصاب سرطان پاپ خواهد داشت تا دیده شود که آیا حجرات غیرنورمال از سبب

موجود است و اگر آن تست‌ها سرطان را نشان ندهند به شما می‌فهمانند که خانم به اجرای منظم تست پاپ و یا تست سرکه نیاز دارد تا هرگاه سرطان آشکار شود بتواند به سرعت تداوی گردد.

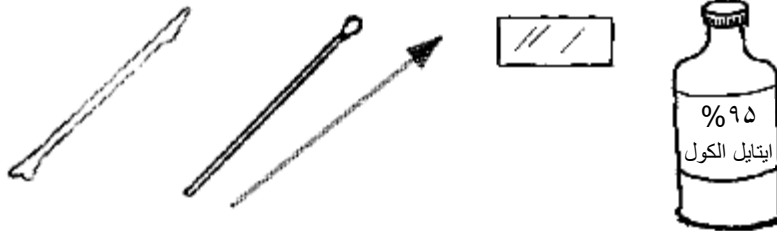


تست مخاط عنق رحم (Pap Test) برای تشخیص انتان و سرطان

برای انجام دادن این تست، یک قسمت بسیار نازک نسج عنق رحم و جدار مهبل تراش شده و روی یک شیشه نازک که بنام سلاید یاد می‌گردد، هموار می‌شود. برای اجرای تست Pap باید به یک لابراتوار دسترسی داشته باشید. در لابراتوار افراد آموزش دیده این نسج روی سلاید را در زیر میکروسکوپ می‌بینند تا بدانند که سالم است یاخیر.

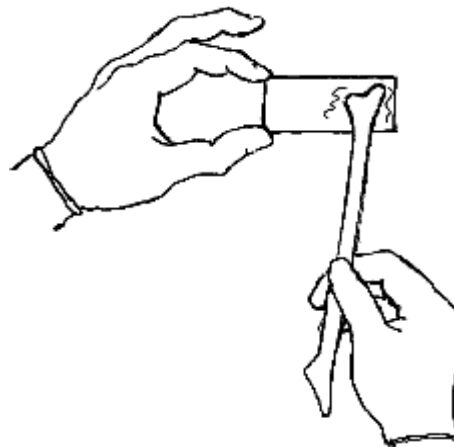
قبل از انجام تست، وسایل معقم (یا بسیار پاک) را فراهم نمایید:

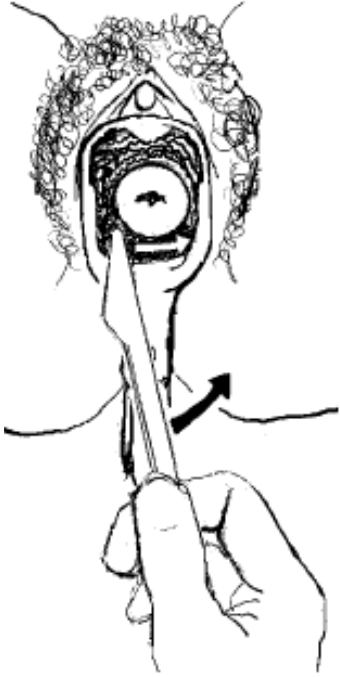
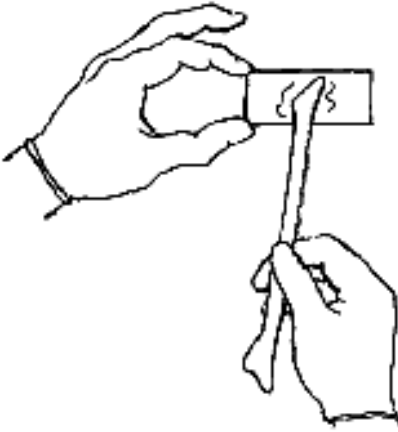
ماده تثبیت کننده سلاید چوبک پنبه دار طولانی
(SWAB) ویا برس حجروي سپتیولا یا کاردک



۱. سپکیولوم را داخل نمایید.
۲. نهایت کاردک را که دو نقطه برجسته دارد روی عنق رحم گذاشته و آن را بوسیله انگشت شصت و اشاره، یک دور کامل بدهید. همانطوری که سپتیولا یا کاردک را دور می‌دهید، یک طبقه بسیار نازک نسجی از عنق رحم بتراشانید. این کار نباید خانم را افکار سازد، اما ممکن بعضی اوقات سبب ناراحتی گردد. مقدار کم خونریزی از عنق رحم نارمل است

