1. පිළිකාවක් යනු කුමක්ද?

අසාමාන්‍ය සහ අවිධිමත් ලෙස සෛල බෙදීමකි.

2. ශ්‍රී ලංකාවේ බහුල පිළිකා වර්ග මොනවාද?

කාන්තාවන්ගේ

1 පියයුරු පිළිකා
2 ගැබ්ගෙල පිළිකා
3 ඩිම්බකෝෂ පිළිකා

පිරිමින්ගේ

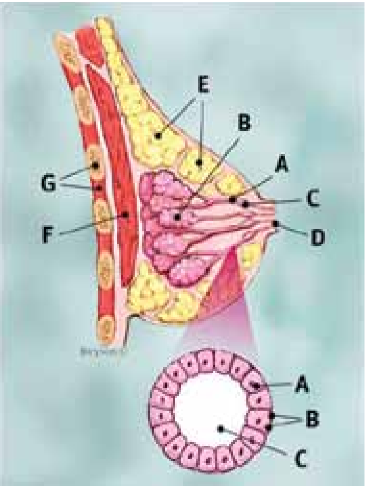
1 මුඛ පිළිකා
2 පෙනහළු පිළිකා
3 ගලනාලයේ පිළිකා

වාර්තාවන සියළු පියයුරු පිළිකාවලින් 2%ක් පිරිමින්ගේය.

3. පියයුරු පිළිකාවක් යනු කුමක්ද?

පියයුරෙහි ග්‍රන්ථි හා නාලවල අසාමාන්‍ය ලෙස සෑදෙන සෛල බෙදීමකි.

කාන්තා පියයුරක සිරස් කඩක්



A - නාල
B - ග්‍රන්ථි
C - කිරි රඳවා ගැනීමට ඇති D - නාල කොටස
D - තනපුඩුව
E - මේදය
F - මාංශ පේශිය
G - උරස් බිත්තිය

විශාලනය

A - සාමාන්‍යය නාල සෛල
B - ආස්තරණය
C - නාලය

4. පියයුරු පිළිකාවක් සෑදීමේ වැඩි අවදානම කාටද?

- පවුලේ මව හෝ සොයුරියකට පියයුරු පිළිකා සෑදී ඇති කාන්තාවන්
- පියයුරු රෝග පෙර ඉතිහාසයක් සහිත කාන්තාවන්
- දරුවන් නොමැති හෝ දරුවන් ලැබීම පමාවූ කාන්තාවන් (අවු. 35 ට පසු පළමු දරු උපත සිදුවී ඇත්නම්)
- කලින් වැඩිවිය පැමිණීම (අවු. 11ට පෙර)
- ප්‍රමාදව ආර්තවහරණය සිදුවීම (අවු. 55ට පසු)
- වෛද්‍ය උපදෙසින් තොරව ඊස්ට්‍රජන් හෝමෝනයට අඩංගු පෙතිවලට දිගුකාලීනව නොකඩවා නිරාවරණය වූ කාන්තාවන්
- ආර්තවහරණයෙන් පසු අධික ලෙස බර වැඩිවූ කාන්තාවන්

5. පියයුරු පිළිකා සෑදෙන්නේ එම අවදානම් සාධක ඇති අයට පමණද?

නැත. පියයුරු පිළිකා සහිතව හඳුනාගන්නා බොහෝ දෙනෙකුට එම අවදානම් සාධක නැත. තවද අවදානම් සාධක ඇති සියළු දෙනාට පියයුරු පිළිකා නොසෑදෙයි.

6. පියයුරු පිළිකාවේ රෝග ලක්ෂණ කවරේද?

පියයුරුවල අළුතින් ඇතිවූ අසමමිතික බවක්, පියයුරෙහි වලගැසීමක්, ගැටිත්තක්, පියයුරෙහි සමෙහි වෙනස් වීමක් (දොඩම් ලෙල්ලක මතුපිට දදයක් හෝ ඝනවීමක්), තනපුඩුවේ ගිලියාමක් හෝ වෙනසක්, තනපුඩුවේ කිරි නොවන වෙනත් දියර පිටවීමක්, පියයුරුවල අසාමාන්‍ය වේදනාවකි.

7. පියයුරු වල ඇති සියළු ගැටිති පිළිකාද?

නැත. ඒවායින් බොහොමයක් හානිකර නොවන ඒවාය.

8. පියයුරු පිළිකාවක් කලින් හඳුනාගැනීම වැදගත් වන්නේ ඇයි?

ප්‍රාථමික අවධියේ හඳුනාගත් විට සාර්ථකව ප්‍රතිකාර කර ජීවිතය යථා තත්වයට පත්කර ගත හැක.

9. පියයුරු පිළිකාවක් ඔබට කලින් හඳුනාගත හැකිද?

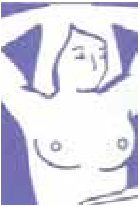
හැක. ස්වයං පියයුරු පරීක්ෂාව මගින්.

ස්වයං පියයුරු පරීක්ෂාවක පියවර

- මෙය සඳහා ආවරණ ස්ථානයක් (උදා : කාමරයක්) යොදා ගන්න.

- ඔබගේ උඩුකය සම්පූර්ණයෙන් නිරාවරණය කොට කැඩපතක් ඉදිරිපස සිට ගන්න.

- පහත සඳහන් ඉරියව්වලදී දක්වා ඇති අසාමාන්‍යතා ඇත්දැයි පරීක්ෂා කර බලන්න.



