



Cancerul DE COL UTERIN POATE FI prevenit!

VACCINAREA împotriva
virusului **HPV** și

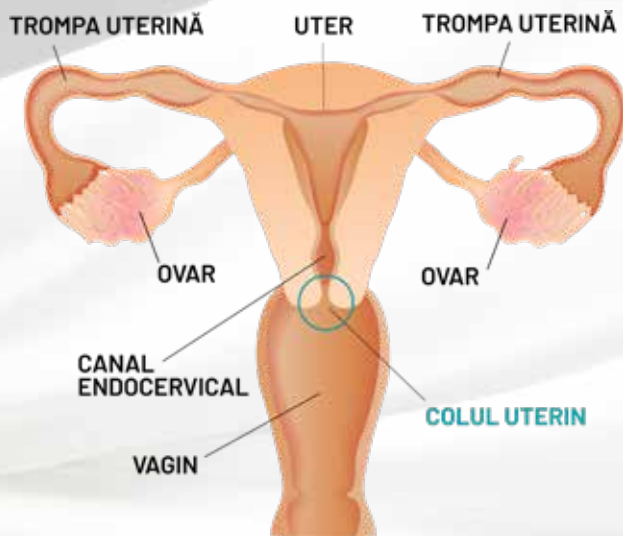
PARTICIPAREA LA
programele de
SCREENING

Îți pot salva viața!



CE ESTE CANCERUL DE COL UTERIN?

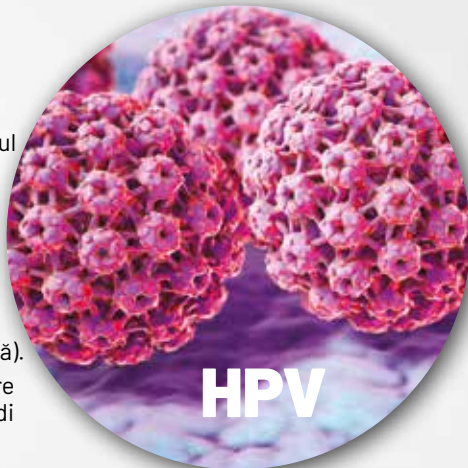
Cancerul de col uterin este o maladie care apare în celulele colului uterin (partea inferioară a uterului care se conectează la vagin) din cauza înmulțirii necontrolate, haotice a celulelor anormale.



CARE ESTE CAUZA CANCERULUI DE COL UTERIN?

Cancerul de col uterin este cauzat de infecția persistentă cu **HPV (Virusul Papiloma Uman)** care provoacă schimbări celulare la nivelul colului uterin.

Cancerul apare atunci când celulele sănătoase din colul uterin dezvoltă modificări (mutații) în ADN-ul lor.



Celulele anormale acumulate formează o masă (tumoră).

Celulele canceroase pot invada țesuturile din apropiere și se pot desprinde dintr-o tumoră pentru a se răspândi în altă parte a corpului.

În fiecare an, în România se
înregistrează

3.308

cazuri noi de cancer
de col uterin

1 din 5
femei testate va avea rezultat pozitiv HPV,
dintre care

1 din 10
femei va dezvolta o leziune precanceroasă

1.743

decese cauzate de
această boală

8,9 la 100.000
rata mortalității

România se află pe locul 1 dintre țările Uniunii
Europene în ceea ce privește rata mortalității prin
cancer de col uterin.

CE ESTE HPV?

HPV este virusul care produce o infecție transmisă prin contact sexual, cunoscut sub denumirea de **Human Papiloma Virus** (limba engleză) sau Virusul Papiloma Uman (limba română). Majoritatea persoanelor active sexual se pot infecta la un moment dat pe parcursul vieții lor.

Există peste 100 de tipuri de HPV. Aceste tipuri sunt fie **de risc scăzut** și pot să cauzeze veruci (condiloame) genitale, fie **de risc înalt**, caz în care pot să provoace leziuni precanceroase ale colului uterin, care dacă nu sunt depistate și nu sunt tratate la timp se pot dezvolta lent în cancer de col uterin.

CARE SUNT SIMPTOMELE INFECȚIEI CU HPV?

Infecția cu HPV **nu prezintă simptome**.

Majoritatea infecțiilor cu HPV sunt **eliminate spontan** și se vindecă de la sine, în special la femeile tinere, însă în anumite cazuri, infecția cu HPV devine persistentă și poate produce leziuni, veruci (condiloame) genitale sau leziuni precanceroase. Tipurile de HPV care produc veruci sunt diferite de tipurile de HPV care pot produce cancer.

Pentru a depista infecția cu HPV este important ca femeile să se testeze periodic.

EXISTĂ TRATAMENT PENTRU INFECȚIA CU HPV?

