Cervical Screening Wales
Sgrinio Serfigol Cymru

Don't ignore your smear test, it could save your life.

Key messages:

- Cervical screening aims to prevent cancer from developing in the cervix at the neck of the womb.
- Women from the age of 25 are invited for screening every three years. Women aged 50 to 64 are invited every five years.
- Cervical screening (a smear test) is a free NHS test that is carried out at your GP surgery or at some sexual-health clinics.
- The test is quick and simple and should not be painful, but may be uncomfortable for some women.
- Screening will not prevent all cancers and not all cancers can be cured.
- Taking part in cervical screening is your choice. Read the information leaflet provided carefully to help you make your decision.

More information:

- When you are due for your smear test we will send you a letter, asking you to make an appointment.
- The nurse or doctor will put an instrument called a speculum into your vagina to see your cervix and take a sample of cells with a soft brush. You can ask for a female to do the test.
- It is always important to go for your smear test. Finding changes before they become cancer gives you the best chance of successful treatment.
- For most women the test results are normal. If cell changes are found you may need another smear test, or a hospital appointment at the colposcopy clinic where the neck of the womb is looked at in detail.
- Cervical cancer is most often caused by a virus called human papilloma virus (HPV) which is passed on by sexual contact. If you have never had sex you may want to discuss having a smear with your GP or nurse.

What you can do:

- Go for your smear test every time you are invited, even if your previous results have been normal. You can speak to your nurse or doctor before doing the test if you have any questions.
- Girls aged 12 to 13 will be offered the HPV vaccination in school. Even if you have had your HPV vaccine you will still need to go for your smear test when invited.
- Stop smoking. Smoking increases your risk of cervical cancer.
- If you have symptoms like unusual vaginal discharge, pain during or after sex or bleeding between your periods, go to the doctor even if you have had a normal smear result.

To find out more:

Visit www.screeningservices.org.uk/csw/ or talk to your practice nurse/GP.

GIG CYMRU NHS WALES
Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

Peidiwch ag anwybyddu eich prawf taeniad, gallai achub eich bywyd

Y negeseuon pwysig:

- Nod sgrinio serfigol yw atal canser rhag datblygu yn y serfics sydd yng ngwddf y groth.
- Bydd merched sy'n 25 oed ac yn hŷn yn cael eu gwahodd am brawf sgrinio bob tair blynedd. Bob pum mlynedd mae merched sydd rhwng 50 a 64 oed yn cael gwahoddiad.
- Gallwch fynd i feddygfa eich meddyg teulu neu i rai clinigau iechyd rhywiol i gael y prawf sgrinio (prawf taeniad) am ddim drwy'r Gwasanaeth Iechyd Gwladol.
- Mae'r prawf yn gyflym ac yn syml ac ni ddylai fod yn boenus, ond fe allai rhai merched deimlo bod y prawf yn anghyfforddus.
- Ni fydd sgrinio'n atal pob math o ganser ac nid yw'n bosibl gwella pob achos o ganser.
- Chi sydd i ddewis a fyddwch yn cymryd rhan yn y broses sgrinio. Ewch ati i ddarllen y daflen wybodaeth yn ofalus i'ch helpu i benderfynu.

Mwy o wybodaeth:

- Pan fydd yn bryd i chi gael eich prawf taeniad byddwn yn anfon llythyr atoch, yn gofyn i chi drefnu apwyntiad.
- Bydd y nyrs neu'r meddyg yn rhoi teclyn o'r enw sbecwlwm i mewn yn eich gwain er mwyn gweld eich serfics a defnyddio brwsh meddal i gymryd sampl o'r celloedd. Gallwch ofyn am ferch i wneud y prawf.
- Mae'n bwysig eich bod yn mynd bob tro i gael eich prawf taeniad. Dod o hyd i newidiadau cyn iddyn nhw droi'n ganser yw'r cyfle gorau o weld triniaeth yn llwyddo.
- Bydd y mwyafrif o ferched yn cael canlyniad normal. Os bydd newidiadau yn y celloedd yn dod i'r amlwg, efallai byddwch angen prawf taeniad arall neu apwyntiad mewn clinig colposgopi mewn ysbyty lle byddan nhw'n edrych yn fwy manwl ar wddf y groth.
- Un o brif achosion canser gwddf y groth yw'r feirws papiloma dynol (HPV) sy'n cael ei drosglwyddo drwy gysylltiad rhywiol. Os nad ydych erioed wedi cael rhyw, efallai byddwch yn awyddus i fynd at eich meddyg teulu neu nyrs i drafod y prawf taeniad.

Y pethau y gallwch eu gwneud:

- Ewch i gael eich prawf taeniad bob tro y byddwch yn cael gwahoddiad, hyd yn oed os oedd eich canlyniadau blaenorol yn normal. Os oes unrhyw gwestiynau gennych byddwch yn cael cyfle i holi eich nyrs neu feddyg cyn y prawf.
- Bydd merched sydd rhwng 12 a 13 oed yn cael cyfle i gael brechiad rhag HPV yn yr ysgol. Hyd yn oed os ydych wedi cael eich brechiad rhag HPV dylech fynd i gael eich prawf taeniad pan ddaw'r gwahoddiad.
- Stopiwch smygu. Mae smygu'n cynyddu'ch risg o gael canser gwddf y groth.
- Os byddwch yn cael symptomau fel gwaedlif anarferol o'ch gwain, poen yn ystod rhyw neu ar ôl rhyw neu waedu rhwng eich mislifoedd, ewch at y meddyg hyd yn oed os ydych wedi cael canlyniad normal i brawf taeniad.

I ddysgu mwy:

Ewch i www.screeningservices.org.uk/csw/ neu siaradwch â nyrs eich practis neu eich meddyg teulu.