

Kodeks Profilaktyki **Raka Szyjki Macicy**



Polska Koalicja na Rzecz Walki
z **Rakiem Szyjki Macicy**

Spis treści

Wstęp	3
Cele Kodeksu Profilaktyki RSM	4
Zasady skutecznej komunikacji z kobietami	5
Czynniki ryzyka rozwoju raka szyjki macicy	6
Badanie cytologiczne	6
Szczepienie przeciw HPV	6
Rola lekarzy pediatrów i lekarzy rodzinnych	7
Rola lekarzy ginekologów	8
Rola położnych oraz pielęgniarek środowiskowych i pediatrycznych	9
Rola organizacji społecznych / samorządów lokalnych / mediów / nauczycieli.	10
Piśmiennictwo	11
Patronaty	12

Szanowni Państwo,

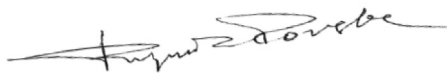
Polska Koalicja na Rzecz Walki z Rakiem Szyjki Macicy stworzyła Kodeks Profilaktyki Raka Szyjki Macicy (RSM). U podstaw stworzenia tego dokumentu leży przekonanie, że w świetle alarmujących statystyk, notujących niezmiennie od wielu lat blisko 3200 zachorowań i 1800 zgonów rocznie z powodu raka szyjki macicy, podejmowane dotychczas działania są niewystarczające i należy je zintensyfikować.

Wierzymy, że w oparciu o edukację i dostępne formy profilaktyki, można przeciwdziałać wysokiej umieralności z powodu raka szyjki macicy w Polsce. Kluczem do powodzenia jest zintegrowanie działań w zakresie profilaktyki RSM oraz jasny i spójny przekaz kierowany do kobiet przez lekarzy pediatrów, lekarzy rodzinnych i lekarzy ginekologów oraz położne i pielęgniarki, jak również organizacje społeczne, samorządy lokalne, szkoły i media.

Z całą pewnością nawet krótka zachęta do korzystania z dostępnych form profilaktyki, skierowana do kobiet podczas wizyty, ma ogromną siłę sprawczą, ponieważ jest podbudowana autorytetem i zaufaniem do lekarzy, położnych i pielęgniarek.

Kobieta świadoma dlaczego, jak i gdzie może skorzystać z dostępnych form profilaktyki RSM, zechce poświęcić swój czas, aby wykonać badanie cytologiczne lub rozważyć szczepienie przeciw HPV swojej córki.

Zapraszamy Państwa do przystąpienia do Kodeksu i wspólnej edukacji Polek w zakresie profilaktyki RSM.



Prof. dr hab. n. med. **Ryszard Poręba**
Przewodniczący Rady Programowej
Polskiej Koalicji na Rzecz Walki z Rakiem Szyjki Macicy

Cele Kodeksu Profilaktyki RSM:

- Zmniejszenie umieralności kobiet w Polsce z powodu raka szyjki macicy
- Zwiększenie zaangażowania pediatrów, lekarzy rodzinnych, ginekologów, położnych i pielęgniarek oraz organizacji społecznych w działania edukacyjne, informujące o dostępnych formach profilaktyki raka szyjki macicy
- Budowanie świadomości kobiet na temat możliwości zabezpieczenia się przed rakiem szyjki macicy i korzyści stosowania profilaktyki RSM
- Zwiększenie udziału kobiet i ich córek w dostępnych formach profilaktyki RSM, zarówno o charakterze pierwotnym (szczepienia przeciw HPV), jak i wtórnym (regularne badania cytologiczne)

Co powinno ulec zmianie, aby nasze działania były skuteczne:

- ➔ Kobiety muszą być świadome konieczności udziału w regularnych badaniach cytologicznych oraz wiedzieć gdzie je wykonać
 - lekarze pierwszego kontaktu powinni konsekwentnie przypominać o regularnych badaniach cytologicznych
 - ginekolodzy powinni rozmawiać o badaniach, nie wywołując lęku u pacjentek
- ➔ Rodzice powinni wiedzieć o możliwości szczepienia córek przeciw HPV
 - pediatrzy powinni dostarczać matkom informacji o możliwości szczepienia córek przeciw HPV

