



Хто може взяти участь у проєкті із самообстеження шийки матки? (Who can get cervix self-screening?)

Ви можете взяти участь у пілотному проєкті із самообстеження, якщо належите до корінних народів, є іммігрантом або новоприбулим чи проживаєте в сільській або віддаленій частині Альберти.

Крім того, ви маєте відповідати таким критеріям:

- ✓ бути у віці від 25 до 69 років;
- ✓ мати шийку матки;
- ✓ мати сексуальні контакти з іншою особою будь-якої статі;
- ✓ мати дійсний номер програми Alberta Health Care.

Рекомендується проходити регулярні обстеження, якщо ви:

- ✓ щеплені від ВПЛ;
- ✓ мали сексуальні контакти з іншою особою будь-якої статі;
- ✓ увійшли в період менопаузи.

Самообстеження шийки матки не рекомендується, якщо:

- ✗ ви робили Папаніколау-тест (Пап-тест) за останні 3 роки або проходили самообстеження шийки матки за останні 11 місяців;
- ✗ ви вагітні;
- ✗ у вас було діагностовано інвазивний рак шийки матки;
- ✗ ваш останній Пап-тест показав відхилення від норми;
- ✗ ви проходите кольпоскопію або були виписані впродовж останніх 11 місяців;
- ✗ у вас є кровотечі після сексу, між менструаціями або після настання менопаузи.

Про що важливо знати? (Things to think about)

- Якщо у вас виникає кровотеча після сексу, між менструаціями або після настання менопаузи, краще втриматися від самообстеження. Зверніться до лікаря для консультації, адже важливо звертати увагу на такі симптоми.
- Відхилений від норми результат тесту на ВПЛ може викликати тривогу, але він не вказує на те, що у вас є або обов'язково розвинеться рак шийки матки. У більшості людей ВПЛ-інфекція проходить сама, і лише в невеликого відсотка може призвести до появи раку.
- Результати обстежень можуть бути корисними, але іноді вони виявляють відхилення, які викликають занепокоєння й потребують додаткових тестів чи лікування.
- Тест може не показати ВПЛ, навіть якщо є ризик передракових змін, або навпаки – виявити вірус, коли клітини шийки матки в нормі.

Чи варто мені робити щеплення від ВПЛ? (Should I get the HPV vaccine?)

Так. Вакцинація рекомендується всім особам, які досягли 9-річного віку. Вакцина дуже ефективно захищає від типів ВПЛ, які є основними причинами раку шийки матки. В Альберті особи до 26 років можуть отримати вакцину безкоштовно.

Додаткову інформацію можна знайти на сайті myhealth.alberta.ca/topic/immunization/pages/hpv-9-vaccine.aspx.

Зв'яжіться з нами (Contact Us)

Програми обстежень від Alberta Health Services (Alberta Health Services Screening Programs)

1-866-727-3926
screeningforlife.ca/cervical

Програми обстеження на рак від Alberta Health Services (Alberta Health Services Cancer Screening Programs) гарантують конфіденційність особистої і медичної інформації громадян під час збору, використання й розкриття даних відповідно до Закону про свободу інформації і захист приватного життя (Freedom of Information and Protection of Privacy Act), а також Закону про медичну інформацію (Health Information Act).

Редакція: вересень 2024 р. | Адаптовано з дозволу BC Cancer.

Ukrainian



Самообстеження шийки матки

Пілотний проєкт
(Cervix Self-Screening Pilot Project)

screeningforlife.ca/cervical



Варто зазначити, що майже всі випадки раку шийки матки викликані вірусом ВПЛ. Хороша новина полягає в тому, що раку шийки матки можна практично повністю запобігти завдяки регулярним обстеженням.

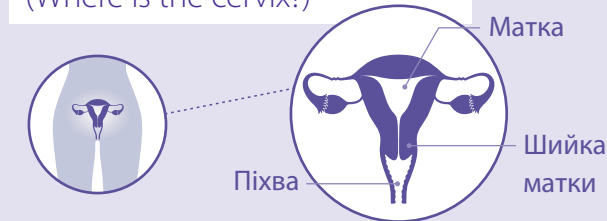
Що таке Вірус папіломи людини (HPV, human papillomavirus)? (What is human papillomavirus [HPV]?)

ВПЛ – це поширений вірус, який передається статевим шляхом: через інтимні дотики, оральний, вагінальний і анальний секс.

Багато людей заражаються ВПЛ у певний момент свого життя, часто навіть не здогадуючись про це. Зазвичай симптомів немає, і здебільшого інфекції ВПЛ не викликають жодних проблем і проходять самі протягом двох років.

Проте іноді певні типи ВПЛ можуть залишатися в організмі й спричиняти аномалії клітин на шийці матки, які згодом можуть перетворитися на ракові клітини.

