

## Cytologia – czy o niej pamiętasz?

**Rak szyjki macicy jest jednym z najczęstszych nowotworów u kobiet. Można zapobiegać jego rozwojowi i skutecznie go leczyć**

Regularnie wykonywana cytologia pozwala wykryć wczesne zmiany i wyleczyć raka szyjki macicy u 99% pacjentek. To najważniejsza forma profilaktyki tej choroby. Wykonuj regularnie badanie, raz na trzy lata, jeśli lekarz nie zaleci częściej.

**Nie potrzebujesz skierowania do ginekologa – lekarz robi cytologię w gabinecie podczas wizyty, jeśli uzna, że istnieje taka potrzeba.**

## Jak wygląda badanie cytologiczne

Lekarz ginekolog pobiera komórki z szyjki macicy i przesyła rozmaz do analizy laboratoryjnej. Używa do tego jednorazowej szczoteczki, którą pobiera materiał. Jest to bezbolesne i trwa kilka minut. Laboratorium sprawdza, czy pobrane komórki są prawidłowe. Jeśli wynik pokazuje jakieś nieprawidłowości, lekarz skieruje Cię na dodatkowe badania.

Jak możesz się przygotować do cytologii:

- najlepiej, jeśli przyjdiesz na badanie zaraz po miesiączce, maksymalnie 4 dni po jej zakończeniu
- wstrzymaj się od współżycia przez kilka dni przed badaniem
- nie przyjmuj leków dopochwowych przed badaniem
- jeśli miałaś badanie ginekologiczne, odczekaj przynajmniej 1 dzień.

Lekarz prowadzący decyduje o procesie diagnozy i leczenia. Pierwszą cytologię najlepiej wykonać w wieku 20-25 lat lub przed upływem trzech lat od rozpoczęcia życia płciowego. Zapytaj o to podczas wizyty. Ginekolog zdecyduje, czy jest wskazane wykonanie cytologii.

## Program przesiewowy – skuteczna profilaktyka

Programy profilaktyczne (skriningowe) obejmują dużą grupę osób i pozwalają zmniejszyć skutki zachorowania na daną chorobę w społeczeństwie. Umożliwiają odkrywanie chorób w bardzo wczesnej fazie, gdyż badaniu poddają się osoby, u których wcześniej nie wykryto danej choroby.

W niektórych krajach regularna cytologia szerokiej grupy kobiet na przestrzeni lat pozwoliła prawie całkowicie zahamować rozwój choroby i umieralność na raka szyjki macicy. Niestety, w Polsce wiele kobiet wciąż zbyt późno trafia do lekarza. Dlatego pamiętaj o tym niezwykle potrzebnym badaniu. Wczesne wykrycie nieprawidłowości uratowało życie wielu kobiet.

- **Rak szyjki macicy jest obecnie trzecim pod względem częstości zachorowań nowotworem u kobiet na świecie.**
- **Polska ma jeden z najwyższych wskaźników zachorowalności i umieralności w Europie.**
- **W Polsce na raka szyjki macicy najczęściej chorują kobiety w średnim wieku (45-65 lat) – stanowią ponad 50% kobiet chorujących na ten nowotwór.**
- **W ostatnich latach wzrasta liczba zachorowań u kobiet młodszych – od 35. do 44. roku życia.**

Weź udział w programie profilaktyki raka szyjki macicy. Możesz w jego ramach wykonywać badanie cytologiczne:

- od 25 do 64 roku życia
- raz na trzy lata
- co roku, jeśli jesteś obciążona czynnikami ryzyka:
  - jesteś zakażona wirusem HIV
  - przyjmujesz leki immunosupresyjne (obniżające odporność)
  - jesteś zakażona HPV — typem wysokiego ryzyka.

[programie profilaktycznym raka szyjki](#)

Przeczytaj więcej o [macicy](#).

## Czynniki ryzyka

Wszystkie przypadki zachorowania na raka szyjki macicy poprzedza przewlekła infekcja wirusem brodawczaka ludzkiego – HPV. Wirusem HPV można zarazić się drogą płciową, najczęściej na etapie rozpoczynania aktywności seksualnej.