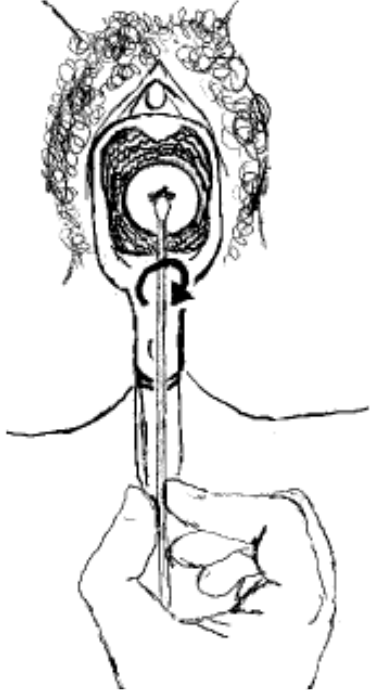
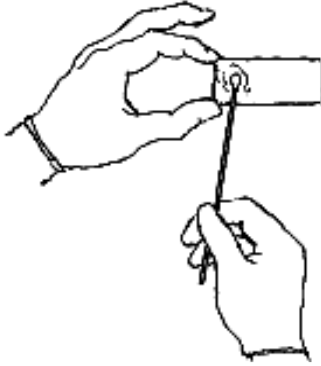
۳. کاردک یا سپتیولا را در یک نهایت سلاید پاک کنید.



۴. نهایت دیگر کاردک (Sptula) را در قسمت تحتانی عنق رحم، که با جدار مهبل متصل می‌شود، قرار دهید. توسط کاردک با یک حرکت جانبی و با ملایمت آن محل را تراش دهید.

۵. کاردک را در قسمت وسط سلاید، نزدیک به نمونه اولی پاک نمائید.

۶. نهایت چوبک پنبه دار (Swab) را حدود ۱ سانتی متر داخل دریچه عنق رحم سازید. با ملایمت آن را یک دور مکمل بچرخانید. این می‌تواند به خانم ناراحت کننده باشد، مگر خطرناک نیست.

۷. چوبک پنبه دار را در آن نهایت سلاید که استفاده نشده است، نزدیک به نمونه دوم پاک کنید.

۸. ماده تثبیت کننده را به روی سلاید بریزید. انواع مختلف مواد تثبیت کننده موجود اند، اما ارزانترین آنها عبارت از الکل طبی (ایتایل الکل ۹۵٪) است.

مقداری از الکل را داخل یک ظرف انداخته و بزودی بعد از این که نمونه‌ها روی سلاید هموار شد، آن را بین الکل داخل ظرف غوطه کنید. البته این کار هرچه عاجلتر صورت گیرد تا نمونه‌ها در هوای آزاد خشک نشوند. چند دقیقه سلاید را داخل الکل بگذارید و بعد آن را در هوای آزاد بمانید تا خشک گردد. در صورتیکه الکل طبی نداشته باشید، مقداری از اسپری موی سر را بر روی سلاید شیشه‌ای بپاشانید.



اضافه نمودن یک تثبیت کننده لازمی است، در غیر آن طبقه نازک نسجی از روی سطح سلاید جدا گردیده و در نتیجه معاینه شما دقیق نخواهد بود.



۹. سلاید را به یک لابراتوار که توانایی انجام Pap Test را دارد، ببرید (همه لابراتوارها این کار را کرده نمی‌توانند). در جریان یک هفته بعد از گرفتن نمونه باید سلاید برای معاینه برده شود.

← **یاد داشت:** برای خانم یاد آور شوید که مقدار کمی خونریزی بعد از نمونه گیری در تست Pap، نارمل می‌باشد.

سرطان عنق رحم

سرطان عنق رحم می‌تواند کشنده باشد، اما اگر در ص ابتدائی تداوی گردد، اکثرأً معالجه شده می‌تواند. یک کارکن صحتی آموزش یافته می‌تواند حجرات غیرنورمال را یخ زده و تخریب نماید. اگر ساحه وسیعتر باشد یک داکتر یا نرس می‌تواند قسمت‌های مرضی عنق رحم را در یک کلینیک یا مرکز صحتی برداشته یا تخریب نماید. بعد از تداوی اکثرأً خانم بهتر خواهد شد. صدها هزار خانم سالانه در اثر این سرطان فوت می‌نمایند، زیرا نمی‌توانند تداوی شوند.

