

## Program profilaktyki raka szyjki macicy

**Dla kogo?** Dla kobiet w wieku 25-59 lat.

**Co?** Cytologia raz na 3 lata lub raz na rok dla pacjentek, u których lekarz rozpoznał czynniki ryzyka.

**Co Cię czeka?** Pobranie materiału z szyjki macicy do badania cytologicznego przez lekarza ginekologa lub położną.

Uzyskanie wyniku z laboratorium.

W przypadku nieprawidłowego wyniku – skierowanie do etapu pogłębionej diagnostyki (np. kolposkopia). W przypadku wyniku prawidłowego – ustalenie terminu kolejnego badania przesiewowego.

**Gdzie?** We wszystkich poradniach ginekologiczno- położniczych oraz u uprawnionej położnej POZ.  
Adresy placówek i dane kontaktowe:  
[www.gsl.nfz.gov.pl](http://www.gsl.nfz.gov.pl) / programy profilaktyczne



**Na kanale YouTube Akademia NFZ zobaczysz m.in.**

- filmy edukacyjne
- plany treningowe.



**Na fanpage'u Akademia NFZ znajdziesz:**

- codziennie nowe wiadomości o profilaktyce chorób i zdrowym stylu życia.

DIETY NFZ

**Na portalu Diety.nfz.gov.pl znajdziesz m.in.:**

- bezpłatne jadłospisy oparte na diecie DASH z przepisami na zdrowe dania oraz listą zakupów
- porady żywieniowe
- e-booki.



**Śledząc Twittera NFZ**, będziesz na bieżąco z informacjami o systemie ochrony zdrowia, poznasz nasze projekty i inicjatywy dla zdrowia.

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia

Ministerstwo  
Zdrowia

## ŚRODA Z PROFILAKTYKĄ



**Profilaktyka raka  
szyjki macicy.**

**Kluczowa jest cytologia.**

**Rak szyjki macicy jest jednym z najbardziej „podatnych na profilaktykę” nowotworów złośliwych. Nieprawidłowości w komórkach szyjki macicy można wykryć na bardzo wczesnym etapie i nie dopuścić do rozwoju nowotworu!**

## Rak szyjki macicy w statystykach

- 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.
- Szczyt zachorowalności na tego raka w Polsce przypada na 6. dekadę życia. Ostatnie lata wskazują na wzrost liczby zachorowań u kobiet młodszych (od 35. do 44. r.ż.).

## Czynniki ryzyka

Rak szyjki macicy rozwija się z powodu zakażenia wirusem brodawczaka ludzkiego (HPV) o wysokim potencjale rakotwórczym. To wirus przenoszony drogą płciową i wywołujący przewlekłe zakażenie.

### Ryzyko zakażenia HPV wzrasta przy wystąpieniu poniższych czynników:

- wczesny wiek inicjacji seksualnej,
- duża liczba partnerów/partnerek seksualnych,
- współistnienie innych zakażeń przenoszonych drogą płciową
- palenie tytoniu,
- antykoncepcja hormonalna,
- osłabienie odporności (np. infekcja HIV czy leki zmniejszające odporność).

### Inne czynniki ryzyka raka szyjki

- wiek,
- liczba porodów,
- niski status socjoekonomiczny,
- niewłaściwa dieta (uboga w witaminę C),
- obecność nowotworu w rodzinie



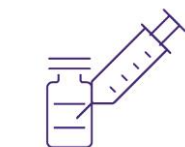
## Prewencja – szczepienie przeciw HPV

Szczepienie przeciw wirusowi brodawczaka ludzkiego jest najskuteczniejszym sposobem zapobiegania zakażeniom HPV i chorobom nowotworowym związanym z HPV.

Przyjęcie szczepionki przeciw HPV zmniejsza ryzyko zachorowania na raka szyjki macicy o 70%.

Szczepienie przeciw HPV zostało włączone do kalendarza szczepień, jako szczepienie zalecane. Szczepionka jest objęta 50 procentową refundacją.

Informacje o szczepieniach na portalu  
[www.szczepieniainfo.pl](http://www.szczepieniainfo.pl)



## Profilaktyka – badania przesiewowe

Badanie cytologiczne polega na pobraniu materiału z szyjki macicy, który zostanie oceniony pod mikroskopem. Rozmaz cytologiczny pobiera lekarz ginekolog lub położna. Używa do tego sprzętu jednorazowego użytku – wziernika ginekologicznego i szczoteczki cytologicznej.



Osoba wykonująca badanie wprowadza wziernik do pochwy i za pomocą szczoteczki pobiera komórki z tarczy i kanału szyjki macicy. Następnie nakłada rozmaz na szkiełko cytologiczne. Tak przygotowany rozmaz przekazywany jest do oceny mikroskopowej w laboratorium.

Żeby badanie było wiarygodne:

- trzeba je wykonać nie wcześniej niż 4 dni po ostatnim dniu miesiączki i nie później niż 4 dni przed rozpoczęciem miesiączki
- co najmniej 4 dni przed pobraniem wymazu cytologicznego nie należy stosować żadnych leków dopochwowych
- od ostatniego badania ginekologicznego/USG przezpochwowego powinien upłynąć co najmniej 1 dzień.

## Rak to nie wyrok!

W Europie ponad 62% rozpoznanych raków szyjki macicy można z powodzeniem wyleczyć. W Polsce odsetek ten wynosi 48,3%. To, czy nowotwór uda się wyleczyć, zależy od tego, jak bardzo zaawansowany jest rak szyjki macicy w chwili rozpoznania! Dlatego należy regularnie wykonywać badanie cytologiczne.

**W Polsce można wykonać cytologię bezpłatnie i bez skierowania.**

KOBIETO! ZGŁASZAJ SIĘ NA  
CYTOLOGIĘ REGULARNIE.  
PRZPOMINAJ O TYM  
KOBIETOM W SWOIM  
OTOCZENIU.



MĘŻCZYZNO! ZADBAJ O  
BLISKIE SOBIE KOBIETY.  
PRZYPOMNIJ IM, ABY  
REGULARNIE ZGŁASZAŁY  
SIĘ NA CYTOLOGIĘ.