- අත්දෙක දෙපස තබා සෘජුව සිටගන්න/ අත්දෙක හිසට උඩින් ඔසවන්න/ අත්දෙක ඉඟමත තබා තද කරගන්න.

- ඇඳක හෝ ඝන මතුපිටක නිදාගෙන පියයුරු පරීක්ෂාව කළ හැක. පරීක්ෂා කරන පියයුර ඇති පැත්තේ උරහිසට යටින් ඝන රෙද්දක් නවා තැබීමෙන් පියයුරු පරීක්ෂාව පහසු වෙයි.

- අතේ ඇඟිලි එක්කොට ඇඟිලි වල ඇතුල් පැත්තෙන් පියයුරු (රූප සටහන් වල දක්වා ඇති ආකාරයට) හොඳින් පරීක්ෂා කරමින් පියයුරෙහි ගැටිති, සමට යටින් ඝන වීමක් හෝ එහාට මෙහාට නොයන තදගතියක් ඇත්දැයි පරීක්ෂා කරන්න.

ස්වයං පියයුරු පරීක්‍ෂාවක පියවර

- වම් අතින් දකුණු පියයුර සහ දකුණු කිහිල්ලද දකුණු අතින් වම් පියයුර සහ වම් කිහිල්ලද පරීක්ෂා කරන්න.

- පියයුරෙහි සෑම කොටසක්ම ආවරණය වන පරිදි පිටපැත්තේ සිට ඔරලෝසුවේ කටු යන අතට අත තද කරමින් පියයුරෙහි ගැටිත්තක්, වේදනාවක් හෝ ඝන වීමක් ඇත්දැයි බලන්න.

- මහපට ඇඟිල්ල හා දබර ඇඟිල්ලෙන් ඇරියෝලාව (තනපුඩුව වටා ඇති තද පැහැති කොටස) මිරිකා තනපුඩුවෙන් කිරි නොවන ශ්‍රාවයක් පිටවන්නේදැයි බලන්න.

10. පියයුරු පරීක්ෂා කළ යුත්තේ කවදාද?

- සෑම කාන්තාවක්ම මසකට වරක් පියයුරු පරීක්ෂාව කළ යුතුය.
- මාස්ශුද්ධිය සිදුවන කාන්තාවන් මාස්ශුද්ධිය අවසානයෙන් සතියකට පසුව තම පියයුරු පරීක්ෂා කළ යුතුය.
- මාස්ශුද්ධිය නතර වූ කාන්තාවන් සෑම මසකම නිශ්චිත දිනයක් පියයුරු පරීක්ෂාවට යොදා ගත යුතුය.

11. රෝග ලක්ෂණයක් හඳුනාගත්විට ඔබ කළ යුත්තේ කුමක්ද?

ඔබේ ප්‍රදේශයේ සුවනාරි සායනය වෙත යන්න/ රජයේ හෝ පෞද්ගලික රෝහලක වෛද්‍යවරයකු හෝ ඔබේ පවුලේ වෛද්‍යවරයා හමු වන්න/ ඔබට ආසන්නව පිහිටි රෝහලේ ශල්‍ය වෛද්‍ය හෝ පියයුරු සායනයට යන්න.

12. සුවනාරි සායනයක් යනු කුමක්ද?

ප්‍රදේශයේ ක්ෂේත්‍ර සායන වලදී හෝ රෝහල්වලදී කාන්තාවන් සඳහා පවත්වන සායනයකි. මෙමඟින් නිරෝගී කාන්තාවන්ගේ පියයුරු පිළිකා, ගැබ්ගෙල පිළිකා සහ වෙනත් රෝග හඳුනාගැනීමට සේවාවන් සපයයි. (වැඩිවිස්තර ඔබ ප්‍රදේශයේ පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිණියගෙන් ලබාගත හැක)

13. පියයුරු පිළිකාවක් කලින් හඳුනාගත හැකි ක්‍රම මොනවාද ?

කාන්තාවන් මාසිකව තමන් විසින්ම කරගන්නා ස්වයං පියයුරු පරීක්ෂාව. ඊට අමතරව මැමෝග්‍රැෆි පරීක්ෂාව, අල්ට්‍රා සවුන්ඩ් ස්කෑන් පරීක්ෂාව, සියුම් ඉඳිකටුවකින් පියයුරු සෛල ලබාගෙන කරන පරීක්ෂාව ආදි ක්‍රම ද ඇත.

14. මැමෝග්‍රැෆි පරීක්ෂාව යනු කුමක්ද?

එක්ස් කිරණ අඩු මාත්‍රාවක් යොදා පියයුරෙහි ලබාගන්නා එක්ස් කිරණ ඡායාරූපයකි.

ස්වයං පියයුරු පරීක්ෂාව මගින් හඳුනා ගන්නවාට වඩා වසර දෙකකට පමණ පෙර පියයුරු පිළිකා මැමෝගැෆි පරීක්ෂාව මගින් හඳුනාගත හැක. අවුරුදු 50ට වැඩි/අවදානම් සාධක සහිත කාන්තාවන් මේ සඳහා යොමු කෙරෙයි. වැඩිවිස්තර සඳහා ඔබගේ වෛද්‍යවරයා හමුවන්න.

පියයුරු පිළිකා කලින් හඳුනාගෙන සාර්ථක ප්‍රතිකාර මඟින් සහ පියයුරු නැවත සකස්කිරීමෙන් ඔබගේ සුන්දරත්වය සහ ජීවිතය රැකගත හැකිය.

"ජීවිත බේරාගැනීමට අත්වැල් බැඳගමු"