## Szczepienie przeciw HPV skutecznie chroni przed rakiem szyjki macicy oraz innymi chorobami.

Jest większe prawdopodobieństwo zarażenia się wirusem HPV i zachorowania na raka szyjki macicy u kobiet, które:

- wczesnie zaczęły kontakty seksualne
- miały dużą liczbę partnerów seksualnych
- przeszły inne zakażenia przenoszone drogą płciową
- palą tytoń
- stosują antykoncepcję hormonalną
- mają osłabioną odporność – na przykład w wyniku infekcji HIV lub przyjmowania leków zmniejszających odporność.

**70-80% aktywnych seksualnie kobiet i mężczyzn w ciągu życia było lub będzie zakażonych HPV. Połowa zakażeń następuje u ludzi w wieku 15- 25 lat.**

Szczepienia przeciw HPV szczególnie zalecane są dziewczynkom i chłopcom od ukończenia 9 lat. Najlepszy jest okres 9-14 lat i ten wiek obejmuje program bezpłatnych szczepień w Polsce. Przeczytaj o [programie](#) i dowiedz się, jak może wziąć w nim udział Twoje dziecko.

Do 18 roku życia lekarz może przepisać receptę na szczepionkę w ramach programu [bezpłatnych leków](#).

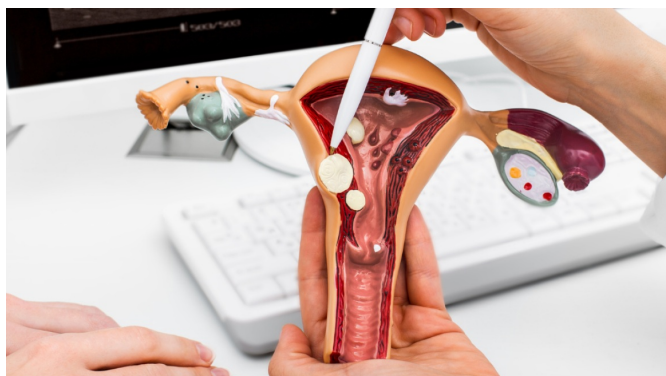
Młodzi dorośli mogą również odnieść korzyści ze szczepienia – zapytaj o to lekarza.

Więcej o szczepionce przeciw HPV przeczytaj na stronie [szczepienia.info](#)

Innymi czynnikami ryzyka raka szyjki macicy są:

- wiek
- liczba porodów
- niski status socjoekonomiczny
- niewłaściwa dieta – uboga w witaminę C
- zachorowanie na nowotwór w bliskiej rodzinie.

## Przeczytaj także



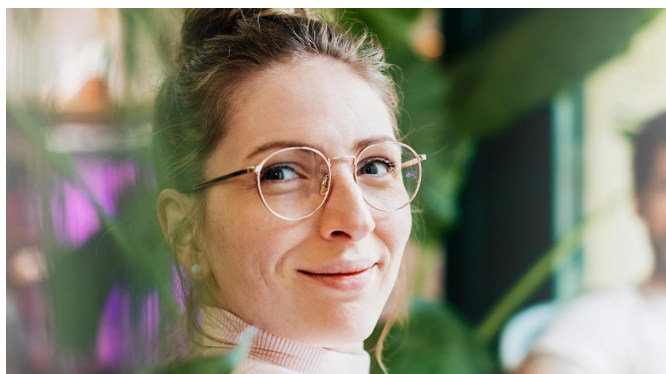
### Rak szyjki macicy – cytologia ratuje życie

Rak szyjki macicy dotyczy nawet 10% kobiet. Regularnie wykonywane badanie cytologiczne pozwala szybko wykryć zmiany i nie dopuścić do rozwoju choroby



### Jak bronić się przed rakiem?

Skłonność do zachorowania na nowotwór często jest dziedziczna, ale nawet przy złym zestawie genów nie jesteśmy bezbronni. Kluczowe znaczenie może mieć to, jak żyjemy oraz czy się badamy



### Rak szyjki macicy – prawda czy mit

O raku szyjki macicy krąży wiele mitów. Lekarze starają się zmienić te stereotypy. Starają się też przekonać kobiety do zapobiegania chorobie