اگر بیماری قابل پیشگیری بوده و به آسانی تداوی می‌شود، پس چرا تعداد بسیار زیادی از زنان فوت می‌کنند؟

- جوامع فقیر توان اقتصادی را ندارند تا کارمندان صحتی را آموزش بدهند تا زنان را برای سرطان ویا ویروس پاپیلومای انسانی تست نموده و مطمئن گردند که زنان تداوی مورد نیاز را به دست خواهند آورد.
- زنان دهاتی و فقیر قادر نخواهند بود تا سفر نموده ویا فیس مراکز صحتی را برای اجرای تست و تداوی پردازند.
- مردان و زنان نمی‌دانند که با محافظه‌شان از ویروس HPV می‌توانند از سرطان عنق رحم جلوگیری کنند. طورمثال، پوشیدن کاندوم (پوش) می‌تواند زنان و مردان را از مصاب شدن به ویروس HPV وقایه کند
- بعضی از زنان نمی‌توانند که خود را از ویروس HPV وقایه کنند، زیرا آنها به کاندوم دسترسی ندارند. عده دیگری شاید مجبور به مقاربت جنسی یا مقاربت جنسی غیرمصون شده و نتوانند خود را محافظه نمایند. بعضی زوج‌ها خوش ندارند که کاندوم یا پوش استفاده کنند.

تداوی با یخ زدن (Cryotherapy) برای وقایه از سرطان عنق رحم

در تداوی با یخ زدن یا کریوتراپی حجرات غیرنورمال عنق رحم با یخ زدن برطرف می‌گردد تا نتوانند به سرطان تحول نمایند. در کریوتراپی یک آلۀ به نام کریوتروب (Cryotrope) با گاز کاربن‌دای‌اکساید و یا نایتروس‌اکساید استفاده می‌شود تا سطح عنق رحم به یخ زدگی دچار شود. یخ زدگی حجرات غیرنورمال را از بین می‌برد.

تداوی یخ زدگی یا کریوتراپی زمانی استفاده می‌شود که تست با سرکه (صفحه ۳۸۰) یا تست پاب (صفحه ۳۸۱) در خانم مثبت باشد.



بعد از کریوتراپی عنق رحم دوباره نورمال شده است (لکه‌های سفید موجود نیست)



تست سرکه مثبت (موجودیت لکه‌های سفید)

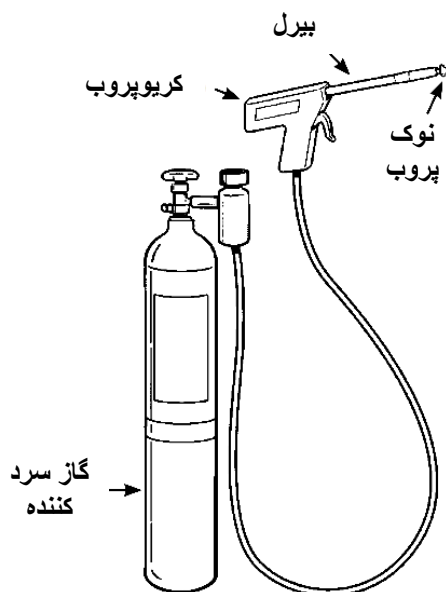


تست سرکه منفی (لکه‌های سفید موجود نیست)

کریوتراپی بسیار مصئون بوده و کمک نموده است تا حیات هزاران خانم حفظ شود. این تداوی دردناک نیست، هرچند برخی خانم‌ها می‌گویند که یک حالت گرفتگی مشابه گرفتگی زمان عادت ماهوار (ماهینگی) احساس می‌کنند و برخی دیگر می‌گویند که در مهبل خود احساس سردی می‌نمایند. تداوی با یخ زدن یا کریوتراپی توانایی خانم را برای لذت بردن از مقاربت جنسی و یا طفل دار شدن متأثر نمیسازد، هرچند زنان بعد از کریوتراپی باید برای ۴ هفته از مقاربت جنسی دخولی اجتناب ورزند.

درحالات زیر یک خانم نباید تداوی یخ زدن یا کریوتراپی بگیرد:

- اگر خانم حامله باشد. بهتر آن است که برای کریوتراپی خانم الی ۱۲ هفته بعد از ولادت انتظار بکشد.
- اگر مرض التهابی حوصله (PID) داشته باشد. زمانی که مرض التهابی حوصله تداوی شد خانم می‌تواند کریوتراپی بگیرد.
- اگر درحال حاضر خونریزی شدید ماهوار داشته باشد. خونریزی زیاد می‌تواند دیدن لکه‌های سفید با تست سرکه را مشکل می‌سازد. خانم باید انتظار بکشد تا خونریزی کمتر شده و یا خاتمه یابد و بعد کریوتراپی بگیرد.



