

МИ МОЖЕМО ОБІГНАТИ РАК ШИЙКИ МАТКИ, ЯКЩО ПОЧНЕМО РУХ УЖЕ ЗАРАЗ

Що варто знати про рак шийки матки, його
діагностику, профілактику та фактори ризику

ЩО ТАКЕ РАК ШИЙКИ МАТКИ ТА ЯКІ ЙОГО СИМПТОМИ

Рак шийки матки — вид раку, який починається в клітинах шийки матки. Зазвичай він розвивається дуже повільно, роками і десятиліттями. У вас є час дізнатися як профілакувати рак шийки матки, як і коли проходити обстеження та як вакцинація може знизити ризик появи раку. Не барімося!

Спойлер: **70% раку шийки матки провокується двома типами вірусу папіломи людини (ВПЛ)**. Впродовж життя ним інфікується щонайменше троє з чотирьох людей у молодому віці, і у більшості з них імунна система, з часом, подолає вірус. Проте не у всіх.

Ви можете безкоштовно пройти скринінг на рак шийки матки у вашого сімейного лікаря або у лікаря акушера-гінеколога в державному медичному закладі. Всього година вашого часу раз на декілька років — і ви впевнені у своєму здоров'ї та маєте план дій на майбутнє.



Рак шийки матки майже не має чітких симптомів на ранній стадії, тому **важливо проводити скринінги регулярно — залежно від вашого віку та наявності у вас факторів ризику**. Коли рак починає поширюватися, симптоми є такими, що їх можна сплутати з іншими захворюваннями або знайти їм якесь інше «логічне» клінічне пояснення.

Симптоми ранньої стадії раку шийки матки:



вагінальна кровотеча після сексу,
вагінальна кровотеча після початку або у періоді менопаузи,
вагінальна кровотеча між менструаціями або менструації, які значно рясніші або триваліші, ніж зазвичай,
виділення з піхви, які є водянистими та мають сильний неприємний запах та/або містять кров,
тазовий біль або біль під час сексу.

Вчасно не виявлений рак шийки матки може прогресувати на інші частини тіла і проявлятися додатково іще такими симптомами:



утруднене або хворобливе випорожнення або кровотеча з прямої кишки під час випорожнення,
утруднене або хворобливе сечовипускання або кров у сечі,
тупий біль у спині, попереку,
набряклість ніг,
біль у животі,
відчуття втоми.

ФАКТОРИ РИЗИКУ

Майже всі люди, які ведуть статеве життя, в якийсь момент інфікуються вірусом папіломи людини (ВПЛ). Ми можемо навіть не знати про це, адже у більшості випадків імунна система приборкує і контролює інфекцію.

Ранній початок статевого життя та кілька сексуальних партнерів у разі підвищують ризики інфікуватися ВПЛ. Два типи ВПЛ високого ризику — 16 та 18 — викликають 70% випадків раку шийки матки у жінок в усьому світі.

Не виявлений ВПЛ може роками знаходитися в організмі жінки та призводити до передракового ураження. Наступний етап — розвиток раку шийки матки.



Майже всім видам раку шийки матки можна запобігти за допомогою вакцинації проти ВПЛ, планового профілактичного скринінгу на рак шийки матки та відповідного лікування, якщо це необхідно. Це — гарна новина та ще один ваш шанс принагідно записатися до лікаря на обстеження!

Людам, які живуть з ВПЛ, варто зважати на додаткові фактори ризику, котрі можуть підвищити ймовірність розвитку раку шийки матки.



Ослаблена імунна система/імунодефіцит. У людей з ослабленим імунітетом ВПЛ-інфекція є більш стійкою та може швидко прогресувати до раку.



Куріння. Люди, які курять або є пасивними курцями, мають підвищений ризик розвитку раку шийки матки.



Репродуктивні фактори. Тривале безконтрольне використання оральних контрацептивів без нагляду лікаря та багатодітність пов'язані з підвищеним ризиком раку шийки матки на тлі інфікування ВПЛ, передусім 16-18 типом. Зв'язок встановлений, але не вивчений.



