# අවදානම් සාධක

ඔබට හෝ ඔබේ සහකරුවාට, ලිංගික සහකරුවන් කිහිප දෙනෙක් සිටීම

අඩු වයසින් ලිංගික ක්‍රියාකාරකම් ආරම්භ කිරීම

ප්‍රතිශක්තිකරණය දුර්වල වීම

- HIV-AIDS වෛරසය ආසාදනය වීම
- ක්ෂය රෝගය වැළඳීම
- දිගු කාලීන නිදන්ගත රෝග පැවතීම

දුම්බීම

පෝෂණ දුර්වලතා

පෞද්ගලික සනීපාරක්ෂාව අඩු වීම

ඉහත සාධක එකක් හෝ ඔබට ඇත්නම්,

**ගැබ්ගෙල පිළිකාවට ගොදුරු වීමට වැඩි අවදානමක් !!**

# රෝග ලක්ෂණ

- මාසික ශුද්ධවීම් දෙකක් අතර ඇතිවන ලේ පිටවීමක්
- ලිංගික එක්වීමකදී ලේ පිටවීමක් සිදුවීම හෝ වේදනාවක් ඇතිවීම
- මාසික ශුද්ධිය නතර වීමෙන් පසු ඇතිවන ලේ පිටවීම
- යෝනි මාර්ගයෙන් දුගඳ ශ්‍රාවයක් පිටවීම

**ඔබට ඉහත රෝග ලක්ෂණ එකක් හෝ ඇත්නම්, ඉක්මන් ප්‍රතිකාර සඳහා ළඟම රෝහලට හෝ සුදුසුකම්ලත් වෛද්‍යවරයෙකු වෙත යොමුවන්න**

ජාතික පිළිකා මර්දන වැඩසටහන
මහජන සෞඛ්‍ය සංකීර්ණය
555/5, ඇල්විටිගල මාවත, කොළඹ 5
විමසීම් - 011-3159227
www.nccp.health.gov.lk

# ගැබ්ගෙල පිළිකාව

- වළක්වාගත හැක
- ප්‍රතිකාර කළ හැක
- පරාජය කළ හැක

## ජාතික පිළිකා මර්දන වැඩසටහන

සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය


CamScanner


CamScanner

# වළක්වා ගත හැක

# කාන්තාවන් අතර සුලබ පිළිකාවකි

ප්‍රධානතම හේතුව මානව පැපිලෝමා වයිරසයයි (Human Papilloma Virus - HPV)

**HPV එන්නත්කරණය මඟින් ගැබ්ගෙල පිළිකාව වළක්වාගත හැක.**

පාසල් ප්‍රතිශක්තිකරණ වැඩසටහන හරහා, වයස අවුරුදු 10 - 11 අතර ගැහැණු දරුවන්ට ලබා දෙන මෙම එන්නත අනිවාර්යයෙන්ම

## ඔබේ දරුවාටත් ලබා ගන්න

# වළක්වා ගැනීමට

- HPV එන්නත්කරණය
- විශ්වාසවන්ත එක් ලිංගික සහකරුවෙක් පමණක් ඇසුරු කිරීම
- ආරක්ෂිත ලිංගික ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදීම
- දුම්බීමෙන් වැළකීම
- සෞඛ්‍ය සම්පන්න ජීවන රටාවකට යොමුවීම

# කලින් හඳුනා ගැනීමෙන් සුව කළ හැක

## කලින් හඳුනා ගැනීමේ පරීක්ෂණ

- පැප් පරීක්ෂාව
- HPV DNA පරීක්ෂාව

ඔබත් වයස අවුරුදු 35 හෝ 45 කාන්තාවක් නම් ඔබගේ ප්‍රදේශයේ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිළධාරී කාර්යාලය මඟින් පවත්වන **සුවනාරී සායනයකින් පැප් පරීක්ෂාව** සිදු කරගන්න

## මෙම පරීක්ෂණ සිදුකරන වෙනත් ස්ථාන

- පිළිකා කලින් හඳුනා ගැනීමේ මධ්‍යස්ථාන
- නාරී සහ ප්‍රසව සායන

CamScanner
CamScanner