Zasady skutecznej komunikacji z kobietami:

- Budujemy komunikację na pozytywnym przekazie: do profilaktyki RSM zachęcamy osoby zdrowe, aby swoje zdrowie nadal chroniły
- Nie straszmy pacjentek: komunikaty negatywne, wywołujące strach i obawy, nie mobilizują do działania, a prowadzą jedynie do uciekania przed problemem
- Odwołujemy się do odpowiedzialności i racjonalnego myślenia kobiet, promując postawę: „chcę i potrafię chronić swoje zdrowie”
- Umacniamy w kobietach, uczestniczących w profilaktyce RSM, poczucie satysfakcji, że potrafią mieć pod kontrolą swoje zdrowie i dobre samopoczucie

Każda kobieta powinna wiedzieć:

- Główną przyczyną raka szyjki macicy jest zakażenie onkogennymi typami HPV (wirusa brodawczaka ludzkiego przenoszonego drogą płciową)
- HPV jest szeroko rozpowszechnionym wirusem – szacuje się, że około połowa aktywnych seksualnie osób w pewnym momencie swego życia ulega zakażeniu HPV
- Rak szyjki macicy to nowotwór, przed którym można się zabezpieczyć dzięki istnieniu skutecznej profilaktyki: cytologii i szczepień
- Badanie cytologiczne pozwala na wczesne wykrycie zmian, mogących prowadzić do rozwoju nowotworu i podjęcie skutecznego leczenia
- Szczepienie chroni przed główną przyczyną raka szyjki macicy – zakażeniem wirusem HPV - i jest najbardziej skuteczne u osób, które nie podjęły jeszcze aktywności seksualnej

Czynniki ryzyka rozwoju raka szyjki macicy

- zakażenie onkogennym typem HPV (wirusem brodawczaka ludzkiego)
- wiek pomiędzy 45 a 55 rokiem życia
- duża liczba partnerów seksualnych
- wczesne rozpoczęcie życia seksualnego
- wcześniejsze zmiany w cytologii
- palenie papierosów

Badanie cytologiczne

- umożliwia wykrycie wczesnych zmian, które mogą prowadzić do rozwoju raka szyjki macicy, co pozwala podjąć leczenie zabezpieczające przed rozwojem choroby
- jest proste, niebolesne i trwa kilka minut
- w ramach Populacyjnego Programu Profilaktyki i Wczesnego Wykrywania Raka Szyjki Macicy (NFZ), kobieta w wieku 25 – 59 lat ma prawo do bezpłatnych badań cytologicznych 1 raz na 3 lata

Lista gabinetów ginekologicznych, prowadzących bezpłatne badania cytologiczne jest dostępna pod adresem www.polecamcytologie.pl.

Szczepienie przeciw HPV

- chroni przed główną przyczyną raka szyjki macicy – zakażeniem HPV
- jest najbardziej skuteczne u osób, które nie podjęły jeszcze aktywności seksualnej i nie są zakażone HPV
- Polskie Towarzystwo Ginekologiczne i Polskie Towarzystwo Pediatriczne rekomendują szczepienie dziewczynek w wieku 11-12 lat

Lekarze pediatrzy i lekarze rodzinni

Lekarze pediatrzy i lekarze rodzinni mają zasadniczy wpływ na kształtowanie postaw kobiet i budowanie świadomości zdrowotnej na każdym etapie życia, w ścisłej relacji do pełnionych przez nie ról życiowych – córka, matka, babcia. Dzięki temu pełnią istotną rolę w motywowaniu kobiet do korzystania z dostępnych form profilaktyki raka szyjki macicy.