آلۀ کریوتروب به یک تانکی گاز سرد کننده وصل است. بیرویل کریوتروب داخل مهبل شده و نوک آن در مقابل عنق رحم گرفتن می‌شود. گاز سرد کننده نوک آلۀ کریوتروب را سرد ساخته و در نتیجه ساحه را یخ زده و حجرات غیرنورمال تخریب می‌گردند. این کار دو دفعه انجام می‌شود و بین دو تداوی با یخ زدن ۵ دقیقه انتظار کشیده می‌شود.

تداوی با یخ زدن یا Cryotherapy چگونه صورت می‌گیرد:



۱. اسپیکولوم را داخل مهبل نموده و تست سرکه را انجام دهید. تست سرکه همه حجرات غیرنورمال عرق رحم را به شکل لکه‌های سفید نشان می‌دهد. مطمئن شوید که لکه‌های سفید:
 - بسیار بزرگ نیستند. لکه‌های سفید نمی‌توانند بیشتر از ۲ ملی‌متر از ساحه که با نوک کریوتروب تحت پوشش قرار گرفته خارج باشند.
 - به داخل مجرای مهبل نفوذ نکرده باشند.
۲. در هریک از دو مورد فوق کریوتراپی مؤثریت ندارد. خانم به یک نوع دیگر تداوی نیاز خواهد داشت و باید به یک مرکز صحتی برود.
۳. بیرل کریوتروب را داخل مهبل سازید و نوک آن را در مرکز عرق رحم قرار دهید. احتیاط نمایید که آله کریوتروب به جدارهای مهبل تماس نکند. در این صورت دیوارهای مهبل یخ خواهد زد و سبب ایجاد ضرر می‌شود.

یادداشت: هرگاه نتوانید آله کریوتروب را بدون تمام به جدارهای مهبل، داخل سازید اسپیکولوم را خارج ساخته یک سوراخ کوچک در نوک یک کاندوم ایجاد کنید و آن را به روی اسپیکولوم بکشید و اسپیکولوم را دوباره داخل مهبل سازید. این کار جدارهای مهبل را محافظه خواهد کرد.

۴. با نوک آله کریوتروب در مرکز عرق رحم، یکبار دیگر لکه‌های سفید را بررسی کنید که بیشتر از ۲ ملی‌متر اضافه تر از ساحه تحت پوشش نوک کریوتروب نباشد.
۵. یک وقت نما (تایمر) را به مدت ۳ دقیقه تنظیم کنید. گاز سردکننده را باز کنید، نوک آله کریوتروب را در حالت فشار روی عرق رحم نگه دارید. بعد از حدود یک دقیقه یا بیشتر، روی نوک آله کریوتروب و روی عرق رحم یخ تشکیل می‌شود. ساحه یخ زده شده رنگ سفید را به خود می‌گیرد.
۶. بعد از ۳ دقیقه جریان گاز سردکننده را قطع کنید. شما خواهید دید که ساحه یخ زدگی حدود ۴ تا ۵ ملی‌متر بیشتر از ساحه نوک آله کریوتروب را احاطه نموده است.

۷. پروب را فوراً خارج نسازید. صبر کنید تا یخ عنق رحم به اندازه کافی آب شود تا آله کریوتروب خودش از عنق رحم جدا شود. هرگاه قبل از ذوب شدن عنق رحم آله کریوتروب را بکشید، باعث پاره شدن نسج عنق رحم خواهد شد. بعد از جدا شدن نوک پروب، با ملایمت پروب را دور داده و خارج سازید.
 ۸. اسپیکولوم را در ساحه نگه دارید تا عنق رحم برای مدت ۵ دقیقه ذوب ود ویا دوباره رنگ گلابی را بخود بگیرد.
 ۹. بعد از ذوب شدن کامل یخ عنق رحم، آله کریوتروب را دوباره داخل نموده و نوک پروب را در مرکز عنق رحم قرار دهید. یک وقت نما (تایمر) را برای ۳ دقیقه تنظیم کنید و گاز سرد کننده را باز کنید تا دفعه دوم یخ زدن آغاز شود.
 ۱۰. در اخیر دور دوم یخ زدن، جریان گاز را قطع کنید. اجازه دهید تا دوباره عنق رحم ذوب شود تا پروب جدا شده و خارج گردد. با ملایمت پروب را روی عنق رحم دور داده و خارج سازید. ساحه یخ زدگی سفید خواهد بود و بعداً وقتی ذوب شود به رنگ گلابی برگشت می‌کند.
 ۱۱. اسپیکولوم را خارج سازید و اسپیکولوم و آله کریوتروب را پاک و ضد عفونی نمایید. بخش پاک نمودن و تعقیم وسایل دیده شود.
- بعد از کریوتراپی خانم باید برای مدت ۴ هفته از مقاربت جنسی دخولی ویا گذاشتن هرچیز دیگری در مهبل اجتناب نماید. (برای خونریزی ماهوار ویا افرازات دیگر مهبل از کوتکس (Pads) ویا تکه‌های پاک استفاده شود و از تامپون کار گرفته نشود). این کار برای جلوگیری از انتان است. هرگاه خانم نتواند از مقاربت جنسی پرهیز کند، برایش توصیه کنید که کاندوم استفاده کند.
- خانم ممکن است گرفتگی‌های خفیف مانند زمان عادت ماهوار (ماهینگی) داشته باشد. خانم ممکن است افرازات آبیگین از مهبل برای مدت یک ماه بعد از تداوی داشته باشد. برایش اطمینان دهید که اینها علایم نورمال اند و خطرناک نیستند.
- خانم باید یک سال بعد دوباره تست سرکه را انجام دهد تا اطمینان حاصل شود که کریوتراپی مؤثر بوده است. هرگاه تست سرکه هنوز لکه‌های سفید را روی عنق رحم نشان دهد، تداوی با یخ زدن یا کریوتراپی می‌تواند دوباره انجام شود.