Надмірна вага. Скринінг раку шийки матки може бути складнішим у пацієнтів з надмірною вагою, що призводить до нижчого рівня виявлення передракових захворювань і більшого ризику розвитку раку. (Джерело: NCI)

ЩЕПЛЕННЯ ВІД ВІРУСУ ПАПІЛОМИ ЛЮДИНИ

Захиститися від вірусу папіломи людини (ВПЛ) можна у будь-якому віці!

Наразі в Україні доступні три вакцини для профілактики інфікування ВПЛ, які захищають від типів ВПЛ високого ризику (16-18 тип) та додаткових, найбільш поширених типів, — залежно від валентності вакцини.



Дівчат та хлопців важливо вакцинувати до початку статевого життя, щоб надійно захистити організм від ВПЛ ще до того, як він із ним стикнеться.



У разі якщо ж перший секс уже стався, щеплення теж буде ефективним, проте матиме довшу схему введення вакцини та потребуватиметься більше часу для формування імунітету до ВПЛ.

Щеплення можна проводити з 9 років, проте є особливості.

Наразі щеплення від ВПЛ належить до переліку рекомендованих щеплень, тож вакцинуватися можна за бажанням, переважно за власний кошт.

Перевірте, чи у вашій громаді є програма від місцевої влади, в межах якої закупається вакцина для можливості проведення безкоштовної вакцинації підлітків — дівчаток та хлопчиків. Для хлопців інфікування ВПЛ також несе ризику.

З 2026 року заплановано зміни до Національного календаря профілактичних щеплень, відповідно до якого дівчата-підлітки віком від 12 до 13 років зможуть отримати щеплення від ВПЛ коштом держави. Дівчатам, які живуть з ВІЛ, та дітям, які постраждали від сексуального насильства, вакцину проти ВПЛ планують вводити якомога раніше, починаючи з 9 років.



Необхідність вакцинації здорових дорослих обумовлена способом життя, станом здоров'я та активністю статевого життя. Імунна система більшості із них, скоріше за все, вже

зустрілася з вірусом папіломи людини. З іншого боку, кожен новий статевий партнер є фактором ризику нового інфікування ВПЛ в будь-якому віці.



Найоптимальнішою є вакцинація дорослих проти ВПЛ до 26 років, проте за наявності факторів ризику вакцинація має сенс і у віці 26+. Також існують підстави рекомендувати вакцинацію проти ВПЛ після проходження лікування раку шийки матки – для зниження ризику рецидиву захворювання.



СКРИНІНГ РАКУ ШИЙКИ МАТКИ



Жінкам віком **з 21 року до 30 років** ПАП-тест проводиться за наявності показань, визначених на прийомі у лікаря. ВПЛ-тест у цьому віці не рекомендується, оскільки імунітет ще може самостійно впоратися з вірусом — тестування буде даремним.



Для жінок **старших 25 років**, які живуть з ВІЛ, рекомендується проведення ПАП-тесту щороку протягом трьох років.



Для жінок, які **старші 30-35 років**, раз на 10 років рекомендується проведення ПАП-тесту та/або ПЛР-тесту на ВПЛ — за фактом того, що ви досягли віку, коли ймовірність розвитку раку шийки матки є достатньо високою.

Скринінг раку шийки матки може провести сімейний лікар, вам не обов'язково записуватися до лікаря акушера-гінеколога.

Які медичні послуги може надати сімейний лікар згідно з чинними протоколами?

- інформування щодо раку шийки матки, ВПЛ, профілактику та вакцинацію,
- скринінгове опитування пацієнток раз на 5 років з метою виявлення факторів ризику ВПЛ та раку шийки матки,
- гінекологічний огляд під час профілактичних обстежень та цитологічне дослідження шийки матки,
- направлення пацієнток на первинні обстеження,
- перенаправлення пацієнток до лікарів вторинної ланки медичної допомоги для призначення додаткових обстежень або лікування.
- Отже, зверніться до вашого лікаря і поцікавтеся можливістю проведення скринінгу раку шийки матки. Перепитайте, які обстеження вам варто пройти. Заплануйте собі день, присвячений власному жіночому здоров'ю!



Завітайте до нас на сторінки у соцмережах,
щоб дізнатися про нашу діяльність більше



Вебсайт



Facebook



YouTube