Nu există tratament pentru infecția cu HPV, dar există tratament pentru efectele negative pe care infecția le are asupra sănătății.

Verucile (condiloamele) genitale pot fi îndepărtate. Lăsate netratate acestea se pot înmulți sau pot crește în dimensiuni.

Leziunile precanceroase ale colului uterin pot fi tratate, prin diferite metode în funcție de indicațiile medicului dumneavoastră. Astfel îndepărtați riscul de apariție a cancerului de col uterin.

POȚI SĂ PREVII CÂNCERUL DE COL UTERIN?

DA, POȚI SĂ PREVII!

Cele mai eficiente metode de prevenire a cancerului de col uterin sunt **vaccinarea** fetelor împotriva virusului HPV, începând cu vârsta de 11 ani și **participarea** femeilor adulte **la programele de screening**.*

Toți oamenii activi sexual ar trebui să adopte comportamente care împiedică răspândirea infecțiilor cu transmitere sexuală:

Întârzierea debutului activității sexuale.

Limitarea numărului de parteneri sexuali.

Folosirea prezervativelor - reduce riscul transmiterii infecției cu HPV, dar nu îl elimină în totalitate.



*Informații suplimentare despre vaccinare și despre programele de screening puteți solicita și de la medicul dumneavoastră de familie.

CE ESTE SCREENINGUL?

Screeningul pentru cancerul de col uterin reprezintă testarea periodică, la intervale regulate, a tuturor femeilor din grupa de vârstă la risc (25 - 64 ani) pentru a depista dacă au leziuni precanceroase.

Dacă aceste leziuni sunt depistate și nu sunt tratate, în timp, pot evolua în cancer de col uterin.

Tratamentul timpuriu poate salva viați!

În cazul în care testul este negativ, acesta trebuie repetat la un interval de 5 ani sau conform indicațiilor medicului dumneavoastră.

Testele recomandate pentru prevenirea sau depistarea precoce a cancerului de col uterin sunt **Testul Babeș-Papanicolaou** și **Testul HPV** (testul HPV se efectuează numai la femei cu vârsta peste 30 ani).

CINE AR TREBUI SĂ FIE TESTAT?

Toate femeile cu vârsta cuprinsă între **25 și 64 de ani** ar trebui să efectueze un test de screening **o dată la 5 ani**.

Chiar dacă sunteți însărcinată, puteți efectua un test de screening. Cereți sfatul medicului dumneavoastră.



DACĂ NU EXISTĂ SIMPTOME, TREBUIE EFECTUAT UN TEST DE SCREENING?

Infecția cu HPV începe să provoace schimbări celulare la nivelul colului uterin după o perioadă de mai mulți ani. Aceste schimbări celulare poartă denumirea de leziuni precanceroase.

Majoritatea femeilor nu vor avea niciun fel de simptom înainte ca aceste leziuni să fi evoluat în cancer de col uterin.

Tratamentul leziunilor precanceroase este simplu și foarte eficient și permite reluarea vieții normale într-un timp foarte scurt.

Atunci când apar simptomele, acestea sunt adesea rezultatul cancerului de col uterin avansat, dificil de tratat.

Principalele semne de boală sunt:

- sângerări vaginale anormale (sângerare în timpul sau după contactul sexual, sângerare între menstruații, sângerare după instalarea menopauzei)
- secreții neobișnuite (pot să conțină urme de sânge)
- durere în timpul contactului sexual.

Specialiștii vă recomandă să vă testați periodic și să nu așteptați instalarea simptomelor.

CE SE ÎNTÂMPLĂ ÎN TIMPUL EXAMINĂRII?

Testul pentru prevenirea cancerului de col uterin nu este dureros, dar poate fi puțin incomfortabil.

În majoritatea cazurilor, împreună cu testarea se va efectua și o examinare pelviană pentru a tampona ușor colul uterin.

Există diferite teste care pot fi utilizate.

Unele teste dau rezultatele imediat, iar altele necesită trimiterea probei la un laborator de specialitate și așteptarea rezultatelor.



Testele de prevenire pentru cancerul de col uterin durează aproximativ 5 minute, sunt nedureroase și sunt efectuate într-un cabinet de specialitate.



CUM SE FACE PREGĂTIREA PENTRU PROGRAMARE?

Nu efectuați programarea la testare în perioada menstruală lunară.



Nu întrețineți relații sexuale cu 24 de ore înainte de testare.



Nu faceți spălături vaginale înainte de testare.



Nu vă simțiți rușinată, medicul sau asistenta efectuează zilnic astfel de recoltări.



Purtați, dacă este posibil, o fustă sau o rochie pentru ușurarea recoltării testului.



Faceți o listă cu întrebările pe care doriți să i le adresați medicului.