اخطار! اختلاطات ناشی از کریوتراپی بسیار نادر است اما هرگاه خانم یکی از علایم زیر را بعد از کریوتراپی داشته باشد، کمک طبی بگیرید:

- تب (درجه حرارت بلندتر از ۳۸ درجه سانتی‌گراد یا ۱۰۱ درجه فارنهایت) برای بیشتر از ۲ روز.
- تب، درد بطن ویا گرفتگی‌های شدید برای بیشتر از ۲ روز.
- خونریزی زیاد از مهبل برای بیشتر از ۲ روز.
- افرازات دارای بوی بد از مهبل.



یادداشت: تخریب با استفاده از حرارت یا Thermal Ablation یک روش دیگری است برای برطرف ساختن ویا تخریب حجرات غیرنورمال یا حجرات ماقبل سرطانی که استفاده از آن درحال افزایش است. اما همانند تداوی کریوتراپی هرگاه لکه‌های یا حجرات غیرنورمال بزرگ باشند ویا داخل مجرای عنق رحم شده باشند این روش مؤثریت نداشته و خانم باید برای استفاده از یک روش دیگر تداوی به یک مرکز صحی مراجعه نماید.

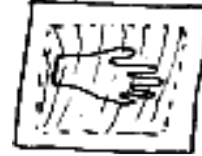
معاینه با هر دو دست (Bimanual Exam)

برای معاینه انتان یا نشو و نمای اضافی ویا برای فهمیدن سن حاملگی، رحم را توسط معاینه با هر دو دست حس نمائید. برای احساس نمودن رحم، به وسایل زیر نیاز دارید:

جیلی لشم کننده مثل K-Y Jelly،
و یا آب پاک (از جیلی های
روغنی یا جیلی های حاوی
مرکبات نفتی استفاده نکنید).



دستکش های
پلاستیکی خیلی پاک
یا معقم



از خانم تقاضا کنید که قبل از شروع معاینه، ادرار نماید.
۱. خانم را درحالی که يك بالشت زیر سرش
باشد، به پشت بخوابانید. در زمان معاینه هر
کاری را که می‌خواهید انجام دهید، قبل از
اجرای آن به خانم تشریح کنید که می‌خواهید
چه کنید، برایش خاطر نشان سازید که باید
راحت و به حالت رخاوت باشد و در صورتی
که درد داشته باشد، معاینه را توقف دهید.

۲. زمانی که خانم آماده شد، دستکش بپوشید و
از جیلی لشم کننده روی دو انگشت اول دست
راست خود بریزید (هرگاه چپ دست باشید،
روی دو انگشت اول دست چپ خود جیلی را
بریزید).

از خانم بخواهید که يك نفس عمیق بگیرد تا به رخاوت وی کمک نماید. با ملایمت
لبها (شفتان) مهبل را با دست چپ خود باز نمائید. درحالی که کف دست راست
شما بطرف بالا باشد، دو انگشت خود را که با جیلی لشم نموده اید تا آخر داخل
مهبل خانم نمائید.



۳. با نوک انگشتان عنق رحم را احساس کنید.