Де розташована шийка матки? (Where is the cervix?)



Чому важливо проходити обстеження на рак шийки матки? (Why is cervical cancer screening important?)

Зміни в клітинах, які можуть призвести до раку шийки матки, часто відбуваються непомітно.

Обстеження допомагає:

- Визначати, чи є ризик виникнення аномальних клітин, а також виявляти й лікувати аномалії на ранніх стадіях, що допомагає запобігти розвитку раку;
- Діагностувати рак на початкових стадіях, коли шанси на успішне лікування значно вищі.

Подбайте про своє здоров'я.

Самообстеження шийки матки дає можливість перевірити себе на рак у комфортному місці.



Тести для самообстеження шийки матки на ВПЛ (Cervix self-screening tests for HPV)

- Ці тести виявляють вірус, який може спричинити рак шийки матки. Вони допомагають визначити людей із підвищеним ризиком розвитку аномальних змін у клітинах, що викликані ВПЛ високого ризику.
- Важливо пам'ятати, що не всі інфекції ВПЛ призводять до раку. Більшість із них минають самостійно, не викликаючи жодних проблем.
- Якщо аномальні зміни в клітинах виявлені на ранніх стадіях, їх можна успішно вилікувати, що допоможе запобігти розвитку раку шийки матки. Ось чому регулярні обстеження й подальше лікування в разі виявлення ВПЛ є настільки важливими.



Тест на ВПЛ виявляє інфекцію ВПЛ

Тестування на ВПЛ (HPV test)

Самообстеження шийки матки передбачає використання тесту на ВПЛ для виявлення ВПЛ високого ризику у вашій піхві. Для цього тесту не потрібно брати зразок клітин із шийки матки.



ПАК

Пап-тест виявляє аномальні зміни в клітинах, що спричинені ВПЛ

Пап-тест (Pap test)

Пап-тест – це процедура, під час якої медичний працівник збирає клітини із шийки матки. Зразки перевіряються на наявність клітинних змін, викликаних ВПЛ.

Чому варто розглянути варіант проведення самообстеження? (Why should I consider self-screening?)

- Цей тест виявляє ВПЛ – вірус, який може викликати зміни в клітинах шийки матки, що призводять до раку.
- Вам не потрібно звертатися до лікаря або проходити гінекологічне обстеження.
- Ви можете зробити це вдома.
- Процес простий і безболісний: за допомогою маленької ватної палички, схожої на тампон, ви візьмете зразок із піхви.
- Це безкоштовно.
- Тест на ВПЛ має високу точність. Якщо результат покаже відсутність ВПЛ, ви можете пройти повторне обстеження через 3–5 років.

Чи зможу я зробити це правильно? Чи буде мені боляче? (Will I do it correctly? Will it hurt?)

Проведення цього тесту має бути легким і безболісним. Вам потрібно буде ввести маленький тампон у піхву. Він не має заходити глибоко.

Дотримуйтеся інструкцій, які наведено в наборі. Ваш зразок буде однаково точним, як і той, що міг би взяти медичний працівник.

Що означають мої результати? (What do my results mean?)

Якщо ВПЛ не виявлено: Вам не потрібно повторно проходити обстеження ще протягом 3–5 років. Дуже малоймовірно, що у вас з'являться аномальні клітини на шийці матки.

Якщо ВПЛ виявлено: Залежно від результату, вам може знадобитися провести Пап-тест або кольпоскопію (процедуру, що дає змогу детальніше оглянути шийку матки).

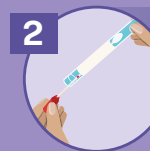
Це не означає, що у вас є або розвинеться рак, просто вам потрібно буде частіше відвідувати лікаря.

Як пройти обстеження? (How to get screened)



1 Отримайте набір для самообстеження (Get a self-screening kit)

Якщо ви відповідаєте вимогам, замовте набір онлайн (screeningforlife.ca/cervical) або телефоном (1-866-727-3926). Набір надійде поштою.



2 Виконайте тестування (Complete the test)

Уважно дотримуйтеся інструкцій із набору. Тест безболісний, і його дуже легко зробити.



3 Поверніть набір для тестування (Return the kit for testing)

Віднесіть заповнений набір до найближчої поштової скриньки в той самий день, коли взяли зразок. Ви можете переглянути свої результати онлайн (на сайті MyHealth Records або MyANS Connect), а також отримати копію поштою. Результати будуть готові через 4–6 тижнів.



Якщо ви хочете пройти Пап-тест або у вас є симптоми (If you prefer a Pap test or have symptoms)

Відвідайте сайт albertafindadoctor.ca, щоб знайти постачальника медичних послуг. Для пошуку найближчої амбулаторії зателефонуйте до Health Link за номером 8-1-1 або відвідайте сайт [ur.ca](https://www.healthlink.ca).