Chiar dacă nu ați avut activitate sexuală de mult timp, este important să efectuați o testare.



Dacă doriți, puteți să veniți însoțită de o rudă sau o prietenă pentru mai mult confort.



INFORMAȚII DESPRE TESTARE ȘI TEST

1

Femeia trebuie să se dezbrace de la talie în jos și să se așeze pe spate pe masa ginecologică cu picioarele desfăcute.

2

Medicul va introduce un specul în vagin astfel încât să poată vedea colul uterin.

3

Medicul va peria cu blândețe celule de pe suprafața colului uterin folosind o periută moale, de unică folosință.

4

Celulele recoltate vor fi apoi analizate într-un laborator de specialitate.

5

Unele femei pot avea sângerări ușoare după testare, e un lucru normal și nu indică vreo problemă.

6

Rezultatele se vor primi în maxim 4 săptămâni de la recoltare.

CE ÎNSEAMNĂ UN TEST NEGATIV?



Dacă testul de screening este negativ, înseamnă că nu există modificări celulare la nivelul colului uterin.

Efectuați o nouă testare peste 5 ani!

Este important ca testul de screening să se efectueze o dată la 5 ani, pentru a depista la timp leziunile precanceroase și pentru a putea fi tratate imediat.

CE ÎNSEAMNĂ UN TEST POZITIV?



Un test pozitiv de screening NU înseamnă cancer de col uterin, ci mai degrabă un semnal de alarmă pentru efectuarea unor investigații suplimentare.

Acesta poate dezvălui o leziune precanceroasă, o afecțiune care poate fi tratată cu ușurință într-un cadru clinic.

Leziunile precanceroase sunt ușor de tratat și sunt vindecabile. Unele femei vor trebui să efectueze teste suplimentare pentru a se asigura de rezultat.

CUM SE TRATEAZĂ?

Leziunile precanceroase

Tratamentele sunt foarte eficiente și nedureroase și asigură vindecarea completă și reluarea vieții normale într-un timp foarte scurt.

Leziunile precanceroase se tratează prin diverse metode simple, cum ar fi electrorezeecția, crioterapia, coagularea termică, în funcție de individualitatea fiecărui caz.

Toate aceste tratamente sunt foarte eficiente și foarte sigure și se realizează cu ușurință într-un cadru clinic.

Cancerul de col uterin

Cancerul de col uterin depistat în stadiu incipient poate fi vindecat.

Cancerul de col uterin, odată diagnosticat, presupune tratamente mai complexe, cuprinzând intervenția chirurgicală, radioterapia, chimioterapia sau o combinație a celor trei.

Tratamentul pentru cancerul de col uterin depinde de mai mulți factori, cum ar fi stadiul cancerului, alte probleme de sănătate pe care le puteți avea, preferințele dumneavoastră și nu în ultimul rând, sfatul medicului.



NU ESTE

Virusul Papiloma Uman și Virusul Imunodeficienței Umane sunt foarte diferiți și provoacă probleme de sănătate diferite.



HPV Virusul Papiloma Uman

HPV afectează pielea și membranele umede și poate cauza probleme precum veruci genitale (condiloame genitale) sau modificări anormale ale celulelor colului uterin.

HPV trăiește pe piele și se transmite prin orice fel de atingere a organelor sexuale și a tegumentelor învecinate.

HPV este o infecție mult mai frecventă decât HIV, aproape toate persoanele care sunt active sexual se poate infecta cu HPV la un moment dat în timpul vieții.

În afara cancerului de col uterin, infecția cu HPV mai poate produce și alte tipuri de cancer. Cancerul penian la bărbați, cancerul vulvar și de vagin la femei și cancer anal și orofaringian la bărbați și la femei.

Prezervativele nu sunt foarte eficiente pentru prevenirea infecțiilor cu HPV, deoarece acest virus poate trăi pe piele.

Cel mai bun mod de a preveni infecția cu HPV este prin vaccinare.

HIV Virusul Imunodeficienței Umane

HIV atacă sistemul imunitar și infecția cu acest virus poate provoca SIDA. Diagnosticul și tratamentul precoce al infecției cu HIV pot împiedica apariția bolii.

HIV trăiește în fluidele corpului, cum ar fi lichidul spermatic, lichidul vaginal, sânge și limfă și este transmis prin contact sexual neprotejat, prin transfuzii de sânge contaminat, transplant, injecții, intervenții de mică și mare chirurgie cu instrumentar incorect și incomplet sterilizat cât și în context non-medical, prin practici care presupun utilizarea acelor în comun: piercing, tatuaje, manichiură, utilizarea lamelor de ras în comun, etc.

Utilizarea prezervativului, limitarea contactelor sexuale întâmplătoare reprezintă metode de prevenire eficiente și sigure împotriva infecției cu HIV.