عنق رحم باید سخت، مدور و لشم باشد. در حالت نارمل، مانند نوک بینی سخت است. در ماه‌های آخر حاملگی،
قوام آن نرمتر شده و مانند لب احساس می‌گردد. هرگاه خانم بعد از يك سقط بنفسهی یا سقط معاینه گردد، عنق
رحم ممکن است باز باشد.

ممکن است یافتن عنق رحم مشکل باشد. در صورتی که نتوانید عنق رحم را احساس کنید، از خانم بخواهید که
سرفه کند یا بطرف پائین زور بزند مانند زمان دفع مواد غایبه، تا عنق رحم به تماس انگشتان شما بیاید. همچنان
در صورتی که خانم هموارتر بخوابد، به احساس نمودن عنق رحم کمک خواهد کرد.

متوجه باشید که کلیتورس (بظر زنانه) را تماس نکنید، زیرا حساس است ویا مقعد خانم را تماس نکنید که دارای
جراثیم است. اگر متوجه نباشید، ممکن است انگشت شصت شما اشتبهاً با کلیتورس در تماس شود، لذا بهتر است
که آنرا به یک جانب نگه دارید.

۴. موجودیت درد را در عنق بررسی کنید.

هرکدام از انگشتان خود را به یکطرف عنق رحم قرار داده و آنرا از یکطرف به طرف دیگر حرکت دهید. اینکار ممکن است به خانم احساس عجیبی بدهد اما نباید دردناک باشد. در صورتی که سبب اذیت و درد شود، ممکن است خانم يك انتان رحم (صفحة ۳۲۵ دیده شود) و یا حاملگی نفیری (صفحة ۱۱۳ دیده شود)، داشته باشد. هر دوی این حالات خطرناک اند. در صورتی که عنق رحم نرم بوده و به آسانی حرکت نمود، خانم ممکن است حامله باشد.

اگر می‌توانستید داخل بدن خانم را ببینید، معاینه دو دستی ممکن به این شکل بنظر می‌رسید.

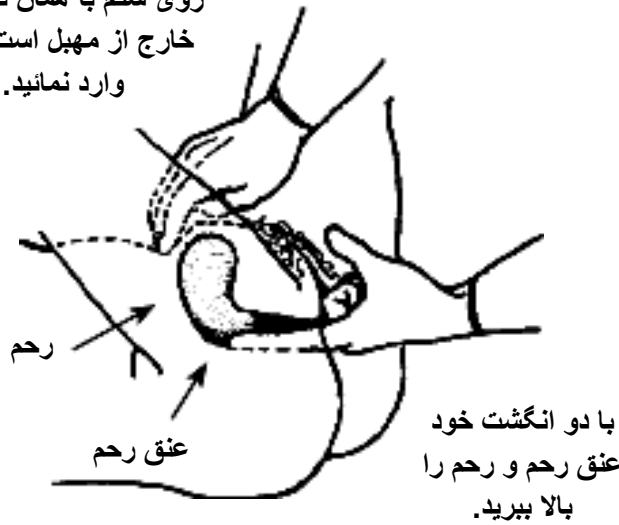


۵. دست چپ خود را روی شکم خانم پائین‌تر از ناف و بالاتر از موهای ناحیه تناسلی قرار دهید.

۶. رحم را احساس کنید.