Jeśli rozmawiasz z rodzicami lub opiekunami:

➔ **Poinformuj o ryzyku zachorowania na RSM wśród dziewczynek:**

- rola wirusa HPV
- drogi przenoszenia wirusa HPV
- inne czynniki ryzyka RSM

➔ **Przedstaw elementy profilaktyki RSM:**

- szczepienie przeciw HPV dziewczynek w wieku 11-12 lat
- badanie cytologiczne 1 raz na 3 lata, poczynając od 25 roku życia lub wcześniej, zależnie od okresu podjęcia współżycia

Jeśli rozmawiasz z pacjentką:

➔ **Poinformuj o:**

- potrzebie udziału w badaniu cytologicznym 1 raz na 3 lata, poczynając od 25 roku życia lub wcześniej, zależnie od okresu podjęcia współżycia
- sposobie wykonywania badania cytologicznego
- najbliższej przychodni, gdzie realizowane są bezpłatne badania cytologiczne w ramach badań przesiewowych

Jeśli rozmawiasz z mężczyzną (mężem, partnerem):

➔ **Poinformuj o:**

- potrzebie udziału każdej kobiety w badaniu cytologicznym 1 raz na 3 lata, poczynając od ukończenia przez nią 25 roku życia lub wcześniej, zależnie od okresu podjęcia współżycia

Lekarze ginekolodzy

Wizyta w gabinecie lekarza ginekologa to kluczowy moment, aby przekonać kobietę do stosowania profilaktyki RSM i dostarczyć jej niezbędnej wiedzy, umożliwiającej podjęcie świadomej decyzji w stosunku do siebie i swojej córki.

Jeśli rozmawiasz z Pacjentką:

- ➔ przypomnij o potrzebie udziału w badaniu cytologicznym 1 raz na 3 lata lub wcześniej, zależnie od okresu podjęcia współżycia
- ➔ poinformuj o sposobie wykonywania badania cytologicznego
- ➔ przeprowadź badanie cytologiczne przy użyciu specjalnej, jednorazowej, odpowiedniej jakości szczoteczki i wziernika
- ➔ udziel informacji o sposobie odbioru wyniku badania cytologicznego

W przypadku nieprawidłowego wyniku badania cytologicznego:

- ➔ **poinformuj o procedurze kolejnych badań diagnostycznych:**
 - wykonanie badania kolposkopowego i pobranie wycinków (biopsja)

Zależnie od wyniku biopsji :

- ➔ w przypadku zmian nowotworowych:
 - przekonaj pacjentkę o konieczności podjęcia leczenia
 - skieruj pacjentkę do leczenia w ośrodku specjalistycznym
 - zapewnij jej niezbędne wsparcie psychologiczne (pomocne informacje dla pacjentki: www.jestempriytyobie.pl)
- ➔ w przypadku braku zmian nowotworowych:
 - zaplanuj kolejne badanie cytologiczne po 6 miesiącach

Jeśli Twoją Pacjentką jest matka dziewczynki:

- ➔ **Poinformuj o ryzyku zachorowania na RSM wśród dziewczynek:**
 - rola wirusa HPV
 - drogi przenoszenia wirusa HPV
 - inne czynniki ryzyka RSM
- ➔ **Przedstaw elementy profilaktyki RSM:**
 - szczepienie przeciw HPV dziewczynek w wieku 11-12 lat
 - badanie cytologiczne 1 raz na 3 lata, od 25 roku życia lub wcześniej, zależnie od okresu podjęcia współżycia

Położne oraz pielęgniarki środowiskowe i pediatryczne

Ogromną rolę w budowaniu świadomości nt. roli profilaktyki RSM wśród kobiet odgrywają położne i pielęgniarki. Bliższe i mniej formalne relacje z kobietami sprzyjają szczerzej, bazującej na zaufaniu, rozmowie.

Jeśli rozmawiasz z rodzicami lub opiekunami:

- ➔ **Poinformuj o ryzyku zachorowania na RSM wśród dziewczynek:**
 - rola wirusa HPV
 - drogi przenoszenia wirusa HPV
 - inne czynniki ryzyka RSM
- ➔ **Przedstaw elementy profilaktyki RSM:**
 - szczepienie przeciw HPV dziewczynek w wieku 11-12 lat
 - badanie cytologiczne 1 raz na 3 lata, od 25 roku życia lub wcześniej, zależnie od okresu podjęcia współżycia

Jeśli rozmawiasz z Pacjentką:

- ➔ **Przypomnij o:**
 - konieczności udziału w badaniu cytologicznym 1 raz na 3 lata, poczynając od 25 roku życia lub wcześniej, zależnie od okresu podjęcia współżycia
- ➔ **Poinformuj o:**
 - praktycznych zasadach i przebiegu wykonywania badania cytologicznego
 - najbliższej przychodni, gdzie realizowane są bezpłatne badania cytologiczne w ramach programu przesiewowego

Organizacje społeczne / samorządy lokalne / media / nauczyciele

Każda sposobność do przypomnienia i zachęcenia kobiet do stosowania profilaktyki RSM ma ogromne znaczenie. Szerokie pole działań w tym zakresie otwiera się przed organizacjami społecznymi i wszelkimi instytucjami zaufania publicznego w ramach organizowanych przez nie akcji i spotkań edukacyjnych.

W ramach programów edukacyjnych, prelekcji i spotkań poświęconych zdrowiu, pamiętaj, aby:

- ➔ przedstawić korzyści profilaktyki RSM
- ➔ przekazać w zrozumiały sposób młodzieży / kobietom podstawową wiedzę o ryzyku zachorowania na raka szyjki macicy, drogach zakażenia i sposobach ochrony przed HPV (wirusem brodawczaka ludzkiego)
- ➔ informować o możliwości szczepień przeciw HPV dziewcząt w wieku 11-12 lat
- ➔ przypominać kobietom o konieczności udziału w badaniu cytologicznym 1 raz na 3 lata, od 25 roku życia lub wcześniej, zależnie od okresu podjęcia współżycia
- ➔ informować o placówkach służby zdrowia prowadzących profilaktykę RSM

Rekomendowanym przez Koalicję RSM przykładem programu edukacyjnego dla młodzieży ponadgimnazjalnej na temat ryzyka zakażenia HPV i rozwoju RSM jest „Wybierz Życie – Pierwszy Krok”. Więcej na stronie: www.pierwszykrok.edu.pl

Wiele informacji pomocnych w przygotowaniu spotkań edukacyjnych można także znaleźć na: www.koalicjarsm.pl, www.polecamcytologie.pl oraz na stronach wojewódzkich ośrodków koordynujących Populacyjny Program Profilaktyki i Wczesnego Wykrywania Raka Szyjki Macicy

Podstawą stworzenia Kodeksu Profilaktyki RSM są:

- *Rekomendacje kompleksowych zmian w obszarze profilaktyki raka szyjki macicy w Polsce, opracowane przez Polską Koalicję na Rzecz Walki z Rakiem Szyjki Macicy, 2012*
- *Zalecenia grupy ekspertów, dotyczące pierwotnej profilaktyki raka szyjki macicy u dziewcząt i młodych kobiet, powołanej przez Zarząd Główny Polskiego Towarzystwa Pediatrycznego, Medycyna Praktyczna – Pediatrya, 2011*
- *Postępowanie w przypadku stwierdzenia śródnabłonkowej neoplazji i raka gruczołowego in situ szyjki macicy, Rekomendacje Polskiego Towarzystwa Ginekologicznego, Polskiego Towarzystwa Patologów i Centralnego Ośrodka Koordynującego Populacyjny Program Profilaktyki i Wczesnego Wykrywania Raka Szyjki Macicy, Ginekologia Polska, 2009*
- *Rekomendacje Polskiego Towarzystwa Ginekologicznego, dotyczące szczepienia przeciwko zakażeniom HPV, Ginekologia Polska, 2007*

www.koalicjarsm.pl/kodeks.html

Patronaty



Polskie Towarzystwo
Ginekologiczne



Polskie Towarzystwo
Ginekologii Onkologicznej



Kolegium Lekarzy
Rodzinnych w Polsce



Polskie Towarzystwo
Medycyny Rodzinnej



Polskie Towarzystwo
Pediatryczne



Polskie Towarzystwo
Położnych



Polskie Towarzystwo
Pielęgniarskie



Naczelna Izba
Pielęgniarek i Położnych



Polska Koalicja na Rzecz Walki
z **Rakiem Szyjki Macicy**

www.koalicjarsm.pl