În prezent, nu există vaccinuri pentru HIV.

Dispozitivele intrauterine (DIU) sau pilulele contraceptive pot duce la apariția cancerului de col uterin?

Nu. Dispozitivele intrauterine și pilulele contraceptive NU provoacă cancer de col uterin.

În fapt, există studii care arată că femeile care au DIU implantat au un risc mai scăzut de infecție cu HPV. Totuși, există cercetări care sugerează că utilizarea contraceptivelor orale pe o perioadă îndelungată de timp este asociată cu un risc mai mare de cancer de col uterin.

Discutați cu medicul dumneavoastră pentru a alege cea mai potrivită metodă de contracepție.



CARE SUNT FACTORII DE RISC?

Mulți parteneri sexuali

Cu cât numărul partenerilor sexuali este mai mare cu atât este mai mare riscul de infecție cu HPV.



Activitate sexuală timpurie

Debutul vieții sexuale la o vârstă fragedă crește riscul de infecție cu HPV.



Un sistem imunitar slăbit

Este posibil ca riscul de a dezvolta cancer de col uterin să crească dacă sistemul imunitar este slăbit de alte probleme de sănătate sau de tratamente cu imunosupresoare.



Alte infecții cu transmitere sexuală

Dacă există și alte ITS cum ar fi chlamydia, gonoreea, sifilisul și HIV, acestea pot duce la creșterea riscului de apariție a infecției cu HPV.



Fumatul

Fumatul este asociat cancerului de col uterin cu celule scuamoase.



CUM POT REDUCE RISCUL APARIȚIEI CANCERULUI DE COL UTERIN?

Limitarea numărului de parteneri sexuali

Amânarea debutului activității sexuale



Vaccinare împotriva HPV

Administrarea vaccinului împotriva infecției cu HPV reduce riscul de cancer de col uterin și alte tipuri de cancer legate de HPV.



Testare HPV și Babeș-Papanicolaou

Testele HPV și Babeș-Papanicolaou pot depista leziuni precanceroase ale colului uterin, astfel încât acestea pot fi monitorizate și tratate.

Protejare în timpul sexului

Riscul de cancer de col uterin poate fi redus dacă se iau măsuri pentru a preveni infecțiile cu transmitere sexuală (ITS), cum ar fi utilizarea prezervativului la fiecare contact sexual și limitarea numărului de parteneri sexuali. Atenție, prezervativul nu oferă protecție completă împotriva infecției cu HPV.



Renunțare la fumat

Există strategii de renunțare la fumat care pot fi discutate cu un medic sau cu o persoană de specialitate.

Codul European împotriva cancerului



Nu fumați!

Nu utilizați nici o formă de tutun.



Eliminați fumatul acasă!

Sprijiți politicile în favoarea interzicerii fumatului la locul de muncă.



Luați măsuri pentru a avea o greutate corporală sănătoasă.



Fiți activ fizic în viața de zi cu zi!

Limitați perioadele de timp petrecute stând așezat.



Adoptați o dietă sănătoasă!

Consumați din abundență cereale integrale, leguminoase, legume și fructe.

Limitați alimentele bogate în calorii (alimente cu conținut crescut de grăsimi sau zahăr) și evitați băuturile îndulcite.

Evitați carnea procesată; limitați carnea roșie și alimentele cu un conținut ridicat de sare.



În cazul în care consumați alcool de orice fel, limitați-vă consumul!

Pentru prevenirea cancerului este mai bine să nu beți alcool deloc.



Evitați expunerea exagerată la soare

în special în cazul copiilor.
Utilizați produse de protecție solară.
Nu utilizați aparate de bronzat.



La locul de muncă respectați instrucțiunile privind sănătatea și securitatea în muncă pentru a vă proteja de substanțele cancerigene.



Aflați dacă sunteți expuși iradierilor cu niveluri ridicate de radon în locuința dumneavoastră.

Luați măsuri pentru a reduce nivelurile ridicate de radon.



Pentru femei:

Alăptarea reduce riscul de cancer al mamei; dacă puteți, alăptați-vă copilul.

Terapia hormonală de substituție (THS) crește riscul apariției anumitor tipuri de cancer. Limitați utilizarea THS.



Asigurați participarea copiilor dumneavoastră la programele de vaccinare pentru:

- Hepatita B (pentru nou-născuți)
- Virusul Papiloma Uman (HPV) pentru fete.



Participați la programele organizate de screening pentru cancer:

- colorectal (la femei și bărbați)
- mamar (la femei)
- de col uterin (la femei).

Informații suplimentare puteți găsi pe pagina noastră www.potisaprevii.eu
Facebook - **Poti să Previi** sau la adresa de e-mail - info@potisaprevii.eu