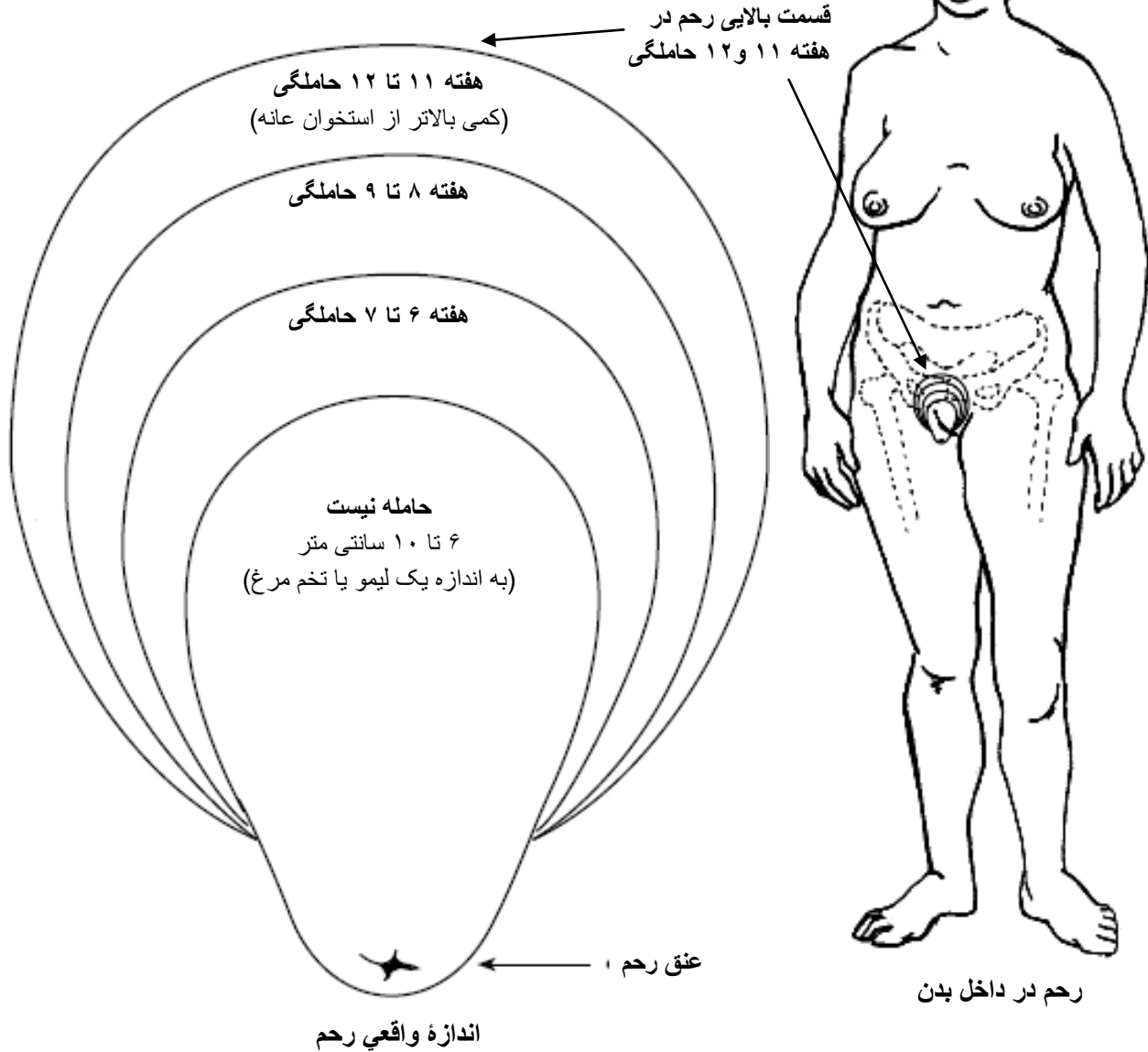
دو انگشتی را که در داخل مهبل قرار دارند، در تحت عنق رحم قرار دهید. با همین دو انگشت عنق رحم و رحم را بالا نمائید. در عین زمان، با دست چپ خود قسمت پائین شکم خانم را بطرف پائین فشار دهید. کوشش نمائید که رحم را در بین دست و دو انگشت خود احساس نمائید. با احساس حرکت عنق رحم شما خواهید دانست که روی رحم فشار وارد می‌کنید. در صورتی که ابتدا رحم را احساس نتوانید، کوشش نمائید تا دست خود را در همان اطراف روی شکم خانم حرکت داده و در ساحات مختلف فشار دهید.

روی شکم با همان دست که خارج از مهبل است فشار وارد نمائید.



احساس نمودن رحم به تمرین نیاز دارد. بخصوص زمانی که عضلات شکم خانم قوی باشند و یا چربی شکم خانم بسیار زیاد باشد، احساس نمودن رحم خانم مشکلتر خواهد بود.

۷. احساس نمودن اندازه و شکل رحم
اکثراً رحم سخت، صاف و به اندازه يك تخم مرغ (بین ۶ الی ۱۰ سانتی متر) احساس می‌شود. در جریان حاملگی رشد کرده و بزرگتر می‌شود.



برای اندازه گیری رحم بعد از ۱۲ هفته، صفحه ۱۳۰ دیده شود.

