

ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΤΟΥ ΤΡΑΧΗΛΟΥ ΤΗΣ ΜΗΤΡΑΣ.
ΚΑΝΕ ΤΗΝ ΕΞΥΓΙΝΗ ΚΙΝΗΣΗ, ΣΚΕΨΟΥ ΤΟΝ ΕΜΒΟΛΙΑΣΜΟ.

Ρωτήστε να μάθετε για τον εμβολιασμό σήμερα



Ο καρκίνος του τραχήλου
της μήτρας μπορεί να
προσβάλλει όλες τις
γυναίκες – ανεξάρτητα
από την ηλικία τους

Ρωτήστε να μάθετε για τον εμβολιασμό σήμερα

Υπό την αιγίδα του



Βιβλιογραφικές Αναφορές

1. Ferlay J, Bray F, Pisani P, Parkin DM. GLOBOCAN 2002: Cancer incidence, mortality and prevalence worldwide. IARC CancerBase No. 5, version 2.0. IARC Press, Lyon, 2004.
2. Bosch FX, Lloverca A, Munoz N, et al. The causal relation between human papillomavirus and cervical cancer. *J Clin Pathol* 2002; 55: 244-265.
3. Baseman SG, Koutsky LA. The epidemiology of human papillomavirus infections. *J Clin Virol* 2005; 32S: S16-S24.
4. Bosch FX, de Sanjose S. Chapter 1: Human papillomavirus and cervical cancer – burden and assessment of causality. *J Natl Cancer Inst Monogr*; 2003; 3: 13.
5. Koutsky L. Epidemiology of genital human papillomavirus infection. *Am J Med* 1982; 102: 3-8.
6. Brown DR, Shew ML, Quidachi E, Nertune N, Vargas M, Tu W, Juller BE, Breen TE, Fortynberry JD. A longitudinal study of genital human papillomavirus infection in a cohort of closely followed adolescent women. *J Infect Dis* 2005; 191: 182-192.
7. Schiffman M, Kjaer SK. Chapter 2: Natural history of anogenital human papillomavirus infection and neoplasia. *J Natl Cancer Inst Monogr* 2003; 31: 14-19.

www.emvolioktm.gr

ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΤΟΥ ΤΡΑΧΗΛΟΥ ΤΗΣ ΜΗΤΡΑΣ.
ΚΑΝΕ ΤΗΝ ΕΞΥΠΝΗ ΚΙΝΗΣΗ. ΣΚΕΨΟΥ ΤΟΝ ΕΜΒΟΛΙΑΣΜΟ.



Καρκίνος του τραχήλου της μήτρας: τι πρέπει να γνωρίζετε και τι πρέπει να κάνετε

Σε αντίθεση με ό,τι πιστεύει πολύς κόσμος, ο καρκίνος του τραχήλου της μήτρας δεν είναι κάτι από το οποίο υποφέρουν μόνο οι "μεγαλύτερες γυναίκες". Ουσιαστικά, παγκοσμίως είναι ο δεύτερος συχνότερος καρκίνος σε γυναίκες κάτω των 45 ετών.^{1,2} Επιπλέον ο καρκίνος του τραχήλου της μήτρας δεν είναι κληρονομικός, αλλά προκαλείται από κάποιους τύπους ενός κοινού ιού που ονομάζεται HPV ή Ιός των Ανθρώπινων Θηλωμάτων.³