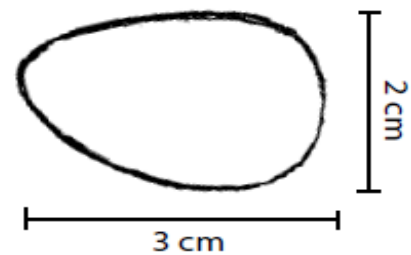
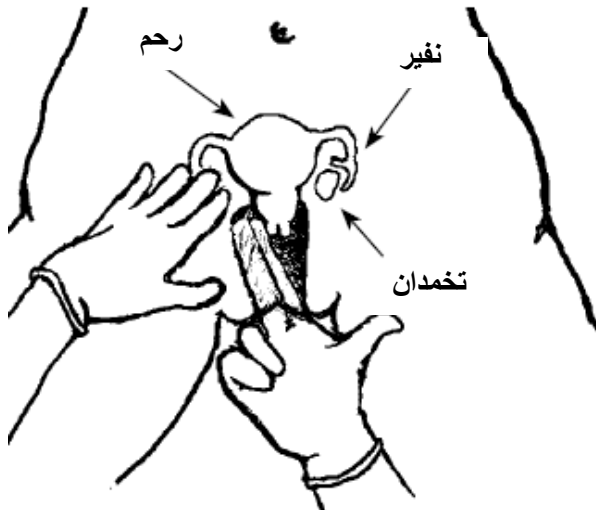
ممکن است برجستگی‌ها و یا تبارزات اضافی را احساس کنید. بعضی از این تبارزات اضافی خطرناک نمی‌باشند، مگر ممکن سبب درد، خونریزی شدید ماهوار و یا خونریزی بین دو عادت ماهوار گردند. این‌ها بنام فیبروئیدها (Fibroids) یاد می‌شوند. تعداد دیگری از این تبارزات غیرطبیعی ممکن است سرطان رحم باشند. تا زمانی که معاینات و تست‌های بیشتری اجرا نشود، نمی‌توانید بفهمید که کدام تبارزات اضافی سرطان می‌باشند. در صورتی که برجستگی یا تبارزات را اضافی در رحم احساس می‌کنید، کمک طبی بگیرید.

۸. احساس نمودن تخمدان‌ها

دریافت و احساس نمودن تخمدان‌ها ممکن بسیار مشکل باشد. به تمرین بسیار زیادی ضرورت دارد. هر دو انگشت خود را که داخل مهبل است به یکطرف عنق رحم گذاشته و تخمدان را بلند کنید. دست بیرونی خود را به همان سمتی ببرید که انگشتان شما در داخل قرار دارد و روی شکم با انگشتان دست به پائین فشار دهید. زمانی که به سختی فشار می‌دهید، می‌توانید لغزیدن تخمدان را بین انگشتان هر دو دست احساس نمایید.

باید با دست بیرونی خود به سختی روی شکم فشار دهید و قبل از آنکه تخمدان را احساس کنید، از خانم بخواهید که یک نفس عمیق گرفته و نفس را خارج سازد. هرگاه خانم درد داشته باشد، فشار دادن را توقف دهید.

تخمدان اکثراً به این اندازه بزرگ است.



بعد از ختم معاینه یک تخمدان، دست‌های خود را بطرف تخمدان دیگر عرض معاینه حرکت دهید. اگر شما چیزی را بیشتر از ۳ سانتی متر طول و ۲ سانتی متر عرض احساس نمودید و یا در صورتی که انجام معاینه موجب اذیت زیاد خانم شود، وی ممکن یک تبارز غیرطبیعی در تخمدان داشته، یا حاملگی نفیری دارد (حمل خارجی رحمی، صفحه ۱۱۳ دیده شود). کمک طبی بگیرید.

← **یادداشت:** در هر ماه بزرگ شدن و کوچک شدن تخمدان‌ها نارمل است. اگر در مورد سبب بزرگ شدن تخمدان مطمئن نباشید، بعد از ۶ هفته دوباره معاینه نموده و امتحان کنید. ممکن است دوباره کوچک شده باشد.



۹. انگشتان خود را از مهبل بیرون بیاورید. شفتان یا لب‌های مهبل را باز نگه دارید و در همان حال از خانم بخواهید که سرفه نموده و یا بطرف پائین زور بزند مثلی که در زمان دفع مواد غایطه زور می‌زند. مهبل خانم را ملاحظه نمایید که آیا کدام برجستگی پیدا می‌شود یا خیر. در صورتی که برجستگی پیدا شود ممکن است خانم سقوط رحم و یا مثانه داشته باشد و یا قسمتی از روده‌ها داخل مهبل برجستگی پیدا می‌کند. مشوره طبی بگیرید.

بعد از ختم معاینه با هر دو دست، برای خانم یک تکه یا دستمال کاغذی پاک داده شود تا جیلی و افرازات را پاک کند. برایش شرح داده شود که ممکن افرازات بیشتر (جیلی باقیمانده) یا اندکی خونریزی بعد از معاینه، داشته باشد. به خانم بگوئید که دریافت‌های شما از معاینه حوصلی چه بوده است. یقینی سازید که به همه سوالات خانم جواب داده اید.