- Έως και το 80% των γυναικών θα έρθει σε επαφή με τον ιό, κάποια στιγμή στη ζωή του, κάποιοι τύποι του οποίου μπορεί να προκαλέσουν καρκίνο του τραχήλου της μήτρας^{3,4,5,6}
- Ο HPV μπορεί να μεταδοθεί μέσω της σεξουαλικής επαφής ακόμη κι αν δεν είναι ολοκληρωμένη⁷
- Η πιθανότητα μετάδοσης του ιού αυξάνεται όσο μεγαλύτερος γίνεται ο αριθμός των προηγούμενων σεξουαλικών συντρόφων¹
- Η λοίμωξη σπάνια εμφανίζει συμπτώματα. Ενώ οι περισσότερες λοιμώξεις υποχωρούν φυσικά και ο ιός θα φύγει από μόνος του, κάποιες παραμένουν και μπορεί να εξελιχθούν σε καρκίνο του τραχήλου της μήτρας²
- Ο τακτικός έλεγχος με τεστ Παπανικολάου είναι ο πιο αποτελεσματικός τρόπος για να εντοπισθούν οι αλλοιώσεις στον τράχηλο, οι οποίες μπορεί να αποτελούν τα πρώιμα στάδια καρκίνου του τραχήλου της μήτρας
- Στην Ευρώπη, 1 γυναίκα πεθαίνει από καρκίνο του τραχήλου της μήτρας κάθε 18 λεπτά⁸
- Τώρα υπάρχει ένα εμβόλιο έναντι του ιού

Δείτε εδώ τι πρέπει να κάνετε...

Ρωτήστε για τον τακτικό έλεγχο με τεστ Παπανικολάου

Αν έχετε ήδη κάνει το πρώτο σας τεστ Παπανικολάου, είναι σημαντικό να συνεχίσετε να ελέγχεστε τακτικά σε όλη τη ζωή σας. Αν δεν έχετε ακόμη κάνει το πρώτο σας τεστ Παπανικολάου, ρωτήστε το γιατρό σας τότε πρέπει να το κάνετε και κλείστε σύντομα ένα ραντεβού.

Για πολλά χρόνια ο τακτικός έλεγχος με τεστ Παπανικολάου ήταν ο μόνος τρόπος εντοπισμού λοίμωξης από τον ιό HPV. Το τεστ αυτό βοηθά στην πρόληψη του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας μέσω του εντοπισμού παθολογικών κυττάρων στον τράχηλο πριν αυτά γίνουν καρκινογόνα. Επομένως, οι ζωές πολλών γυναικών έχουν σωθεί και πολλά περιστατικά της ασθένειας έχουν προληφθεί σαν αποτέλεσμα επιτυχημένων προγραμμάτων με το τεστ Παπανικολάου.

Το τεστ Παπανικολάου δεν είναι επίπονο. Μπορεί να σας προκαλεί αμηχανία, αλλά μπορεί να βοηθήσει να σωθεί η ζωή σας. Ρωτήστε το γιατρό σας για περισσότερες πληροφορίες ή επισκεφθείτε την ιστοσελίδα www.emvolioktm.gr



Ρωτήστε το γιατρό σας για το νέο εμβόλιο έναντι του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας

Εξελίξεις στην επιστήμη οδήγησαν στον εμβολιασμό, που σήμερα είναι διαθέσιμος για να σας προστατεύσει έναντι των πιο συχνών ογκογόνων τύπων του ιού HPV. Επομένως, από σήμερα μπορείτε να έχετε επιπλέον προστασία έναντι της ασθένειας.

- Όσο πιο νωρίς προστατευθείτε τόσο λιγότερο θα κινδυνεύετε

Ο ιός HPV είναι πολύ διαδεδομένος και μεταδίδεται εύκολα. Ευτυχώς όμως το ανοσοποιητικό μας σύστημα αντιμετωπίζει τις περισσότερες λοιμώξεις χωρίς να καταλαβαίνουμε ότι έχουμε προσβληθεί από αυτές. Ωστόσο, κάποιοι ογκογόνοι τύποι του HPV μπορεί να παραμείνουν και με το πέρασμα του χρόνου μπορεί να προκαλέσουν εξέλιξη σε καρκίνο του τραχήλου της μήτρας. Αν συμβεί αυτό, συνήθως δεν υπάρχουν συμπτώματα στα πρώιμα στάδια. Τα μολυσμένα κύτταρα μπορεί αργά να εξελιχθούν σε προκαρκινικές αλλοιώσεις και στη συνέχεια σε καρκίνο του τραχήλου της μήτρας, συνήθως σε ένα διάστημα χρόνων – εκτός αν εντοπιστούν νωρίς με προληπτικό έλεγχο.

Ο εμβολιασμός προετοιμάζει το ανοσοποιητικό σας σύστημα βοηθώντας να προληφθεί η λοίμωξη από κάποιους ογκογόνους τύπους του ιού. Οπότε, ο οργανισμός σας θα είναι έτοιμος να αντιμετωπίσει επόμενη λοίμωξη από αυτούς τους τύπους, αν βέβαια προσβληθείτε από αυτούς.

- Ο εμβολιασμός προστατεύει έναντι της πλειοψηφίας των περιστατικών καρκίνου του τραχήλου της μήτρας που προκαλούνται από τους πιο κοινούς ογκογόνους τύπους, αλλά ΔΕΝ προστατεύει έναντι ΟΛΩΝ των ογκογόνων τύπων. Υπό ορισμένες συνθήκες, μπορεί να έρθετε σε επαφή με κάποιον από τους λιγότερο συχνούς ογκογόνους τύπους υψηλού κινδύνου, οπότε και πάλι θα χρειάζεται να ελέγχετε τακτικά με το τεστ Παπανικολάου για να προστατευέστε
- Ο εμβολιασμός περιλαμβάνει ένα σχήμα μιας αρχικής ένεσης και 2 επιπλέον ενέσεων μέσα σε έξι μήνες, οπότε είναι πολύ απλό

Απευθυνθείτε στο γιατρό σας σήμερα για τον εμβολιασμό.



Ζώντας με
έναν υγιεινό
τρόπο ζωής

Η υιοθέτηση ενός υγιεινού τρόπου ζωής δεν περιλαμβάνει μόνο την παρακολούθηση της διαίτας σας ή τη διακοπή του καπνίσματος και της υπερβολικής κατανάλωσης αλκοόλ. Η σεξουαλική υγεία είναι επίσης σημαντική. Και αυτή περιλαμβάνει τον τακτικό έλεγχο με τεστ Παπανικολάου.

Η ασφαλής σεξουαλική επαφή είναι πάντα σημαντική. Τα προφυλακτικά αποτελούν ένα συνετό προληπτικό μέτρο έναντι πολλών σεξουαλικά μεταδιδόμενων λοιμώξεων, που περιλαμβάνουν και τη μείωση του κινδύνου λοίμωξης από HPV. Ωστόσο, δεν σας προστατεύουν τελείως από τον HPV. Αυτό συμβαίνει γιατί η ολοκληρωμένη σεξουαλική επαφή δεν είναι απαραίτητη για να περάσει ο ιός στον οργανισμό.

Κάπνισμα και καρκίνος του τραχήλου της μήτρας

Όλος ο κόσμος γνωρίζει ότι το κάπνισμα αυξάνει τον κίνδυνο εμφάνισης καρκίνου του πνεύμονα. Ωστόσο, μπορεί επίσης να αυξήσει τον κίνδυνο ανάπτυξης καρκίνου του τραχήλου της μήτρας.

Αλκοόλ

Η αποφυγή του αλκοόλ ή η διατήρηση συνετών συνηθειών κατανάλωσής του μπορεί να σας βοηθήσουν να διατηρήσετε το σώμα σας και το ανοσοποιητικό σας σύστημα όσο το δυνατόν πιο υγιή. Οπότε, είναι λογικό να καταναλώνετε αλκοόλ σύμφωνα με τις οδηγίες. Σαν γενική οδηγία, οι γυναίκες δεν πρέπει να πίνουν τακτικά περισσότερες από 2 - 3 μονάδες αλκοόλ την ημέρα. Ενδεικτικά, μια μονάδα αλκοόλ αντιστοιχεί με ένα κανονικό ποτήρι μπίρας, μια μονή μεζούρα ονοπνευματώδους ποτού ή ένα μικρό ποτήρι κρασί.

Για να μάθετε περισσότερα, απευθυνθείτε στο γιατρό σας ή επισκεφθείτε την ιστοσελίδα www.emvolioktm.gr